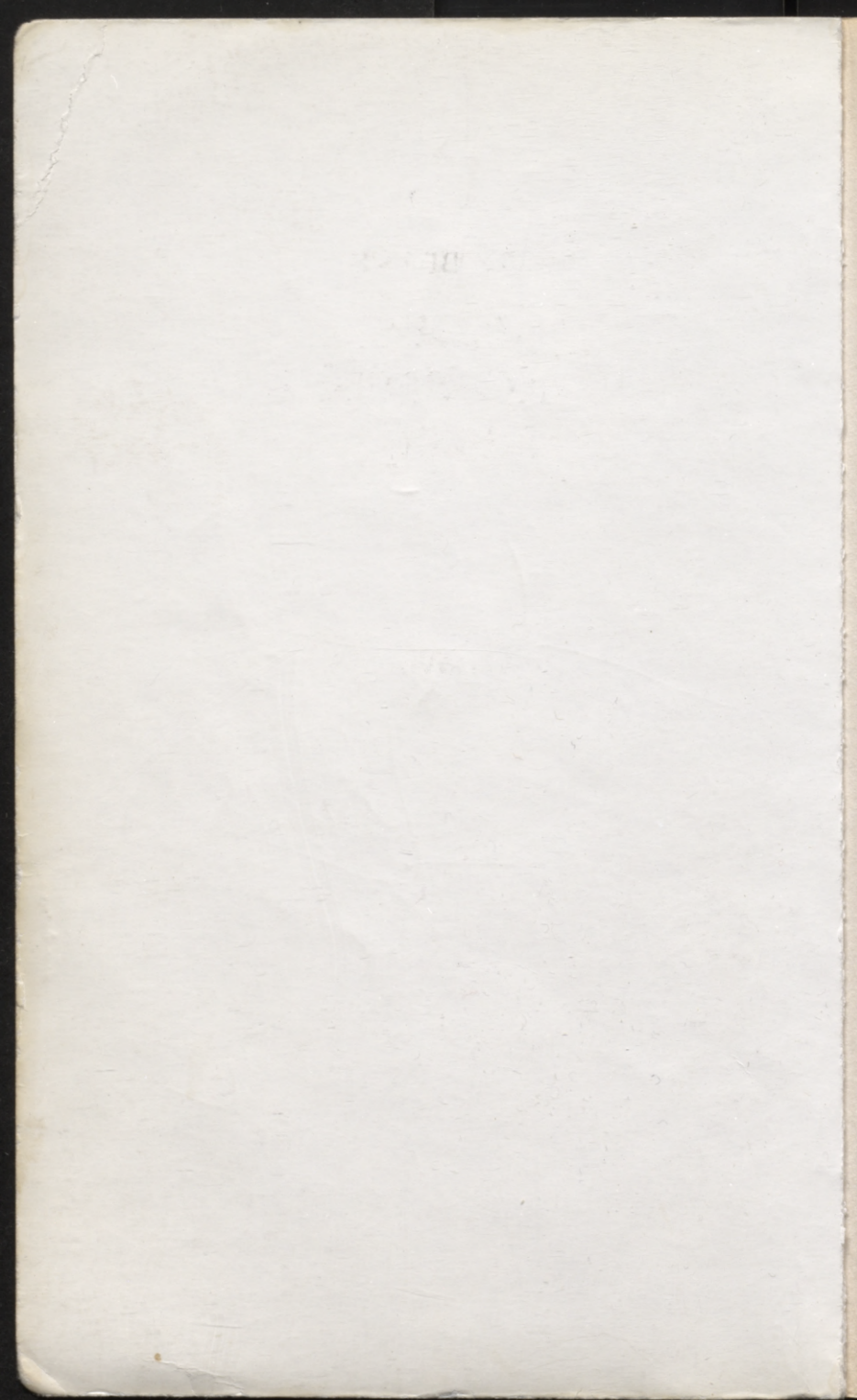


ERIKS BERNS

SPĒLES,
KO SPĒLĒ
CILVĒKI

CILVĒKU ATTIECĪBU PSIHOLOĢIJA





ERIKS BERNS

SPĚLES,
KO SPĚLĚ
CILVĚKI

CILVĚKI ATTECIRU PSIHOLŪGIJA

ERIKS BERNIS
SPELES,
KO SPELE
CHIVKI

2002-3

333

L
15

ERIKS BERNS

SPĒLES,
KO SPĒLĒ
CILVĒKI

CILVĒKU ATTIECĪBU PSIHOLĒGIJA

Latvijas Nacionālā
BIBLIOTĒKA

0302030040

GAMES PEOPLE PLAY

by *Eric Berne*

Copyright © 1964 by Eric Berne

First Paperback Edition 1967

Eriks Berns

SPĒLES, KO SPĒLĒ CILVĒKI

No angļu valodas tulkojusi

Andžela Šuvajeva

Redaktore

Irēna Valaka

Zinātniskais redaktors

dr. psych. Viesturs Reņģe

Datorsalikums

Marika Samardaka

Izdevējs SIA *Birojs 2000 Plus*

© Tulkojums latviešu valodā SIA *Birojs 2000 Plus*

ISBN 9984-9528-0-0

Maniem pacientiem un studentiem,
kuri man mācīja un arvien vēl māca izprast
spēles un dzīves jēgu.

SATURS

PRIEKŠVārds LATVIEŠU IZDEVUMAM <i>Viesturs Renģe</i>	9
PRIEKŠVārds	13
IEVADS	15
PIRMĀ DAĻA / SPĒĻU ANALĪZE	23
1. NODAĻA / Strukturālā analīze	25
2. NODAĻA / Transakciju analīze	31
3. NODAĻA / Procedūras un rituāli	37
4. NODAĻA / Laika kavēkļi	43
5. NODAĻA / Spēles	50
OTRĀ DAĻA / SPĒĻU TĒZAURS	67
IEVADS	69
6. NODAĻA / Spēles visam mūžam	72
1. ALKOHOLIĶIS	72
2. PARĀDNIEKS	80
3. SITĪET MANI!	83
4. BEIDZOT IEKRITI, KUCES DĒLS TĀDS!	85
5. REDZIET, PIE KĀ JŪS MANI NOVEDĀT	88
7. NODAĻA / <i>Laulāto spēles</i>	92
1. STRUPCEĻŠ	92
2. TIESAS ZĀLE	96
3. FRIGIDĀ SIEVIETE	99
4. NOMOCĪTĀ MĀJSAIMNIECE	101
5. JA NEBŪTU TEVIS	106
6. REDZI, CIK ES ĻOTI CENTOS!	106
7. DĀRGĀ	110
8. NODAĻA / Spēles sabiedriskos pasākumos	112
1. VAI NAV ŠAUSMĪGI?	112
2. KAUNA TRAIPS	115
3. SCHLEMIEL JEB LEMPIS	116
4. KĀPĒC JŪS NE ...? - JĀ, BET...	118

9. NODAĻA / Seksuālās spēles	126
1. NU, SAKAUJĪETIES!	126
2. PERVERSIJA	127
3. DINAMO	128
4. ZEĶE	132
5. SKANDĀLS	133
10. NODAĻA / Kriminālās pasaules spēles	137
1. POLICISTI UN ZAGĻI	137
2. KĀ IZKLŪT NO CIETUMA?	141
3. ŅEMSIM UN PIEKRĀPSIM DŽO!	143
11. NODAĻA / Spēles konsultāciju kabinetā	146
1. SILTUMNĪCA	146
2. ES TIKAI CENŠOS JUMS PALĪDZĒT	148
3. TRŪKUMCIETĒJS	152
4. ZEMNIECE	156
5. PSIHIATRIJA	160
6. MUĻĶĪTIS	163
7. INVALIDS	165
12. NODAĻA / Labās spēles	169
1. LIETIŠĶA CILVĒKA BRĪVDIENAS	169
2. KAVALIERIS	170
3. PRIECĀJOS, KA VARU JUMS PALĪDZĒT	172
4. CIEMA GUDRAIS	173
5. VIŅI PRIECĀSIES, KA PAZINA MANI	174

TREŠĀ DAĻA / AIZ SPĒĻU ROBEŽAS 175

13. NODAĻA / Spēļu nozīme	177
14. NODAĻA / Spēlētāji	179
15. NODAĻA / Paradigma	181
16. NODAĻA / Autonomija	184
17. NODAĻA / Kā sasniegt autonomiju?	188
18. NODAĻA / Kas nāk pēc spēlēm?	190

PIELIKUMS / Uzvedības klasifikācija

RĀDĪTĀJI

1. ...
2. ...
3. ...
4. ...
5. ...
6. ...
7. ...
8. ...
9. ...
10. ...
11. ...
12. ...
13. ...
14. ...
15. ...
16. ...
17. ...
18. ...
19. ...
20. ...
21. ...
22. ...
23. ...
24. ...
25. ...
26. ...
27. ...
28. ...
29. ...
30. ...
31. ...
32. ...
33. ...
34. ...
35. ...
36. ...
37. ...
38. ...
39. ...
40. ...
41. ...
42. ...
43. ...
44. ...
45. ...
46. ...
47. ...
48. ...
49. ...
50. ...
51. ...
52. ...
53. ...
54. ...
55. ...
56. ...
57. ...
58. ...
59. ...
60. ...
61. ...
62. ...
63. ...
64. ...
65. ...
66. ...
67. ...
68. ...
69. ...
70. ...
71. ...
72. ...
73. ...
74. ...
75. ...
76. ...
77. ...
78. ...
79. ...
80. ...
81. ...
82. ...
83. ...
84. ...
85. ...
86. ...
87. ...
88. ...
89. ...
90. ...
91. ...
92. ...
93. ...
94. ...
95. ...
96. ...
97. ...
98. ...
99. ...
100. ...

PRIEKŠVārds LATVIEŠU IZDEVUMAM

Beidzot arī latviešu lasītājs ir sagaidījis grāmatu, kura pēc tās pirmā izdevuma 1964. gadā vairākus gadus pēc kārtas noturējās Amerikas bestselleru sarakstos. Arī pašreiz šī grāmata ir viena no visvairāk lasītajām psiholoģijas grāmatām pasaulē. Katru gadu iznāk tās atkārtoti izdevumi angļu valodā, tā ir tulkota vairāk nekā trīsdesmit pasaules tautu valodās. Atsauces uz šo darbu var atrast daudzos psiholoģijas un psihoanalīzes, psihoterapijas un psihiatrijas, pedagogijas un menedžmenta izdevumos.

Eriks Berns, īstajā uzvārdā Bernstains, ir dzimis 1910. gadā Monreālā. Monreālas Universitātē viņš studē medicīnu un 1935. gadā iegūst doktora grādu medicīnā. 1938. gadā Berns pārceļas uz dzīvi ASV un strādā vienā no Ņujorkas psihiatriskajām klīnikām. 1941. gadā viņš uzsāk mācības Ņujorkas Psihoanalīzes institūtā. No 1943. gada sāk nodarboties ar grupu psihoterapiju. Vairākus gadus Eriks Berns ir slavenā amerikāņu psihoanalītiķa Erika Eriksona asistents Sanfrancisko psihoanalīzes institūtā. Savu transakcionālo pieeju E. Berns veido 50. gados. 1957. gadā iznāk viņa grāmata «Ego stāvokļi psihoterapijā», kurā viņš atsakās no ortodoksālā freidisma pozīcijām un izklāsta savas jaunās pieejas pamatprincipus. 60. gados iznāk Berna galvenie darbi: «Psihoanalīze iesācējiem», «Transakcionālā analīze psihoterapijā», «Organizāciju un grupu struktūra un dinamika», «Sekss cilvēku mīlestībā».

Berns ir trīs reizes precējies un visas trīs reizes šķīries (pēc savas iniciatīvas), pēdējā šķiršanās no divdesmit gadus jaunākās sievas notiek tikai pusgadu pirms Berna nāves no infarkta 1970. gadā. Pēdējā grāmata «Ko jūs sakāt pēc tam, kad esat pateikuši sveiks?» iznāk jau pēc tās autora nāves 1972. gadā.

Transakcionālā analīze ir personības un sociālās uzvedības teorija un psihoterapeitiska metode. Transakcionālajā analīzē

Berns ir mēģinājis apvienot psihoanalītisko un biheivioriālo pieeju. Vārdu «transakcija» (*transaction*) Berns lieto ar nozīmi «mijiedarbība». Kāpēc Berns savas teorijas apzīmējumam ir izmantojis tieši šo vārdu, tradicionāli psiholoģijā lietotā jēdziena «interakcija» (*interaction*) vietā? Šādi viņš parāda savu attieksmi pret akadēmiskās psiholoģijas izvairīgo stilu un nepraktiskumu. Kādā no savām lekcijām Berns saka: «Iedomājieties; ka es aizeju pie ķirurga izoperēt iekaisušās mandeles. Tā vietā, lai sāktu operāciju, viņš sāk runāt par to, ka gatavojas spert dažus soļus manu mandeļu izoperēšanas virzienā. Kad mēs sakām «interakcija», mēs sakām: «Es nezinu. Es tikai tuvojos tam.» Kad mēs sakām «transakcija», mēs sakām: «Es zinu, ka cilvēki runājot cits ar citu, kaut ko maina, un tāpēc cilvēki sarunājas.»» Berna transakcionālā pieeja ir vairāk praktiska nekā teorētiska. Kā teorija tā ir vairāk kompilatīva, ne velti to gandrīz vienmēr piemin Rietumos izdotajās rokasgrāmatās psihoterapeitiem, ārstiem, pedagogiem un vadītājiem, bet daudz retāk – akadēmiskajos izdevumos psiholoģijā.

Transakcionālā analīze ietver četrus analīzes līmeņus. *Strukturālā analīze* ir individuālas personības analīze. Personību Berns aplūko kā trīs iespējamās Es apziņas stāvokļus - Vecāku, Pieaugušā un Bērna stāvokli. Tiekoties ar citiem, cilvēks atrodas kādā no šiem stāvokļiem. Tie ir ļoti dinamiski un mainās atkarībā no situācijas vai sarunas gaitas. Zināmā mērā tie atgādina Freida Superego (Virses), Ego (Es) un Id (Tas). Tomēr šī līdzība ir tikai ārēja. Pirmkārt, Berns runā par apziņas stāvokļiem, turpretī Freida priekšstatos psihe struktūras var būt gan apzinātas, gan daļēji apzinātas, gan pilnībā neapzinātas. Otrkārt, Berns analizē cilvēku uzvedību - katrs no minētajiem Es stāvokļiem izpaužas noteiktos žestos, pozā, emocijās, izteikumos. Šos stāvokļus ir iespējams atpazīt, «diagnosticēt». Freidam Id, Ego un Superego bija vairāk teorētiski konstrukti, «domāšanas instrumenti».

Mijiedarbību (transakciju) analīze. Mijiedarbība ir ne tikai

uzruna, bet arī otram adresēts smaids, galvas mājiens, skatiens, pat zīmīga klusēšana. Mijiedarbības laikā katrs partneris ieņem kādu no trim pozīcijām jeb Es stāvokļiem. Šīs pozīcijas var būt adekvātas, piemēram, Vecāki - Bērns, neadekvātas, piemēram, Pieaugušais (Pieaugušā pozīcija mudina arī otru ieņemt šādu pašu pozīciju) - Bērns, vai slēptas, piemēram, ārēji cilvēki uzvedas kā Pieaugušie, bet sarunas zemtekstā jūtama mijiedarbība Bērns - Bērns līmenī.

Spēļu analīze. Spēle ir atkārtotošos slēpto mijiedarbību kops. Tam, kurš uzsāk spēli, vienmēr ir kādi slēpti nolūki attiecībā pret otru cilvēku, spēles ir manipulatīvas. Lielākoties tās traucē veidot patiesi atklātas, tuvas attiecības starp spēles dalībniekiem. Pavisam Berns ir aprakstījis 120 spēles. Spēļu analīze ir Berna psihoterapijas pamatā. Tās mērķis ir iemācīt cilvēkam noteiktās situācijās ieņemt Pieaugušā stāvokli, kas ļauj atpazīt savas un citu spēles, savlaicīgi tās pārtraukt un pāriet uz saprātīgākām un godīgākām attiecībām.

Scenāriju analīze. Scenāriji ir spēles, ko cilvēki, paši to bieži vien neapzinoties, spēlē visā dzīves garumā. Berna «scenārijs» lielā mērā atbilst dzīves plāna jeb stila jēdzienam Alfrēda Ādlera individuālajā psiholoģijā. Savu dzīves scenāriju apzināšanās dod cilvēkiem iespēju padarīt tos konstruktīvākus vai pat pilnībā atteikties no tiem.

Šajā grāmatā galvenokārt ir aplūkoti pirmie trīs analīzes līmeņi, scenāriju analīze plašāk ir apskatīta grāmatā «Ko jūs sakāt pēc tam, kad esat pateikuši sveiks?» Praktiskuma dēļ transakcionālā analīze ir iekarojusi visai plašu popularitāti psihoterapeitu, psiholoģiskās konsultēšanas speciālistu, sociālo darbinieku, pedagogu, vadītāju un citu tādu profesiju pārstāvju vidū, kur darbs saistīts ar cilvēkiem. 1964. gadā tiek nodibināta Starptautiskā Transakcionālās analīzes asociācija. 80. gadu sākumā transakcionālās analīzes asociācijas izveidojas arī Krievijā un Lietuvā. Laikā kopš 1988. gada visi nozīmīgākie Berna darbi ir izdoti arī krievu valodā. Latviešu lasītājam Erika Berna vārds varētu būt pazīstams no rakstiem

par transakcionālo analīzi, kas sāka parādīties dažādos žurnālos jau kopš 80. gadu vidus. Plašāku ieskatu Berna teorijā un tās praktiskajā lietošanā varēja gūt no latviešu valodā izdotās Mjurielas Džeimsas un Dorotijas Džongvardas grāmatas «Dzimušie uzvarēt». Tiem, kas jau agrāk ir iepazinušies ar Freida psihoanalīzi, būs iespēja saskarties ar Freida atziņām jaunā traktējumā, citus šīs grāmatas lasīšana var mudināt apgūt psihoanalīzes pamatjēdzienus. Tā kā Berns savus darbus adresējis plašam lasītāju lokam, viņš ir centies lietot sarunvalodas izteicienus aprakstīto psiholoģisko parādību un mehānismu apzīmēšanai. Diemžēl mūsu apstākļos tas nevis atvieglo, bet, gluži otrādi, nedaudz apgrūtina Berna ideju uztveri, jo Berna lietotā sarunvaloda nāk no 60. gadu Amerikas. Kultūras nosacītība ir jāņem vērā, piemērojot Berna spēļu un dzīves scenāriju aprakstus mūsu ikdienai, jo šīs spēles un scenāriji ir veidojušies konkrētā sabiedrībā pastāvošo kultūras tradīciju un, līdz ar to, arī ģimenes tradīciju iespaidā.

40.-50. gados Amerikā un 90. gados arī pie mums popularitāti iekaroja Deils Kārnegijs. Viņš savās grāmatās deva konkrētus padomus, kā rīkoties tajā vai citā situācijā, lai iegūtu draugus un ietekmētu citus cilvēkus. Berna grāmatās šādu padomu nav. Berns rosina lasītāju pašu paskatīties uz sevi it kā no malas un, analizējot savu uzvedību dažādās dzīves situācijās, pašam atrast sev piemērotāko risinājumu.

Ceru, ka katrs šīs grāmatas lasītājs atradīs šeit savu spēli un varēs padomāt, ko ar to tālāk iesākt. Vai viss lai paliek pa vecam?

Dr. psych.
Viesturs Reņģe

PRIEKŠVārds

Sākotnēji šis darbs bija iecerēts kā turpinājums manai grāmatai "Transakciju analīze psihoterapijā"¹, tomēr tika plānots tā, lai lasītājs varētu to saprast arī neatkarīgi no pirmās grāmatas. Pirmajā daļā ir apkopotas spēļu analīzei un izpratnei nepieciešamās teorētiskās nostādnes. Otrajā daļā ir dots individuālo spēļu apraksts. Trešā daļa satur jaunu klīnisko un teorētisko materiālu, kas saistībā ar iepriekš izklāstītajām atziņām ļauj saprast, ko nozīmē brīvība no spēlēm. Gadījumos, kad nepieciešams dziļāks pamatojums, ir dotas atsauces uz pirmo grāmatu. Lasītājs, kurš salīdzinās abas manas grāmatas, pamanīs, ka esmu ne tikai izvirzījis jaunas teorētiskas nostādnes, bet arī nedaudz mainījis terminoloģiju un skatpunktu. Šo izmaiņu nepieciešamību noteica jauna teorētiskā un klīniskā materiāla apguve.

Rakstīt šo grāmatu mani mudināja intereses pilnie studentu un lekciju apmeklētāju jautājumi. Studenti aicināja mani izveidot spēļu sarakstus vai sīkākus to spēļu aprakstus, kas tika minētas kā piemēri transakciju analīzes principu vispārēja izklāsta gaitā. Es gribētu izteikt lielu pateicību visiem maniem studentiem un klausītājiem, kā arī daudzajiem pacientiem, kuri man atklāja arvien jaunas spēles un deva tām nosaukumus. Īpaši pateicīgs esmu Barbarai Rozenfeldei par viņas daudzajām idejām attiecībā uz klausīšanās mākslu un nozīmi, Melvinam Boisam, Džozefam Konkanonam, dr. Franklinam Ernstam, dr. Kenetam Evertam, dr. Gordonam Griteram, Frānsisai Metsonei un dr. Rejam Poindeksteram, kā arī daudziem citiem kolēģiem, kuri patstāvīgi atklāja daudzas spēles vai apstiprināja šo spēļu nozīmi.

Klods Steiners, bijušais Sanfrancisko Sociālās psihiatrijas semināru zinātniskais vadītājs, kurš tagad vada Mičiganas universitātes psiholoģijas fakultāti, pelna īpašu atzinību divu iemeslu dēļ. Viņa vadībā notika pirmie eksperimenti, kas apstiprināja daudzus spēļu analīzes teorētiskos uzstādījumus.

Šo eksperimentu rezultāti jāva ievērojami padziļināt izpratni par cilvēku autonomiju un tuvību. Gribu pateikties arī semināru atbildīgajai sekretārei Violai Litai un manai personiskajai sekretārei Mērijai N. Viljamsai par viņu pastāvīgo palīdzību, kā arī Ennai Garetai par viņas ieguldījumu šīs grāmatas tapšanā.

Semantika

Lai spēles apraksts būtu pēc iespējas kompaktāks, tas tiek veikts pirmām kārtām no vīrieša viedokļa, ja vien spēles nav izteikti sievišķīgas. Piemēram, vadošais spēlētājs parasti tiek apzīmēts ar vārdu "viņš". Tas tiek darīts bez jebkādiem aizspriedumiem, jo tā pati situācija (ja vien nav norādes uz pretējo) var viegli tikt aprakstīta no "viņas" viedokļa, *mutatis mutandis**. (Ja sievietes loma būtiski atšķiras no vīrieša lomas, tā tiek apskatīta atsevišķi. Psihoterapeits (tāpat bez aizspriedumiem) tiek apzīmēts ar vārdu "viņš". Grāmatā apkopotie piemēri un viedokļi ir pirmām kārtām orientēti uz praktizējošu klīnicistu auditoriju, taču grāmata var izrādīties interesanta un noderīga arī citu profesiju pārstāvjiem.

Transakcionālā spēļu analīze būtu skaidri jānodala no tās augošās māsas – matemātiskās spēļu analīzes, kaut arī daži tekstā lietotie jēdzieni, piemēram, rezultāts (ieguvums, laimests) ir izteikti matemātiski. Detalizētu spēļu matemātiskās teorijas apskatu sniedz R. Lūsa un H. Raifa darbs "Spēles un lēmumi."²

Karmela, Kalifornija, 1962. gada maijs

ATSAUCES

¹ Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Grove Press, Inc., New York, 1961.

² Luce, R. D. and Raiffa, H. *Games & Decisions*. John Wiley & Sons, Inc., New York, 1957.

**Mutatis mutandis* (latīņu val.) - izdarot vajadzīgos grozījumus. - Red.

1. Sociālās saskarsmes process

Sociālās saskarsmes teoriju es esmu detalizēti izklāstījis grāmatā "Transakciju analīze psihoterapijā"¹, tāpēc šeit raksturošu tikai teorijas galvenās iezīmes.

Spics atklāja², ka tiem mazuļiem, kas ilgstoši nav ņemti rokās, neatgriežami pasliktinās veselība, kas var izraisīt hronisku saslimšanu. Spics šo procesu nosauca par emocionālu deprivāciju un pierādīja, ka tā sekas var būt fatālas. Spica pētījumi ļāva izvirzīt ideju par *stimulu badu* un liecināja, ka bērnam visnepieciešamākās stimulu formas ir tās, ko nodrošina fiziska tuvība. Šī secinājuma pareizību nav grūti pārbaudīt ikdienas praksē.

Līdzīga parādība ir vērojama arī attiecībā uz pieaugušiem cilvēkiem sensorās deprivācijas situācijās. Ir eksperimentāli pierādīts, ka deprivācija var izraisīt pārejošu psihozi vai vismaz īslaicīgus garīgus traucējumus. Jau senāk bija zināms, ka sociāla un sensora deprivācija šādi iespaido cilvēkus, kas nolemti ilgstošam ieslodzījumam vieninieku kamerās, ko par visšausmīgāko soda veida uzskata pat tie cietumnieki, kas nocietinājušies pret fizisku brutalitāti^{3,4}. Mūsdienās tas ir viens no iedarbīgākajiem politiska spiediena veidiem. (Un otrādi - labākais no zināmajiem ieročiem pret piekāpību ir sociālā organizācija.⁵)

No bioloģiskā viedokļa raugoties, pastāv iespēja, ka emocionālā un sociālā deprivācija var izraisīt vai veicināt organiskus traucējumus. Ja organismā netiek pietiekami stimulēta smadzeņu audu retikulārā aktivizējošā sistēma⁶, tam var sekot kaut vai netiešas deģeneratīvas nervu šūnu izmaiņas. Protams, tā var būt arī nepietiekama uztura izraisīta ietekme, tomēr jāņem vērā, ka sliktu ēstgribu var izraisīt apātija, piemē-

ram, bērniem, kas cieš no marasma. Tādējādi var pieņemt, ka bioloģiskā ķēde ved no emocionālās un sensorās deprivācijas uz apātiju un no tās – pie deģeneratīvām izmaiņām un nāves. Šajā ziņā stimulu bads cilvēka organisma izdzīvošanu ietekmē līdzīgi kā pārtikas bads.

Patiesi, stimulu bads līdzinās izsalkumam ne tikai bioloģiski, bet arī psiholoģiski un sociāli. Tādus apzīmējumus kā “nepietiekams uzturs”, “pārsātinājums”, “baudkārs cilvēks”, “gardēdis”, “askēts”, “kulinārijas māksla” un “labs pavārs” var viegli pārnest no ēšanas sfēras uz sajūtu sfēru. Pārēšanās savā ziņā atgādina pārmērīgu stimulāciju. Abās sfērās parastos apstākļos, kad ir pieejama pietiekama un daudzveidīga “ēdienkarte”, izvēli lielā mērā nosaka cilvēka individuālās īpatnības. Iespējams, ka dažas vai daudzas no šīm īpatnībām nosaka cilvēka konstitūcija, bet šajā gadījumā tam nav nozīmes.

Sociālo psihiatriju interesē šāds jautājums: kas notiek pēc tam, kad bērns, kurš aug normālos apstākļos, tiek atšķirts no mātes? Līdz šim sacīto koncentrētā veidā var izteikt šāda “sarunvalodas frāze”⁷: “Ja jūs netiekat noglaudīts, jūsu muguras smadzenes sačokurojas”. Pēc tam, kad ciešas tuvības periods ar māti ir beidzies, cilvēks visu atlikušo mūžu saskaras ar dilemmu, kas nosaka viņa likteni un dzīves gaitu. Vienā pusē ir sociālie, psiholoģiskie un bioloģiskie spēki, kas neļauj veidoties tādai fiziskai tuvībai, kāda pastāvēja agrā bērnībā. Otrā pusē ir cilvēka pastāvīgie centieni sasniegt šo tuvību. Vairumā gadījumā cilvēks rod kompromisu. Viņš apgūst izsmalcinātākas vai pat simboliskas fiziskās saskarsmes formas (zināmā mērā šim mērķim var kalpot pat vismazākā liecība par atzinību), kaut arī viņa sākotnējās alkas pēc fiziska kontakta var palikt nemainīgas.

Kompromisu veidošanas procesu var apzīmēt dažādi, piemēram, par sublimāciju, bet, lai kāds arī būtu procesa nosaukums, tā rezultāts ir infantilā sensorā bada daļēja transformācija par tā dēvēto *atzinības badu*. Kompromisu meklēšanas procesam kļūstot arvien sarežģītākam, cilvēks

savos centienos pēc atzinības top arvien atšķirīgāks no citiem, un tieši šī viņa citādība dažādo sociālās saskarsmes formas un nosaka cilvēka likteni. Piemēram, kinoaktierim, lai viņa muguras smadzenes nesačokurotos, katru nedēļu var būt nepieciešami vairāki simti noglaudīšanu no nepazīstamiem pielūdzējiem, savukārt zinātnieks var saglabāt fizisku un garīgu veselību, saņemot vienu noglaudīšanu gadā no cienījama kolēģa.

Vārdu "noglaudīšana" mēs izmantosim kā intīma fiziska kontakta vispārīgu apzīmējumu. Praksē tam var būt dažādas formas. Daži cilvēki burtiskā nozīmē noglauda mazuli, citi viņu apkampj vai paplikšķina pa vaigu, vēl citi - iekniebj vai iesit knipi. Visām šīm darbībām ir analogi sarunā, tāpēc ir iespējams paredzēt cilvēka izturēšanos pret bērnu, paklausoties, kā viņš runā. Plašākā nozīmē vārdu "noglaudīšana" var lietot, lai apzīmētu jebkuru rīcību, kas norāda uz cita cilvēka klātbūtnes fakta atzišanu. Tādējādi vārds *noglaudīšana* var kalpot kā sociālās darbības pamatvienība. Apmaiņa ar noglaudīšanām veido *transakciju*, kas ir sociālās saskarsmes vienība.

Spēļu teorijas ietvaros darbojas princips, ka no bioloģiskā viedokļa jebkura veida sociālā saskarsme ir labāka par saskarsmes trūkumu. S. Levina⁸ eksperimenti ar žurkām pierādīja, ka fiziska saskarsme labvēlīgi ietekmē ne tikai organisma fizisko, garīgo un emocionālo attīstību, bet arī smadzeņu bioķīmiju un pat pretestību leikēmijai. Nozīmīgs Levina eksperimentu atklājums bija fakts, ka dzīvnieku veselību vienlīdz efektīvi nostiprina gan maigs pieskāriens, gan sāpīgs elektrošoks.

Šis secinājums mūs mudina pāriet pie nākamās tēmas.

2. Laika struktūrēšana

Mēs tātd varam uzskatīt, ka gan mazuļu auklēšana rokās, gan tās simboliskais ekvivalents pieaugušo dzīvē - atzinība - ir

līdzvērtīga izdzīvošanai. Jautājums ir šāds: "ko darīt tālāk?" jeb, vienkāršiem vārdiem runājot, "ko cilvēki dara pēc tam, kad viņi ir apmainījušies ar sveicieniem, vienalga, vai tie ir bijuši vienkārši biedriski "Hei!" vai austrumnieciski rituāli vairāku stundu garumā?" Līdzās stimulu un atzinības badam pastāv arī *strukturālais bads*. Pusaudžus pastāvīgi nodarbina jautājums: "Ko tu pēc tam teici viņai (viņam)?" Daudziem cilvēkiem, ne tikai pusaudžiem, nav nepatīkamākas situācijas par tā dēvēto sociālo pauzi jeb mēma, nestrukturēta laika periodu, kad nevienam no klātesošajiem nav nekā interesantāka ko piebilst kā vien: "Vai jums nešķiet, ka sienas šovakar ir perpendikulāras?" Cilvēka mūžīgā problēma ir izvēlēties veidu, kā strukturēt savas nomoda stundas. Eksistenciālā nozīmē sabiedriskās dzīves funkcija ir sniegt pastāvīgu atbalstu šajā ziņā.

Laika strukturēšanas operacionālo aspektu mēs varam nosaukt par programmēšanu. Tai savukārt ir trīs aspekti - materiālais, sociālais un individuālais. Visparastākā, piemērotākā, ērtākā un praktiskākā laika strukturēšanas metode ir projekta izveide mijiedarbībai ar ārējās realitātes materiālo pusi, ko parasti mēdz saukt par darbu. Psiholoģijā šāda projekta veidošanu sauc par *darbību*; jēdziens "darbs" šajā gadījumā ir nepiemērots, jo saskaņā ar sociālās psihiatrijas vispārējo teoriju arī sociālā saskarsme ir darba veids.

Materiālā programmēšana veidojas kā reakcija uz nejaušībām, ar kurām cilvēks saskaras mijiedarbībā ar ārējo realitāti. Šajā gadījumā materiālā programmēšana mūs interesē tikai kā darbības, kas piedāvā matrici "noglaudišanām", atzinības izteikšanai un citām daudz sarežģītākām sociālās saskarsmes formām. Materiālā programmēšana nav pirmām kārtām sociāla problēma; savā būtībā tā pamatojas uz informācijas apstrādi. Piemēram, tāda darbība kā laivas būvēšana pamatojas uz daudziem aprēķiniem un varbūtību izskaitļošanām, un, lai būvniecība varētu turpināties, jebkurai tās sakarā notiekošai sociālai mijiedarbībai ir jābūt pakārtotai šiem aprēķiniem.

Sociālā programmēšana izpaužas tradicionālās rituālās vai pusrituālās saskarsmes formās. Tās galvenais kritērijs ir lokāla pieņemamība un izplatība, ko mēdz dēvēt par "labām manierēm". Visās pasaules malās vecāki māca saviem bērniem uzvedības formas jeb manieres. Bērni apgūst pareizās sasveicināšanās, ēšanas, lakstošanās un sēru rituālu formas, kā arī iemācās sarunāties par noteiktām tēmām, ievērojot pieļaujamo kritikas un labvēlības līmeni. Kritisko un labvēlīgo piezīmju attiecību mēdz dēvēt par takta izjūtu vai diplomātiju; dažas tās formas ir universālas, citas - lokālas. Vietējās senču tradīcijas pieļauj vai aizliedz, piemēram, atraugāties pie galda vai apvaicāties par sarunas biedra sievas veselību, un, patiesi, starp šīm konkrētajām transakcijām pastāv tieša korelācija. Parasti tajās vietās, kur cilvēki pie galda mēdz atraugāties, nebūtu prātīgi apvaicāties par sievas veselību, savukārt vietās, kur sarunu biedri mēdz apvaicāties par sievas veselību, nebūtu prātīgi pie galda atraugāties. Formāliem rituāliem parasti seko pusrituālas sarunas par zināmām tēmām, kuras mēs varam izdalīt atsevišķi un nosaukt par *laika kavēkļiem*.

Cilvēkiem iepazīstoties tuvāk, arvien lielāku un lielāku nozīmi iegūst *individuālā programmēšana*, kuras rezultātā sāk notikt "incidenti". Šie incidenti šķietami atgadās nejauši, proti, incidentos iesaistītie cilvēki tos var raksturot kā nejaušus, tomēr rūpīga pārbaude atklāj, ka tie atbilst noteiktiem klasificējamiem paraugiem. Transakciju secību ierobežo nerakstīti likumi un noteikumi, kas paliek apslēpti tikmēr, kamēr draudzīgās vai naidīgās attiecības attīstās atbilstoši noteiktai kārtībai, bet kļūst acīmredzami brīdī, kad tiek veikts nepareizs gājiens, izraisot simbolisku, verbālu vai juridiskas nozīmes izsaucienu: "Nav godīgi!" Šādu transakciju secību, kas, atšķirībā no laika kavēkļiem, pamatojas uz vairāk individuālu un mazāk sociālu programmēšanu, var saukt par *spēlēm*. Ģimenes dzīve un laulības dzīve, kā arī visdažādāko organizāciju dzīve var gadu pēc gada pamatoties uz vienas un tās pašas spēles variācijām.

Apgalvojums, ka spēles veido lielāko daļu no sociālajām darbībām, vēl nenozīmē, ka spēles ir "izklaides" formas vai ka spēļu dalībnieku attiecības ir nenopietnas. No vienas puses, futbola vai citu sporta spēļu "spēlēšana" var būt pilnīgi nopietna nodarbība, un tās dalībnieki - ļoti nopietni ļaudis, turklāt šādas spēles līdzīgi, piemēram, azartspēlēm un citām šāda veida "spēlēm" var izrādīties potenciāli ļoti bīstamas un dažkārt pat fatālas. No otras puses, daži autori, piemēram, Heizinga⁹ pie "spēlēm" pieskaita tādas visnotaļ nopietnas dzīves situācijas kā kanibālu dzīru mielasts. Tāpēc nosaukt par spēlēm tik traģiskas uzvedības formas kā pašnāvība, alkoholisms, narkomānija, noziedzība vai šizofrēnija nav ne bezatbildība, ne asprātība, ne vieglprātība, ne barbarisms. Cilvēku spēļu pamatiezīme ir nevis emociju neīstums, bet gan to regulācija. To mēs redzam situācijās, kad par nepareizu (jeb situācijai neatbilstošu) emociju izrādīšanu tiek piemērotas sankcijas. Spēle var būt nežēlīgi vai pat fatāli nopietna, bet sociālās sankcijas ir nopietnas tikai tad, ja tiek pārkāpti spēles noteikumi.

Spēles un laika kavēkļi ir īstas dzīves un patiesas tuvības aizstājēji. Šī iemesla dēļ tos var uzskatīt drīzāk par sākotnēju vienošanos, nevis par ciešu savienību, un tieši tāpēc tās ir saspringtas attiecību formas. Tuvība sākas brīdī, kad individuālā (parasti instinktīvā) programmēšana kļūst intensīvāka un gan sociālie modeļi, gan slēptie ierobežojumi un motīvi sāk zaudēt savu ietekmi. Tā ir vienīgā pilnībā apmierinošā atbilde uz stimulu badu, atzinības badu un strukturālo badu. Tās prototips ir milētāju savienošanās akts.

Strukturālajam badam ir tikpat liela izdzīvošanas vērtība kā stimulu badam. Stimulu bads un atzinības bads paūž nepieciešamību izvairīties no sensora un emocionāla izsalkuma, tie abi noved pie bioloģiskas deģenerācijas. Savukārt strukturālais bads paūž nepieciešamību izvairīties no garlaicības; Kirkegors¹⁰ ir aprakstījis tos ļaunumus, ko rada nestrukturēts laiks. Ja garlaicība saglabājas noteiktu laiku, tā

kļūst par sinonīmu emocionālam izsalkumam un var izraisīt tās pašas sekas.

Vientuļš cilvēks var strukturēt laiku divējādi - darbojoties vai fantazējot. Cilvēks var palikt vientuļš pat citu cilvēku klātbūtnē; to labi zina katrs skolotājs. Ja cilvēks pieder pie sociālas grupas, kas sastāv no diviem vai vairāk cilvēkiem, viņam ir dažādas laika strukturēšanas iespējas. Secībā no vienkāršākām pie sarežģītākām tās ir šādas: 1) rituāli, 2) laika kavēkļi, 3) spēles, 4) tuvība un 5) darbība, kas var veidot matrici visām pārējām laika strukturēšanas formām. Katra sociālas grupas locekļa mērķis ir iegūt pēc iespējas vairāk apmierinājumu no transakcijām ar citiem grupas locekļiem. Jo pieejamāks viņš ir citiem, jo vairāk apmierinājumu var iegūt. Viņa sociālo operāciju programmēšana notiek lielākoties automātiski. Tā kā dažus no šīs programmēšanas gaitā iegūtajiem "apmierinājumiem", piemēram, pašiznīcināšanās aktus, būtu grūti apzīmēt ar vārdu "apmierinājums" tā parastajā nozīmē, tad labāk būtu to aizstāt ar neitrālāku vārdu, piemēram, "labums" vai "ieguvums".

Ieguvumi no sociāla kontakta palīdz uzturēt somatisko un psihisko līdzsvaru. Tas ir saistīts ar šādiem faktoriem: 1) sasprindzinājuma noņemšana, 2) izvairīšanās no veselībai kaitīgām situācijām, 3) noglaidīšanu saņemšana, 4) iedibinātā līdzsvara uzturēšana. Visus šos ieguvumus ir detalizēti pētījuši un apsprieduši fiziologi, psihologi un psihoanalītiķi. Pārtulkojot sociālās psihiatrijas valodā, mēs tos varam klasificēt šādi: 1) primārie iekšējie ieguvumi, 2) primārie ārējie ieguvumi, 3) sekundārie ieguvumi un 4) eksistenciālie ieguvumi. Pirmie trīs atgādina Freida aprakstītos "labumus no slimības" – attiecīgi iekšējo paranosisko, ārējo paranosisko un epinosisko.¹¹ Mūsu pieredze rāda, ka sociālās transakcijas ir daudz lietderīgāk un pamācošāk aplūkot no iegūstamo labumu viedokļa un nevis kā aizsargreakcijas. Pirmkārt, vislabākā aizsardzība ir jebkāda izvairīšanās no transakcijām un, otrkārt, koncepts "aizsardzība" ir attiecināms tikai uz daļu no pirma-

jiem diviem ieguvumu veidiem, bet pārējie kopā ar trešā un ceturtnā veida ieguvumiem no šī skatpunkta mums ir zuduši.

Visapmierinošākās sociālā kontakta formas – neatkarīgi no tā, vai tās iekļaujas vai neiekļaujas darbības matricē – ir spēles un tuvība. Ilgstoša tuvība ir reti sastopama un pat tad ir pirmām kārtām attiecināma uz privātās dzīves sfēru. Nozīmīga sociāla sašķarsme visbiežāk norisinās spēļu formā, kas arī ir mūsu pētījuma priekšmets. Papildu informāciju par laika strukturēšanu var iegūt manā grāmatā par grupu dinamiku.¹²

ATSAUCES

¹ Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Grove Press, Inc., New York, 1961.

² Spitz, R. "Hospitalism: Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood." *Psychoanalytic Study of the Child*. 1: 53-74, 1945.

³ Belbenoit, Renl. *Dry Guillotine*. E. P. dutton 7 Company, New York, 1938.

⁴ Seaton, G. J. *Isle of the Damned*. Popular Library, New York, 1952.

⁵ Kinkead, E. *In Every War But One*. W. W. Norton 7 Company, New York, 1959.

⁶ French, J. D. "The Reticular Formation." *Scientific American*. 196: 54-60, May, 1957.

⁷ Mēs izmantosim tās "sarunvalodas frāzes", kas tapušas Sanfrancisko Sociālās psihiatrijas semināru nodarbību laikā.

⁸ Levine, S. "Stimulation in Infancy." *Scientific American*. 202: 80-86, May, 1960.

----- "Infantile Experience and Resistance to Physiological Stress." *Science*. 126: 405, August 30, 1957.

⁹ Huizinga, J. *Homo Ludens*. Beacon Press, Boston, 1955.

¹⁰ Kierkegaard, S. A Kierkegaard Anthology, ed. R. Bretall.

Princeton University Press, Princeton, 1947, pp. 22 ff.

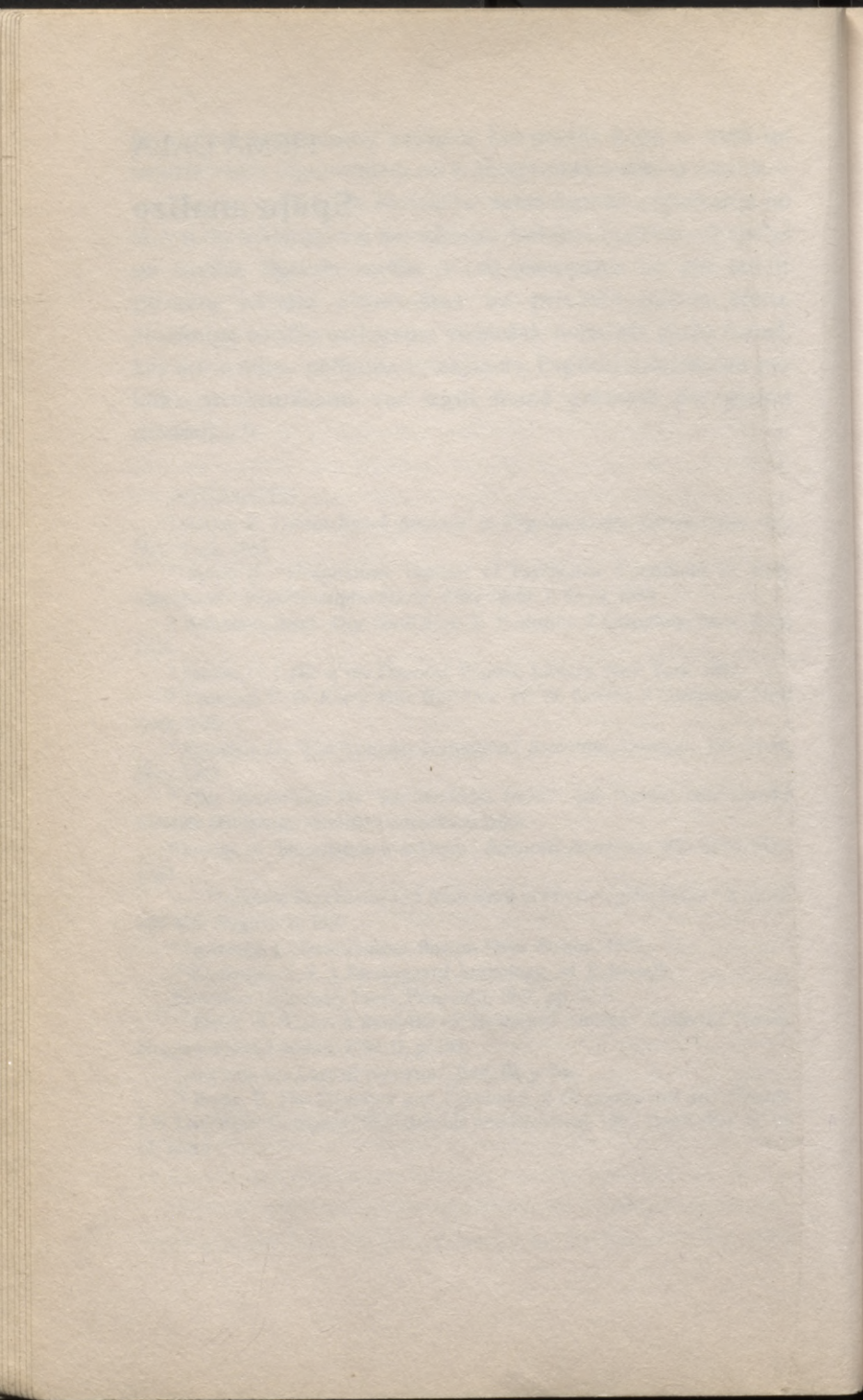
¹¹ Freud, S. "General Remarks on Hysterical Attacks." *Collected Papers*, Hogarth Press, London, 1933, II, p. 102.

"Analysis of a Case of Hysteria." *Ibid*. III, p. 54.

¹² Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. J. B. Lippincott Company, Philadelphia and Montreal, 1963. (Īpaši skat. 11. un 12. nod.)

PIRMĀ DAĻA

Spēļu analīze



PIRMĀ NODAĻA

Strukturālā analīze

Spontānu sociālo darbību novērojumi – tie visproduktīvāk veicami speciālās psihoterapijas grupās – rāda, ka laiku pa laikam cilvēku poza, uzskati, balss, leksika un citi uzvedības aspekti ievērojami mainās. Uzvedības maiņu bieži pavada arī pārmaiņas emocionālajā noskaņojumā. Katrā cilvēkā noteikta uzvedības paraugu sistēma atbilst kādam apziņas stāvoklim, savukārt cita sistēma ir saistīta ar atšķirīgu (un bieži ar citiem nesavienojamu) psihe stāvokli, kas nav savienojams ar pirmo. Šīs izmaiņas un atšķirības ļauj nonākt pie secinājuma par dažādu Es stāvokļu pastāvēšanu.

Psihologijas valodā Es stāvokli var aprakstīt gan fenomenoloģiski kā savstarpēji saskaņotu izjūtu sistēmu, gan operacionāli kā savstarpēji saskaņotu uzvedības paraugu sistēmu. Skaidrāk izsakoties, Es stāvoklis ir izjūtu sistēma līdz ar atbilstošu uzvedības paraugu komplektu. Acīmredzot katram cilvēkam ir iespējams noteikts skaits Es stāvokļu, kas ir nevis lomas, bet psiholoģiskas realitātes. Šos stāvokļus var iedalīt kategorijās: 1) Es stāvokļi, kas atgādina vecāku figūras, 2) Es stāvokļi, kas ir autonomi virzīti uz objektīvu realitātes novērtējumu, un 3) arvien vēl aktīvi Es stāvokļi, kas ir fiksēti agrā bērnībā un reprezentē arhaiskas paliekas. Psihologijā tos sauc attiecīgi par eksteropsihiskajiem, neopsihiskajiem un arheopsihiskajiem Es stāvokļiem. Sarunvalodā Es stāvokļu izpausmes var dēvēt par Vecākiem, Pieaugušo un Bērnu. Turpmāk mēs izmantosim tieši šos vienkāršos apzīmējumus.

Tādējādi var secināt, ka katrs cilvēks ikvienā sociālas saskarsmes brīdī izpauž Vecāku, Pieaugušā vai Bērna Es stāvokli un ka cilvēki spēj ar atšķirīgu gatavības pakāpi pāriet no viena Es stāvokļa uz citu. Psihoterapijas grupās veiktie

novērojumi ļauj izdarīt noteiktus diagnostiskus secinājumus. "Tie ir jūsu Vecāki" nozīmē: "Jūs patlaban atrodaties tajā pašā apziņas stāvoklī, kādā mēdza būt viens no jūsu vecākiem (vai vecāku aizstājējiem), un jūs reaģējat tāpat, kā reaģētu viņš – ar tām pašām pozām, žestiem, vārdiem, izjūtām utt." "Tas ir jūsu Pieaugušais" nozīmē: "Jūs tikko patstāvīgi un objektīvi novērtējāt situāciju un pašreiz formulējat savu domu gaitu, konstatējāt problēmas vai izklāstāt secinājumus, pie kuriem esat nonācis bez jebkādiem aizspriedumiem." "Tas ir jūsu Bērns" nozīmē: "Jūs reaģējat tāpat un ar tādu pašu mērķi, kā to būtu darījuši, kad bijāt ļoti mazs zēns vai meitene."

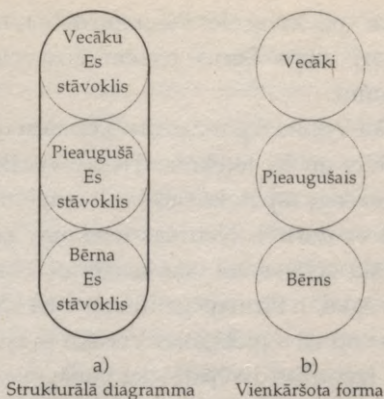
No iepriekš teiktā var secināt:

1. Katram cilvēkam ir bijuši vecāki (vai viņu aizstājēji), un viņš nes sevī Es stāvokļus, kas reproducē vecāku Es stāvokļus (kādus viņš tos uztvēra), un šie vecāku Es stāvokļi noteiktos apstākļos var tikt aktivēti (eksteropsihiska funkcionēšana). Ikdienas valodā runājot, tas skanētu šādi: "Katrs cilvēks ietver sevī vecāku tēlus".

2. Visi cilvēki (tai skaitā bērni, garīgi atpalikušie un šizofrēniķi) spēj objektīvi apstrādāt informāciju, ja tiek aktivēts attiecīgais Es stāvoklis (neopsihiskā funkcionēšana). Vienkāršāk izsakoties: "Katrā cilvēkā ir Pieaugušais".

3. Katrs cilvēks reiz bijis jaunāks nekā pašreiz un ietver sevī fiksētus reliktus no agrākajiem gadiem. Noteiktos apstākļos šie relikti tiek aktivēti (arheopsihiskā funkcionēšana). Vienkāršāk izsakoties: "Katrs cilvēks ietver sevī mazu zēnu vai meiteni".

Pievērsīsimies 1. shēmai (a), ko sauc par strukturālo diagrammu. Diagramma šajā analīzes posmā parāda visus cilvēka personības aspektus. Tā ietver Vecāku, Pieaugušā un Bērna Es stāvokļus. Tie ir rūpīgi nodalīti, jo ir ļoti atšķirīgi un bieži vien arī diezgan pretrunīgi. Nepieredzējis vērotājs Es stāvokļu atšķirības var arī nepamanīt, bet cilvēks, kurš uzņēmis grūtības apgūt strukturālo diagnostiku, tās drīz vien novērtēs kā iespaidīgas un interesantas. Turpmāk ērtības labad vārdus, kas apzīmē reālos vecākus, pieaugušos vai bērnus,



• 1. SHĒMA •

rakstīsim ar mazo burtu, bet Es stāvokļu nosaukumus – ar lielo burtu: Vecāki, Pieaugušais un Bērns. 1. shēma (b) attēlo ērtāk lietojamu, vienkāršotu strukturālās diagrammas formu.

Jautājumā par strukturālo analīzi vēl nepieciešami daži paskaidrojumi.

1. Strukturālajā analizē nekad netiek lietots vārds “bērnišķīgs”, jo tam piemīt stipri negatīva nokrāsa – tas apzīmē kaut ko nevēlamu, kaut ko tādu, no kā vajadzētu atbrīvoties. Raksturojot Bērnu (kā arhaisku Es stāvokli), tiek lietots vārds “bērnu”, jo tam piemīt vairāk bioloģiska un pozitīvāka nozīme. Bērns ir daudzējādā ziņā pati vērtīgākā personības daļa, un cilvēka dzīvē var ienest to pašu, ko reāls bērns ienes ģimenes dzīvē, – burvību, prieku un radošu garu. Ja Bērns cilvēkā ir apmulsis un nevesels, tad sekas var būt visai nelabvēlīgas, tomēr situāciju iespējams uzlabot un tas arī būtu jādara.

2. Iepriekš teiktais attiecas arī uz vārdiem “nobriedis” un “nenobriedis”. Strukturālajā analizē nepastāv tāds apzīmējums kā “nenobriedusi personība”. Ir tikai cilvēki, kuros Bērns gūst virsroku nepiemērotā un neproduktīvā veidā, tomēr visiem šiem cilvēkiem ir labi strukturēts Pieaugušais, kas ir tikai jāatklāj vai jāaktivē. Savukārt tā dēvētie “nobriedušie cilvēki”

lielāko daļu laika spēj kontrolēt Pieaugušo, bet, tāpat kā visos citos cilvēkos, arī viņos Bērns reizēm gūst virsroku, bieži izraisot apmulsumu.

3. Jāatzīmē, ka Vecāki izpaužas divējādi tieši un netieši – kā aktīvs Es stāvoklis un kā ietekme. Tiešās Vecāku aktivitātes gadījumā cilvēks reaģē tāpat, kā šajā brīdī reaģētu viņa tēvs vai māte ("Dari, kā es daru"). Netiešās ietekmes gadījumā viņš reaģē tā, kā vecāki vēlētos, lai viņš reaģētu ("Nedari tā, kā es daru, dari, kā es saku"). Pirmajā gadījumā viņš kļūst par vienu no Vecākiem, bet otrajā – pielāgojas Vecāku prasībām.

4. Arī Bērns izpaužas divējādi – kā pielāgojies Bērns un kā dabiskais Bērns. Pielāgojies Bērns Vecāku ietekmē izmaina savu uzvedību. Viņš uzvedas tā, kā to vēlas viņa tēvs vai māte, piemēram, kā ļoti piekāpīgs vai kā pārāgri attīstījies bērns. Pielāgošanās izpausme var būt arī noslēgšanās sevī vai činkstešana. Tādējādi Vecāku ietekme ir cēlonis, bet pielāgojies Bērns – sekas. Dabisko Bērnu raksturo spontāna rīcība, piemēram, nepaklausība vai radoša pašizpausme. Strukturālo analīzi labi pamato alkohola reibuma izpausmes. Parasti pirmie apreibst Vecāki; pielāgojies Bērns atbrīvojas no Vecāku ietekmes un pārtop dabiskajā Bērnā.

Tikai retumis efektīvai spēju analīzei – ciktāl tas skar personības struktūru – ir nepieciešams būtiski paplašināt minētās nostādnes.

Es stāvokļi ir normālas psiholoģiskas parādības. Cilvēka smadzenes ir psihiskās dzīves orgāns jeb organizētājas, un to produkti tiek sakārtoti un uzglabāti Es stāvokļu formā. Par to liecina konkrēti fakti Penfilda un viņa līdzstrādnieku pētījumos.¹² Pastāv arī citas sakārtošanas sistēmas dažādos līmeņos, piemēram, faktu iegaumēšana. Tomēr dabiskā pieredzes forma ir mainīgie apziņas stāvokļi. Katram Es stāvokļu veidam ir vitāli svarīga nozīme cilvēka organisma dzīvē.

Bērnā mājo intūcija,³ radošs gars, spontanitāte un prieks.

Pieaugušais ir nepieciešams izdzīvošanai. Tas apstrādā informāciju un izskaitļo varbūtības, kas nodrošina efektīvu

cilvēka mijiedarbību ar apkārtējo pasauli. Pieaugušais pazīst savus trūkumus un zina, kas to iepriecina. Piemēram, lai šķērsotu ielu vietā, kur valda dzīva satiksme, ir nepieciešams veikt sarežģītus ātruma aprēķinus; darbība tiek atlikta līdz brīdim, kad saskaņā ar augstu varbūtības pakāpi ielas šķērsošana vairs nebūs bīstama. Gandarijums, ko cilvēkam sniedz šādu aprēķinu veiksmīgs iznākums, izskaidro aizraušanos ar tādiem sporta veidiem kā, piemēram, kalnu slēpošana, lidošana vai burāšana. Cits Pieaugušā uzdevums ir kontrolēt Vecāku un Bērna rīcību un būt tiem par objektīvu starpnieku.

Vecākiem ir divas galvenās funkcijas. Pirmkārt, tie iedrošina cilvēku efektīvi darboties kā savu reālo bērnu tēvam vai mātei un tādējādi dot savu ieguldījumu cilvēces izdzīvošanā. Vecāku vērtību šajā ziņā raksturo fakts, ka tiem cilvēkiem, kas bērnībā kļuvuši par bāreņiem, bērnu audzināšana padodas daudz grūtāk nekā tiem, kas līdz pusaudžu vecumam dzīvojuši pilnās ģimenēs. Otrkārt, Vecāki daudzas reakcijas padara automātiskas, kas ļauj ietaupīt lielu daļu laika un enerģijas. Daudzas lietas tiek darītas tāpēc, ka "tā mēdz darīt". Tas atbrīvo Pieaugušo no nepieciešamības pieņemt neskaitāmus maznozīmīgus lēmumus, un viņš var nodoties daudz svarīgāku jautājumu risināšanai, sadzīves lietas atstājot Vecāku ziņā.

Tādējādi visiem trim personības aspektiem piemīt augsta izdzīvošanas un dzīves vērtība. To reorganizācija un analīze ir nepieciešama tikai tad, ja kāds no tiem izjauc veselīgu līdzsvaru. Pretējā gadījumā ikviens – gan Vecāki, gan Pieaugušais, gan Bērns – pelna līdzvērtīgu cieņu un ieņem vienlīdz nozīmīgu vietu pilnvērtīgas un radošas cilvēka dzīves veidošanā.

ATSAUCES

¹ Penfield, W. "Memory Mechanisms." *Archives of Neurology & Psychiatry*. 67: 178-198, 1952.

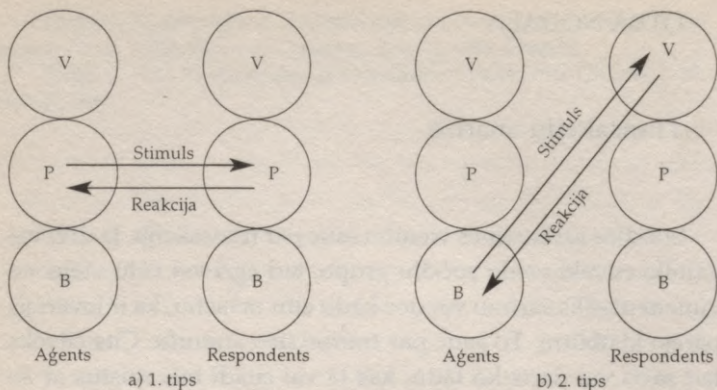
² Penfield, W. & Jasper, H. *Epilepsy and the Functional Anatomy of the Human Brain*. Little, Brown & Company, Boston, 1954. Chap.XI.

³ Berne, E. "The Psychodynamics of Intuition." *Psychiatric Quarterly*. 36: 294-300, 1962.

Transakciju analīze

Sociālās saskarsmes vienību sauc par transakciju. Ja divi vai vairāki cilvēki veido sociālu grupu, tad agri vai vēlu viens no viņiem uzsāks sarunu vai dos kādu citu mājienu, ka ir ievērojis pārējo klātbūtni. To sauc par *transaktīvo stimulu*. Cits cilvēks tad sacīs vai darīs ko tādu, kas tā vai citādi būs saistīts ar šo stimulu. To sauc par *transaktīvo reakciju*. Vienkārša transakciju analīze ļauj diagnosticēt, kurš no Es stāvokļiem ir atbildīgs par transaktīvo stimulu un kurš – par transaktīvo reakciju. Visvienkāršākās transakcijas ir tās, kurās gan stimulu, gan reakciju izpilda abu pušu Pieaugušie. Aģents [ķirurgs] novērtē faktisko situāciju, izvēlas skalpeli un pastiepj pēc tā roku. Respondents [medmāsa] pareizi novērtē šo žestu, izskaitļo nepieciešamo spēku un attālumu un ieliek skalpeli ķirurga rokā tieši tā, kā viņš bija gaidījis. Tikpat vienkāršas ir transakcijas attiecībās starp Bērnu un Vecākiem. Piemēram, drudzi kaistošais Bērns lūdz glāzi ūdens, un gādīgā māte to viņam pasniedz.

Abas minētās transakcijas ir *papildinošas*, proti, tām raksturīga situācijai atbilstoša un prognozējama rīcība un tās atbilst normālai cilvēcisko attiecību kārtībai. 2. shēmā (a) ir attēlota transakcija, kas klasificēta kā pirmā tipa papildinošā transakcija. 2. shēmā (b) ir attēlota otrā tipa papildinošā transakcija. Tomēr ir acīm redzams, ka transakcijas veido ķēdes reakcijas, un tādējādi katra reakcija savukārt ir stimulēta. Pirmais komunikācijas likums skan šādi: komunikācija norisinās bez traucējumiem tikmēr, kamēr transakcijas ir papildinošas. Tādējādi var secināt, ka tikmēr, kamēr transakcijas ir papildinošas, komunikācija var turpināties neierobežoti ilgu laiku. Šie likumi ir spēkā neatkarīgi no transakciju veida



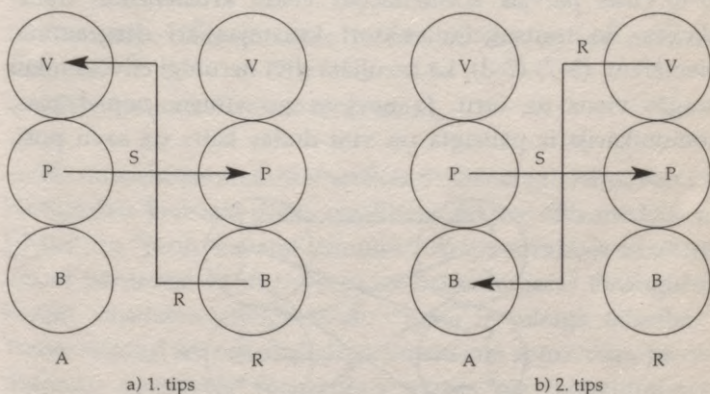
Papildinošās transakcijas

• 2. SHĒMA •

un satura; likumi ir pilnībā formāli un pamatojas uz saskarsmes vektoriem. Kamēr transakcijas ir papildinošas, likumi ir spēcīgi neatkarīgi no tā, vai divi cilvēki nodarbojas ar citu aprunāšanu (Vecāki-Vecāki), risina kādu problēmu (Pieaugušais-Pieaugušais) vai kopā spēlējas (Bērns-Bērns vai Vecāki-Bērns).

Pretējs likums skan šādi: komunikācija tiek pārtraukta brīdī, kad notiek *krusteniskā transakcija*. 3. shēmā (a) ir attēlota visbiežāk sastopamā krusteniskā transakcija, kas izraisa un vienmēr ir izraisījusi lielāko daļu sociāla rakstura domstarpību jebkurā cilvēku dzīves sfērā – laulībā, mīlestībā, draudzībā vai darbā. Tā ir pirmā veida krusteniskā transakcija. Tieši šī veida transakcijas ir galvenais psihoterapeitu raižu cēlonis; psihoanalīzē tās tiek pieskaitītas pie klasiskām pārnesuma reakcijām. Stimuls ir Pieaugušais-Pieaugušais. Piemēram, var uzdot jautājumu: "Varbūt mums vajadzētu noskaidrot, kāpēc tu pēdējā laikā esi sācis vairāk dzert?" vai arī: "Vai tu nezini, kur ir manas aproču pogas?" Pieaugušā-Pieaugušā transakcijas gadījumā atbildes būtu šādas: "Varbūt mums to vajadzētu. Es patiesi gribētu to saprast." vai "Tās atrodas uz galda." Gadījumā, ja respondents aizsvilst dūsmās,

atbildes būtu aptuveni šādas: "Tu vienmēr mani kritizē, tāpat kā to darīja mans tēvs." vai arī "Tu vienmēr visā vaino mani." Tās ir reakcijas Bērns-Vecāki, un, kā redzams transaktīvajā diagrammā, to vektori krustojas. Šādos gadījumos Pieaugušā problēmas attiecībā uz dzeršanu vai aproču pogām ir jāatliek līdz brīdim, kad vektorus varēs izlīdzināt. Var nākties gaidīt vairākus mēnešus (gadījumā ar dzeršanu) vai dažas sekundes (gadījumā ar aproču pogām). Aģentam ir jāklūst par Vecākiem, lai papildinātu respondenta pēkšņi aktivējušos Bērnu, vai arī



Krusteniskās transakcijas

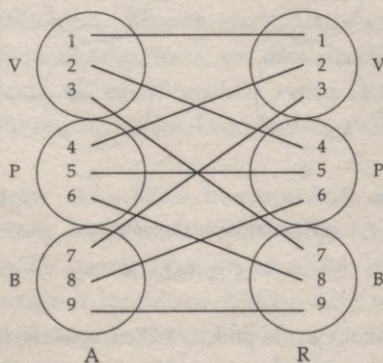
• 3. SHĒMA •

respondentam ir no jauna jāaktivē Pieaugušais, lai papildinātu aģenta Pieaugušo. Ja kalpone sadumpojas un atsakās mazgāt traukus, tad saruna līmenī Pieaugušais-Pieaugušais ir pabeigta, un saimniecei atliek vai nu pāriet uz attiecībām Bērns-Pieaugušais, vai arī risināt citu Pieaugušo tēmu, proti, vai kalponi nevajadzētu atlaist?

3. shēmā (b) ir ilustrēta transakcija, kuras virziens ir pretējs pirmā tipa krusteniskās transakcijas virzienam. Tā ir psihoterapeitiem labi pazīstamā pretpārnesuma reakcija: pacients izsaka objektīvu Pieaugušā piezīmi, un terapeits krusto vektorus, atbildot kā tēvs (vai māte) bērnam. Tā ir otrā tipa krusteniskā

transakcija. Sadzīviskā situācijā jautājumam: "Vai tu nezini, kur ir manas aproču pogas?" var sekot atbilde: "Kāpēc tu pats nezini, kur ir tavas mantas? Tu vairs neesi bērns."

Attiecību diagramma (4. shēma) attēlo deviņus iespējamus sociālās darbības vektorus starp aģentu un respondentu, un to raksturo dažas interesantas ģeometriskas (topoloģiskas) īpašības. Papildinošās transakcijas starp "vienlīdzīgiem psiholoģiskiem stāvokļiem" attēlo vektori $(1-1)^2$, $(5-5)^2$ un $(9-9)^2$. Papildinošas ir arī transakcijas $(2-4)$ $(4-2)$, $(3-7)$ $(7-3)$ un $(6-8)$ $(8-6)$. Visas pārējās kombinācijas veido krusteniskās transakcijas. Šo transakciju vektori krustojas arī diagrammā, piemēram, $(3-7)$ $(7-3)$, kā rezultātā divi nerunīgi cilvēki nikni raugās viens uz otru. Ja neviens no viņiem nepiekāpjas, komunikācija ir pabeigta un viņi dodas katrs uz savu pusi.



Attiecību diagramma

• 4. SHEMA •

Tomēr parasti viens no komunikācijas dalībniekiem pakļaujas un ieņem stāvokli $(7-3)$, kas noved pie spēles "Skandāls". Labāks risinājums būtu $(5-5)^2$, kā rezultātā abi sāktu smieties vai paspiestu viens otram roku.

Vienkāršās papildinošās transakcijas visbiežāk ir raksturīgas paviršām darba un sabiedriskajām attiecībām. Tās viegli var izjaukt vienkāršās krusteniskās transakcijas. Faktiski

paviršas attiecības var definēt kā tādas, kas neiziet ārpus vienkāršu papildinošu transakciju robežām. Šādas attiecības veidojas starp cilvēkiem, kurus vieno kopīgas darbības, rituāli vai laika kavēkļi. Sarežģītākas ir *slēptās transakcijas*, kas paredz vairāk nekā divu Es stāvokļu vienlaicīgu aktivitāti. Tieši šīs transakcijas veido spēļu pamatu. Tā dēvētās *leņķa transakcijas* ietver trīs Es stāvokļus, un tās lietpratīgi pārvalda, piemēram, pārdevēji. Turpmāk minētā vārdu pārmaiņa ir primitīvs, taču dramatisks tirgošanās spēles piemērs:

Pārdevējs: "Šis modelis ir labāks, bet to jūs nevarat atļauties."

Mājsaimniece: "Tieši to es ņemšu."

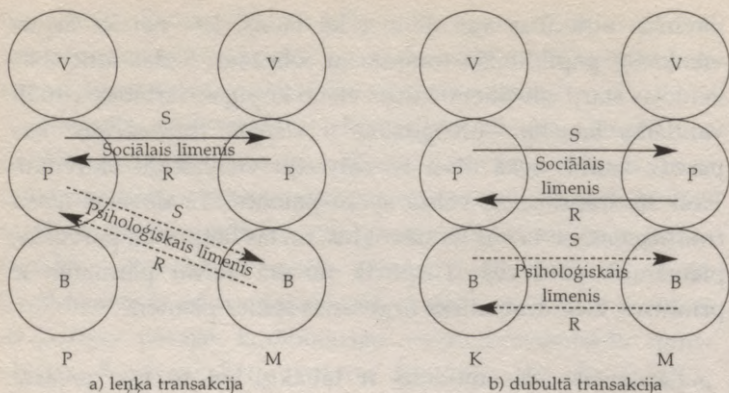
Šīs transakcijas analīze ir attēlota 5. shēmā (a). Pārdevējs kā Pieaugušais konstatē divus objektīvus faktus: "Šis modelis ir labāks" un "Jūs to nevarat atļauties". Ārēji redzamajā *sociālajā līmenī* pārdevēja vārdi ir vērsti uz mājsaimnieces Pieaugušo, kuram vajadzētu atbildēt šādi: "Jums ir pilnīga taisnība." Tomēr slēptajā jeb *psiholoģiskajā* līmenī labi apmācītais, pieredzējušais pārdevēja Pieaugušais vēršas pie mājsaimnieces Bērna. Šī sprieduma pareizību apliecina Bērna atbilde, kas patiesībā ir šāda: "Neskatoties uz finansiālajām sekām, es šim uzpūtīgajam pārdevējam parādīšu, ka neesmu sliktāka par citiem pircējiem." Abos līmeņos transakcijas ir papildinošas, jo pārdevējs izliekas, ka uztver sievietes atbildi kā Pieaugušā izvēli izdarīt pirkumu.

Dubultajā slēptajā transakcijā piedalās četri Es stāvokļi, un to bieži var vērot flirta spēlēs.

Kovbojs: "Iesim apskatīt zirgu stalli."

Apmeklētāja: "Jau kopš bērnības man patik zirgu stalli."

Kā parādīts 5. shēmā (b), sociālajā līmenī norisinās Pieaugušo saruna par zirgu stalliem, bet psiholoģiskajā līmenī



Slēptās transakcijas

• 5. ŠHEMA •

tā ir Bērnu saruna par seksuālo spēli. Virspusējā līmenī šķiet, ka iniciatīva pieder Pieaugušajam, bet patiesībā (kā tas notiek vairumā spēļu) sarunas iznākumu nosaka Bērns un spēles dalībniekus var gaidīt pārsteigums.

Tādējādi transakcijas var klasificēt kā papildinošas vai krusteniskas, vienkāršas vai slēptas, bet slēptās transakcijas savukārt var iedalīt leņķa un dubultajās transakcijās.

TREŠĀ NODAĻA

Procedūras un rituāli

Transakcijas parasti veido ķēdes reakcijas. Transakciju virknes nav nejaušas, bet tiek programmētas. Programmēšanu veic viens no trim Es stāvokļiem – Vecāki, Pieaugušais vai Bērns – jeb, plašākā nozīmē, sabiedrība, reālā situācija vai personiskās īpatnības. Bērnam ir jāpielāgojas dzīvei sabiedrībā, tāpēc līdz brīdim, kad katra sociālā situācija būs pārbaudīta, viņam ir nepieciešama Vecāku vai Pieaugušā aizsardzība. Līdz ar to programmēšana, ko veic Bērns, ir vairāk piemērota iepriekš pārbaudītām, personiskām un labi pazīstamām situācijām.

Vienkāršākās sociālās darbības formas ir procedūras un rituāli. Dažas no tām ir universālas, citas – lokālas, bet tās visas cilvēkam ir jāapgūst. *Procedūra* ir vienkāršu papildinošu Pieaugušā transakciju sērija, kas vērsta uz manipulāciju ar realitāti. Realitātei ir divi aspekti: statiskais un dinamiskais. *Statiskā realitāte* aptver visas iespējamās matērijas kombinācijas Visumā. Piemēram, aritmētika sastāv no apgalvojumiem par statisko realitāti. *Dinamisko realitāti* var definēt kā potenciālu visu enerģijas sistēmu mijiedarbību Visumā. Piemēram, ķīmija ietver sevī atziņas par dinamisko realitāti. Procedūras pamatojas uz informācijas apstrādi un iespēju izskaitļošanu attiecībā uz realitātes *materiālo* pusi. Augstākā procedūru attīstības pakāpe ir profesionālās iemaņas. Procedūras ir, piemēram, lidmašīnas vadīšana vai aklās zarnas operēšana. Psihoterapija ir procedūra, kamēr to kontrolē psihoterapeita Pieaugušais; tiklīdz virsroku gūst Vecāki vai Bērns, psihoterapija vairs nav procedūra. Procedūras programmēšanu nosaka materiāls, ko uz aprēķinu pamata veidojis aģenta Pieaugušais.

Procedūras var novērtēt pēc diviem parametriem.

Procedūra uzskatāma par mērķtiecīgu, ja aģents, neskatoties pat uz zināšanu iespējamo nepietiekamību, vislabākajā no iespējamiem veidiem izmanto informāciju un pieredzi. Ja Vecāki vai Bērns iejaucas, kad Pieaugušais pārstrādā informāciju, procedūra tiek piesārņota un līdz ar to zaudē mērķtiecību. Par procedūras efektivitāti liecina tās rezultāti. Tādējādi mērķtiecība ir psiholoģisks kritērijs, bet efektivitāte – materiāls kritērijs. Piemēram, kādā tropu salā vietējais ārsta asistents ir labi apguvis prasmi operēt kataraktu. Viņš ļoti mērķtiecīgi liek lietā savas zināšanas, bet, tā kā viņam nav tik augstas kvalifikācijas kā kolēģim no Eiropas, viņa darba efektivitāte ir zemāka. Pēc kāda laika ārsts eiropietis sāk pastiprināti lietot alkoholu, viņa darbs palēnām zaudē mērķtiecību, bet pirmajā brīdī tā efektivitāte nemazinās. Tomēr, gadiem ejot, viņa rokas sāk trīcēt, un asistents sāk viņu pārspēt ne tikai mērķtiecībā, bet arī efektivitātē. Šis piemērs rāda, ka abus minētos parametrus vislabāk spēj novērtēt eksperts, kas pats piedalās procedūrās: mērķtiecību – personiskā saskarsmē ar aģentu, bet efektivitāti – vērtējot procedūras rezultātus.

Šajā analīzes posmā par rituālu sauksim ārēju sociālu faktoru nosacītu vienkāršu papildinošu transakciju stereotipisku sēriju. Neformāls rituāls ir, piemēram, atvadišanās. Dažādās pasaules vietās šī rituāla detaļas var būt ļoti atšķirīgas, tomēr tā būtība paliek nemainīga. Formāls rituāls, piemēram, Romas katoļu liturģija, piedāvā daudz mazāk izvēles brīvības. Rituāla formu nosaka Vecāku tradīcija, bet mazāk nozīmīgos gadījumos (līdzīgā, kaut arī daudz nestabilākā formā) var izpausties nesenāka "vecāku" ietekme. Dažiem formāliem rituāliem ar īpašu vēsturisku vai antropoloģisku nozīmi ir divas fāzes: 1) fāze, kurā Vecāki stingri kontrolē transakciju norisi un 2) fāze, kurā Vecāki atvēr Bērnam lielāku vai mazāku transakciju brīvību, kas beidzas ar orgiju.

Daudzi formāli rituāli sākotnēji ir bijuši stipri piesārņotas, taču diezgan mērķtiecīgas procedūras, kas ar laiku, apstākļiem

mainoties, zaudējušas jebkura veida noderīgumu kā procedūras, bet saglabājušas nozīmi kā ticības apliecinājuma akti. Šīs transakcijas parāda mēģinājumu atbrīvoties no vainas apziņas vai gūt atalgojumu, darbojoties saskaņā ar tradicionālajām Vecāku prasībām. Tās piedāvā drošticamu, pārliecinošu un bieži vien arī patikamu laika strukturēšanas metodi.

Spēju analīzes sākuma posmā ir būtiski vispirms apskatīt neformālos rituālus, un šajā ziņā vieni no pamācošākajiem ir amerikāņu sasveicināšanās rituāli.

1A: "Hei!" (Sveiks, labrīt.)

1B: "Hei" (Sveiks, labrīt.)

2A: "Šodien silts laiks." (Kā tev iet?)

2B: "Jā. Tomēr šķiet, ka līs." (Labi. Kā tev?)

3A: "Nu tad paliec sveiks!" (Labs ir.)

3B: "Gan vēl redzēsīties."

4A: "Visu labu!"

4B: "Visu labu!"

Ir acīmredzams, ka šī vārdu pārmaiņa nav informatīva. Patiesi, ja arī sarunu biedriem būtu ko pavēstīt, viņi to gudri noklusē. A būtu nepieciešamas kādas piecpadsmit minūtes, lai pastāstītu, kā viņam klājas, savukārt B, kas ir tikai nejaušs paziņa, nav ne mazākās vēlēšanās viņu tik ilgi uzklaut. Šo transakciju sēriju var diezgan pamatoti raksturot kā "rituālu, kas sastāv no astoņām noglaudišanām". Ja A un B steigtos, viņi abi apmierinātos ar divām noglaudišanām: "Hei-Hei!" Ja viņi būtu vecmodīgi austrumu valdnieki, tad veiktu rituālu, kas sastāvētu no divsimt noglaudišanām, un tikai pēc tam pievērstos darījumiem. Isās sarunas laikā (transaktīvās analīzes žargonā runājot) A un B ir nedaudz uzlabojuši viens otram garastāvokli, vismaz uz brīdi "viņu muguras smadzenes ir iztaisnojušās" un abi ir pateicīgi viens otram.

Šī rituāla pamatā ir abu pušu rūpīgi veikti intuitīvi aprēķini. Abi rituāla dalībnieki ir izskaitļojuši, ka šajā

pazīšanās stadijā katrā tikšanās reizē ir parādā viens otram četras noglaudišanas, turklāt ne biežāk kā reizi dienā. Ja viņi no jauna saskriesies, teiksim, nākamās pusstundas laikā un viņiem nebūs nekā jauna, ko pavēstīt, tad viņi vienkārši paies garām vai tikai viegli pamās ar galvu, vai, labākajā gadījumā, sekos nevērīgs "Hei-hei!". Šādi aprēķini ir attiecināmi ne tikai uz īsiem laika intervāliem, bet arī uz ilgstošiem laika periodiem vairāku mēnešu garumā. Apskatīsim tagad C un D, kuri satiekas caurmērā reizi dienā, atvēl viens otram vienu noglaudišanu (Hei-hei!) un tālāk iet katrs savu ceļu. Tad C dodas mēnesi garās brīvdienās. Dienu pēc atgriešanās viņš kā parasti satiek D. Ja šajā reizē D teiks tikai "Hei!" un neko vairāk, C jutīsies aizvainots un "viņa muguras smadzenes viegli sačokurosies". C ir aprēķinājis, ka viņi ar D ir viens otram parādā aptuveni trīsdesmit noglaudišanas. Tās var savietot dažās transakcijās ar nosacījumu, ka šīs transakcijas ir gana izteismīgas. D sakāmais (kurā katrā "intensitātes" vai "intereses" vienība atbilst vienai noglaudišanai) varētu būt aptuveni šāds:

1D: "Hei!" (1 vienība)

2D: "Sen neesat redzēts." (2 vienības)

3D: "Vai patiesi? Kur jūs bijāt?" (5 vienības)

4D: "*Tas ir tiešām interesanti. Kā tas notika?*" (7 vienības)

5D: "Jūs nūdien izskatāties labi." (4 vienības) "Vai ceļojāt kopā ar ģimeni?" (4 vienības)

6D: "Bija prieks jūs atkal satikt." (4 vienības)

7D: "Visu labu." (1 vienība)

Tas dod D kopumā 28 vienības. Gan viņš, gan C zina, ka nākamajā dienā viņi atgūs trūkstošās vienības, tā ka rēķins praktiski nolīdzināsies. Divas dienas vēlāk viņi atgriezīsies pie ierastajām divām noglaudišanām (Hei-hei!). Tomēr tagad viņi "pazīs viens otru labāk", t.i., katrs no viņiem zinās, ka otrs ir uzticams partneris un tas varēs noderēt, ja viņi tiksies sabiedrībā.

Ir lietderīgi aplūkot arī pretēja rakstura gadījumu. E un F ir iedibinājuši rituālu, kas sastāv no divām noglaudīšanām (Hei-hei!). Kādu dienu E nevis vienkārši paiet garām, bet apstājas un jautā: "Kā jums klājas?" Saruna tālāk norisinās šādi:

1E: "Hei!"

1F: "Hei!"

2E: "Kā jums klājas?"

2F (*Apmulsis*): "Labi. Un jums?"

3E: "Viss ir lieliski. Šodien silts, vai ne?"

3F: "Jā." (*Piesardzīgi*) "Tomēr šķiet, ka lis."

4E: "Bija patīkami jūs atkal satikt."

4F: "Man tāpat. Atvainojiet, man jāpaspēj uz bibliotēku līdz tās slēgšanai. Visu labu."

5E: "Visu labu."

F steidzas projām un pie sevis nodomā: "Kas viņam tik pēkšņi lēcies? Vai tikai viņš nav apdrošināšanas aģents?" Transakciju valodā tas nozīmē sekojošo: "Kāpēc viņš man atlicināja piecas noglaudīšanas, ja bija parādā tikai vienu?"

Šo vienkāršo rituālu transakciju darījuma formu vēl uzskatāmāk demonstrē gadījums, kad G saka: "Hei!", bet H neatbildot paiet viņam garām. G nodomā: "Kas viņam lēcies?". Tas nozīmē: "Es viņu noglaudīju, bet viņš man neatlīdzināja." Ja H turpina šādi rīkoties arī citās tikšanās reizēs, tad savā paziņu lokā var kļūt par aprunāšanas objektu.

Neskaidros gadījumos dažkārt ir visai grūti atšķirt procedūru no rituāla. Diletanti par rituāliem mēdz dēvēt profesionālas procedūras, kaut gan patiesībā katra transakcija pamatojas uz veselo saprātu vai pat vitāli svarīgu pieredzi, tikai diletantiem nav kvalifikācijas, lai to novērtētu. Turpretī profesionāļiem piemīt tieksme racionalizēt procedūrām piemītošos rituālos elementus un noraidīt skeptiskos diletantus ar ieganstu, ka viņi nav spējīgi saprast lietas būtību. Viens no veidiem, kā iesīkstējuši profesionāļi var pretoties jaunām,

saprātīgām procedūrām, ir apsmiet tās kā rituālus. Tas izskaidro Zemmelveisa un citu novatoru likteni.

Procedūru un rituālu kopīga pamatiezīme ir to stereotipiskums. Pirmā transakcija nosaka visu virkni, un tā norisinās atbilstoši noteiktam scenārijam līdz iepriekš zināmam noslēgumam, ja vien nenotiek kaut kas negaidīts. Procedūru un rituālu atšķirība izriet no iepriekšnosacītības avota: procedūras programmē Pieaugušais, bet rituālus modelē Vecāki.

Cilvēki, kuriem ir grūti iejusties vai pielāgoties rituāliem, dažkārt no tiem izvairās, aizstājot ar procedūrām. Tipisks piemērs ir cilvēki, kas viesībās labprāt palīdz saimniecei sagatavot un pasniegt cienastu.

CETURTĀ NODAĻA

Laika kavēkļi

Laika kavēkļi norisinās dažādas sarežģītības pakāpes sociālajās un laiciskajās formās, un tāpēc arī paši ir atšķirīgi – gan vienkārši, gan sarežģīti. Tomēr, ja mēs pieņemam transakciju par sociālās saskarsmes vienību, tad attiecīgajās situācijās varam saskatīt kādu nemainīgu būtību, ko varam nosaukt vienkārši par laika kavēkli. To var definēt kā pusrituālu, vienkāršu papildinošu transakciju sēriju, kas izkārtota ap konkrētu materiālu, kura primārais mērķis ir noteikta laika intervāla strukturēšana. Intervāla sākumu un beigas iezīmē tipiskas procedūras vai rituāli. Transakcijas ir adaptīvi programmētas tā, lai katrs laika kavēkļa dalībnieks šī intervāla ietvaros gūtu maksimālu labumu jeb ieguvumu. Jo labāk viņš spēj pielāgoties, jo lielāku labumu gūst.

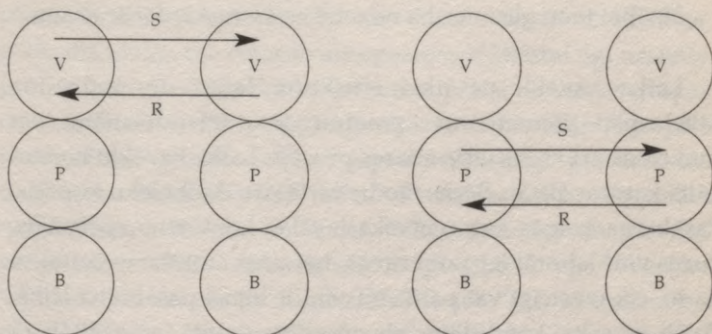
Tipiska laika kavēkļu izspēle ir vērojama viesībās ("sabiedriskos pasākumos") vai gaidīšanas periodā pirms oficiālas sanāksmes sākuma; gan viesībām, gan gaidīšanas periodam ir viena un tā pati struktūra un dinamika. Laika kavēkļu formu var raksturot kā "pļāpāšanu", bet tā var kļūt arī nopietnāka, t.i., var attīstīties diskusijas veidā. Liels kokteiļu vakars bieži funkcionē kā savveida laika kavēkļu izstāžu galerija. Vienā telpas stūrī dažī cilvēki spēlē "Vecāku sapulci", citā stūrī notiek psihiatrijai veltīts forums, trešajā – tiek izspēlētas tēmas "Vai esat bijis ...?" vai "Kas notika ar ...?", ceturtajā – tiek apspriesta tēma "General Motors", bet pie bufetes galda pulcējas sievietes, kuras vēlas spēlēt "Virtuvi" vai "Garderobi". Šādu pasākumu norise var būt gandrīz identiska, mainās tikai dalībnieku vārdi. Vienā un tai pašā apkārtņē var vienlaicīgi notikt desmitiem līdzīgu pasākumu. Katram sociālajam slānim ir raksturīgi savi laika kavēkļu veidi.

Laika kavēkļus var klasificēt dažādi. Ārējie faktori ir socioloģiski (dzimums, vecums, ģimenes stāvoklis, piederība noteiktai kultūrai, rasei kā arī ekonomiskie apstākļi). "General Motors" (dažādu mašīnu modeļu salīdzināšana) un "kurš uzvarēja" ir "vīriešu sarunas". "Tirgotava", "virtuve" un "garderobe" ir "sieviešu sarunas" jeb, kā pieņemts teikt Dienvidjūras salās, "Mērijas sarunas". "Flirts" ir pusaudžu laika kavēklis, bet par pusmūža sasniegšanu liecina pievēršanās tematam "ieņēmumi un izdevumi". Citi šīs grupas temati (kas vairāk vai mazāk atbilst apzīmējumam "patērzēšana") ir šādi: "Kā to paveikt?", kas labi noder īsa avioceļojuma laikā; "Cik tas maksā?", kas ir visai iecienīts zemākās vidusšķiras bāru apmeklētāju laika kavēklis; "Vai esat bijis ... (par kādu nostalgisku vietu)?", kas ir vidusšķiras "vecu zēnu", piemēram, komivojažieru spēle; "Vai jūs pazīstat (to un to cilvēku)?" – laika kavēklis vientuļniekiem; "Kas notika ar (vecu labo Džo)?", ko bieži spēlē veiksmīgi vai neveiksmīgi darijumu cilvēki; "Nākamajā rītā" (kādas pagiras!) un "Martīni" (es zinu labāku recepti), kas ir tipisks zināma veida godkāriģu jaunu cilvēku laika kavēklis.

Strukturāli transakcionālā klasifikācija ir daudz personiskāka. Piemēram, "vecāku sapulci" var spēlēt trijos dažādos līmeņos. Līmenī Bērns-Bērns tā norisinās formā "kā tikt galā ar spītīgiem vecākiem?". Pieaugušā-Pieaugušā formā "vecāku sapulce" atbilst šī vārda īstajai nozīmei, un to īpaši iecienījušas izglītotas jaunas māmiņas. Vecāku ļaužu vidū tai raksturīga tendence ieņemt dogmatisko Vecāku-Vecāku formu, kas saucas "jaunatnes noziedzība". Daži precēti pāri spēlē "pasaki viņiem, dārgā!", kurā sieva pārstāv Vecākus un vīrs uzvedas kā pāragri attīstīties bērns. Līdzīgs Bērna-Vecāku laika kavēklis ir "Skaties, mamma, kāds es malacis!", kas piemērots jebkura vecuma cilvēkiem un dažkārt nedroši pārtop laika kavēkli "Nejaukie zēni".

Vēl pārlicenošāka ir laika kavēkļu psiholoģiskā klasifikācija. Piemēram, gan "Vecāku sapulci", gan "Psihiatriju" var

spēlēt vai nu projektīvajā, vai introjektīvajā formā. Projektīvā tipa "Vecāku sapulces" analīze ir attēlota shēmā 6a, un tās pamatā ir Vecāku-Vecāku paradigma:



a) Projektīvā "Vecāku sapulce"
"Jaunatnes noziedzība"

b) Introjektīvā "Psihiatrija"
"Psihoanalīze"

Laika kavekļi

• 6. SHĒMA •

A: "Ja nebūtu tik daudz šķirtu ģimeņu, tad nebūtu arī tik daudz noziegumu."

B: "Tas nav vienīgais iemesls. Mūsdienās pat labās ģimenēs bērniem vairs nemāca uzvesties tā, kā pieklājas."

Introjektīvā tipa "Vecāku sapulce" norisinās aptuveni šādi (Pieaugušais-Pieaugušais):

C: "Man šķiet, ka es nespēju būt laba māte."

D: "Lai kā arī jūs censtos, bērni nekad neizaug tādi, kādus jūs viņus vēlētos redzēt. Mums atliek tikai minēt, vai darām pareizi, vai arī pieļaujam kļūdas."

Projektīvā tipa "Psihiatrija" norisinās Pieaugušā-Pieaugušā formā:

E: "Manuprāt, viņa rīcību noteica neapzināta orāla frustrācija."

F: "Man šķiet, jums ir labi izdevies sublimēt savas agresīvās tieksmes."

Cits Pieaugušā-Pieaugušā laika kavēklis – introjektīvā tipa "Psihiatrija" – ir attēlota 6. shēmā (b).

G: "Man šī glezniecība simbolizē kaut ko netīru."

H: "Bet man glezniecība nozīmē centienus izdabāt tēvam."

Laika kavēkļi ne tikai strukturē laiku un nodrošina savstarpēji pieņemamu apmaiņu ar noglaudišanām, bet funkcionē arī kā sociālās atlasē procesi. Laika kavēkļu norises gaitā katra spēlētāja Bērns modri vērtē citu dalībnieku iespējas. Pasākuma beigās katrs cilvēks izvēlas konkrētus spēlētājus, kurus viņš labprāt iepazītu tuvāk, bet citus atraida, neskatoties uz to, cik izveicīgi vai patīkami viņi ir bijuši pasākuma laikā. Izvēli nosaka kandidātu piemērotība daudz sarežģītākām attiecībām, t.i., spēlēm. Šī atlasē sistēma (kaut arī ir racionāli pamatojama), lielākoties funkcionē neapzināti un intuitīvi.

Īpašos gadījumos atlasē procesā Pieaugušais ignorē Bērnu. Visuzskatāmāk to ilustrē piemērs ar apdrošināšanas aģentu, kurš rūpīgi apgūst prasmi spēlēt sabiedriskos laika kavēkļus. Spēles laikā aģenta Pieaugušais uzklauša iespējamus klientus un atlasa tos no pārējiem spēlētājiem kā ļaudis, kurus viņš vēlētos iepazīt tuvāk. Vairumā gadījumu aģenta izvēli nosaka nevis dalībnieku piemērotība spēlei vai dvēseļu radniecība, bet gan ārēji faktori, piemēram, potenciālo klientu maksātspēja.

Laika kavēkļiem piemīt kāda īpaša iezīme – tie savstarpēji izslēdz cits citu. Piemēram, "vīriešu sarunas" un "sieviešu sarunas" nekad nepārklājas. Cilvēkus, kuri aizrautīgi spēlē "Vai esat bijis (tur un tur)?", kaitinās uzmācīgs viesis, kurš vēlēties spēlēt "Cik maksā (avokado)?" vai "Nākamajā rītā". Projektīvā tipa "Vecāku sapulces" spēlētāji ņems ļaunā introjektīvā tipa "Vecāku sapulces" piekritēju iejaukšanos, tomēr viņu neapmierinātība nebūs tik liela kā pretējā gadījumā.

Laika kavēkļi veido pamatu paziņu atlasei un var novest pie draudzības. Draudzenes, kas katru rītu iegriežas cita pie

citās, lai iedzertu tasi kafijas un uzspēlētu "Neliētīgo vīru", savā vidū nelabprāt uzņems jaunu kaimiņieni, kas vēlēšies spēlēt "Visam ir sava saulainā puse". Sievietes, kas radušas klāstīt, cik zemiski ir viņu vīri, jutīsies neveikli, uzklausat jaunatnācējas paziņojumus, ka viņas vīrs ir brīnišķīgs, patiesībā ideāls, un viņas jaunās paziņas klātbūtni ilgi necietīs. Ja kāds kokteiļvakara dalībnieks vēlas pāriet no vienas grupas uz citu, viņam ir vai nu jāpievienojas laika kavēklim, ko spēlē jaunizvēlētā grupa, vai arī jāprot veiksmīgi pievērst tās dalībnieku interesi citai tēmai. Protams, laba mājasmāte nekavējoties uzmanīs situācijas tālāko attīstību un pieteiks programmu: "Mēs tikko spēlējām projektīvā tipa "Vecāku sapulci". Ko jūs par to domājat?" Vai arī: "Jūs, meitenes, jau pietiekami ilgi esat spēlējušas "Garderobi". Iepazīstieties! Misters J. ir rakstnieks/politiķis/ķirurgs, un esmu pārliecināta, ka viņš labprāt uzspēlēs "Skaties, mamma, kāds es malacis!" Vai ne, mister J.?"

Cita svarīga laika kavēkļu priekšrocība ir savas lomas apstiprināšana un pozīcijas stabilizēšana. *Loma* ir kaut kas līdzīgs tam, ko Jungš sauc par personu, tikai nav tik oportunistiska un daudz dziļāk sakņojas cilvēka fantāzijās. Tādējādi projektīvā tipa "Vecāku sapulcē" viens spēlētājs var uzņemties bargu, cits – paštaisnu, trešais – iecietīgu, bet ceturtais – izpalīdzīgu Vecāku lomu. Visi četri pārdzīvo un pauž Vecāku Es stāvokli, tikai katrs to realizē citādi. Katra dalībnieka loma tiek apstiprināta tikai tad, ja tā gūst virsroku, t.i., ja tā nesastop pretestību vai jebkāda pretestība to tikai nostiprina, vai arī to ar noglaidīšanām atzinīgi novērtē zināma tipa cilvēki.

Lomas apstiprināšana stabilizē cilvēka *pozīciju*. To sauc par laika kavēkļu eksistenciālo priekšrocību. Pozīcija ir vienkāršs predikatīvs apgalvojums, kas ietekmē visas cilvēka transakcijas; ilgtermiņā tā nosaka viņa likteni un bieži vien arī viņa pēcteču likteni. Pozīcija var būt lielākā vai mazākā mērā absolūta. Tipiskas pozīcijas, no kurām var izpēlēt projektīvā tipa "Vecāku sapulci", ir šādas: "Visi bērni ir slikti!", "Visi

svešie bērni ir slikti!", "Visi bērni ir skumji!", "Visiem bērniem nākas ciest!" Uz šo pozīciju pamata var attiecīgi veidoties bargi, paštaisni, iecietīgi un izpalīdzīgi Vecāki. Faktiski pozīcija pirmām kārtām izpaužas kā garīgā attieksme, kuru tā rada; tieši saistībā ar šo *attieksmi* cilvēks veic transakcijas, kas veido viņa lomu.

Pozīciju ieņemšana un fiksācija notiek pārsteidzoši agri, laikā no otrā vai pat pirmā dzīves gada līdz septītajam dzīves gadam – katrā ziņā ilgi pirms cilvēks ir kļuvis pietiekami kompetents vai pieredzējis, lai uzņemtos tik nopietnas saistības. No cilvēka pozīcijas nav grūti izsecināt, kāda ir bijusi viņa bērnība. Ja nenotiek nekāda ārēja iejaukšanās, tad atlikušo mūžu cilvēks pavada, stabilizējot savu pozīciju un cīnoties ar situācijām, kas varētu to apdraudēt. Viņš no šīm situācijām izvairās, piesargājas no noteiktiem šo situāciju elementiem vai izaicinoši ar tiem manipulē, tā ka tie no draudiem pārtop viņa pozīcijas attaisnojumā. Viens no laika kavēkļu stereotipiskuma cēloņiem ir tas, ka tie kalpo šādiem stereotipiskiem mērķiem. Savukārt laika kavēkļu piedāvātie labumi ļauj saprast, kāpēc cilvēki tos spēlē tik dedzīgi un kāpēc tie var būt tik patīkami, ja tiek spēlēti kopā ar ļaudīm, kuri ieņem radošu vai labvēlīgu pozīciju.

Laika kavēkli ne vienmēr iespējams viegli atšķirt no darbības, un bieži veidojas to kombinācijas. Daudzi ikdienišķi laika kavēkļi, piemēram, "*General Motors*", sastāv no vārdu apmaiņām, kuras psihologi sauktu par multiplo izvēli – teikumu pabeigšanu.

A. "Fords/ševrolets/plimuts man patīk labāk nekā fords/šervrolets/plimuts, jo..."

B. "Es gan labāk gribētu fordu/ševroletu/plimutu, nevis fordu/ševroletu/plimutu, jo ..."

Ir acīm redzams, ka šādas stereotipiskas sarunas var sniegt arī noderīgu informāciju.

Var minēt vēl citus ierastus laika kavēkļus. "Es arī" bieži ir variants par tēmu "Es nē, tas ir briesmīgi". "Kāpēc viņi (neko nedara)?" ir iecienīts tādu mājsaimnieču laika kavēklis, kuras nevēlas būt emancipētas. "Mēs tad (darīsim kaut ko)" ir Bērna-Bērna laika kavēklis. "Ko mēs tādu varētu pastrādāt?" mēdz spēlēt mazgadīgi noziedznieki vai pārlietu draiskulīgi noskaņoti pieaugušie.

PIEKTĀ NODAĻA

Spēles

1. DEFINĪCIJA

SPĒLE ir nepārtraukta papildinošu slēptu transakciju sērija ar skaidri nosakāmu, prognozējamu rezultātu. To var raksturot kā periodiski atkārtotu, bieži vienveidīgu transakciju kopumu, kas tiek veiktas ar ārēji ticamu, bet patiesībā slēptu motivāciju. Vienkāršiem vārdiem runājot, spēle ir gājienu sērija, kas slēpj sevī lamatas vai kādu "triku". Spēles var viegli atšķirt no procedūrām, rituāliem un laika kavēkļiem pēc divām galvenajām pazīmēm: 1) slēptajiem motīviem un 2) iegūstamā laimesta. Procedūras var būt veiksmīgas, rituāli – efektīvi, laika kavēkļi – izdevīgi, bet tie visi norisinās atklāti un vaļširdīgi; tie var ietvert sacensību, bet ne konfliktu, to noslēgums var būt sensacionāls, bet ne dramatisks. Savukārt spēle ir pašos pamatos negodīga, un tās iznākumu raksturo dramatiskas un nevis vienkārši aizraujošas īpašības.

Vēl būtu nepieciešams nošķirt spēles no cita, līdz šim vēl neapskatīta, sociālās darbības veida. *Operācija* ir vienkārša transakcija vai transakciju sistēma, kas vērsta uz kāda īpaša, iepriekš formulēta mērķa sasniegšanu. Ja, piemēram, kāds cilvēks atklāti lūdz palīdzību un otrs cilvēks viņam to sniedz, tad tā ir operācija. Ja šis cilvēks meklē palīdzību, bet pēc tās saņemšanas kaut kādā veidā vēršas pret palīdzības sniedzēju, tad tā ir spēle. Spēle šķietami atgādina operāciju sistēmu, bet pēc laimesta iegūšanas kļūst acīm redzams, ka "operācijas" patiesībā ir bijušas *manevri* – nevis godīgi lūgumi, bet gājienu spēlē.

Piemēram, "apdrošināšanas spēlē" aģents var šķietami ieinteresēti apspriest jebkuru tematu. Tomēr, ja viņš ir spēcīgs spēlētājs, tad patiesībā sarunas laikā meklē vai paplašina savu darba lauku. Aģenta uzdevums, ja vien viņš ir sava vārda

cienīgs, ir "apstrādāt" klientu. Tas pats attiecas uz tādām spēlēm kā "Nekustamais īpašums", "Pidžama" un līdzīgām nodarbēm. Sabiedriskā pasākumā, kura gaitā komivojažieris nododas laika kavēkļiem (īpaši dažādām "Ieņēmumi un izdevumi" variācijām), aiz viņa draudzīgā noskaņojuma var slēpties prasmīgi realizētu manevru virkne ar mērķi iegūt viņu profesionāli interesējošu informāciju. ASV tiek izdoti desmitiem biznesa žurnālu, kas veltīti šādu komerciālu manevru prasmes uzlabošanai. Tie ziņo par spēlēm un izciliem spēlētājiem (interesantiem biznesmeņiem, kuri veikuši neparasti liela mēroga darījumus). Transakciju valodā runājot, šie žurnāli ir tikai "Ilustrētās sporta avīzes", "Šaha pasaules" vai citu sporta izdevumu variācijas.

Runājot par leņķa transakcijām – spēlēm, kas tiek apzināti un ar profesionālu precizitāti plānotas Pieaugušā kontrolē ar mērķi gūt maksimālu labumu – tad šajā ziņā nepārspējamās ir lielās "blēžu spēles", kas uzplauka 20. gadsimta sākumā. Tās raksturo detalizēta praktiska plānošana un psiholoģiska virtuozitāte.¹

Taču mūsu pētījuma mērķis ir aplūkot neapzinātās spēles. Tās spēlē nevainīgi ļautiņi, kuri, pašiem neapzinoties, realizē dubultās transakcijas, kas veido vissvarīgāko sabiedriskās dzīves aspektu visā pasaulē. Spēles ir dinamiskas, tāpēc tās var viegli atšķirt no vienkāršas statistiskas *attieksmes*, kas rodas no pozīcijas ieņemšanas.

Svarīgi ir pareizi izprast vārda "spēle" nozīmi. Kā jau paskaidrots grāmatas ievadā, spēlei nav obligāti jāsigādā prieks vai pat apmierinājums. Daudzi komivojažieri savu darbu nebūt neuzskata par izpriecu, kā to skaidri parādījis Arturs Millers lugā "Komivojažiera nāve". Spēle var būt viscaur nopietna. Mūsdienās ļoti nopietni tiek uztvertas gan futbola spēles, gan transakciju spēles, piemēram, "Alkoholiķis" vai trešā līmeņa "Dinamo".

Tikpat nopietni būtu jāuztver arī vārdi "spēlēt" un "spēlētājs", ko var apliecināt jebkurš cilvēks, kas ilgu laiku "spēlējis"

pokeru vai "spēlētājs" biržā. Spēļu potenciālo nopietnību un potenciāli nopietnos rezultātus labi pārzina antropologi. Ārkārtīgi nopietna bija viena no sarežģītākajām visu laiku spēlēm "Galminieks", ko labi aprakstījis Stendāls romānā "Parmas klosteris". Visnežēlīgākā spēle, protams, ir "Karš".

2. TIPISKA SPELE

Lai ilustrētu vispārīgas spēļu pazīmes, aplūkosim visierastāko no laulāto draugu spēlēm, kas saucas "Ja nebūtu tevis".

Misis Vaita žēlojās, ka vīrs stingri ierobežo viņas sabiedrisko dzīvi un tāpēc viņa nekad nav varējusi iemācīties dejojot. Psihiatriskas ārstēšanas rezultātā tika panākta sievas attieksmes maiņa, tāpēc vīrs nedaudz zaudēja pašpārliecinātību un kļuva iecietīgāks. Misis Vaita varēja brīvi paplašināt savas darbības lauku. Viņa pierakstījās dejuursos, bet tad sev par šausmām atklāja, ka slimīgi baidās no deju zālēm. Viņai nācās atteikties no nodoma iemācīties dejojot.

Šis neveiksmīgais gadījums līdz ar citiem līdzīgiem ļāva atsegt dažus nopietnus misis Vaitas laulības dzīves aspektus. No visiem daudzajiem pielūdzējiem viņa bija izvēlējusies par vīru visai despotisku cilvēku. Tas misis Vaitai deva iespēju žēloties, ka viņa varētu darīt daudzas lietas, "ja nebūtu viņa". Daudzām viņas draudzenēm arī bija despotiski vīri, un kad viņas visas satikās pie rīta kafijas, tad ilgstoši nodevās spēlei "Ja nebūtu viņa".

Taču izrādījās, ka, par spīti sievas žēlabām, vīrs bija viņai sniedzis reālu pakalpojumu, proti, aizliedzis darīt to, no kā viņa ļoti baidījās. Turklāt vīrs faktiski neļāva sievai nojaust par viņas bailēm. Tas bija viens no iemesliem, kāpēc sievietes Bērnis bija gudri izraudzījušies tieši šādu vīru.

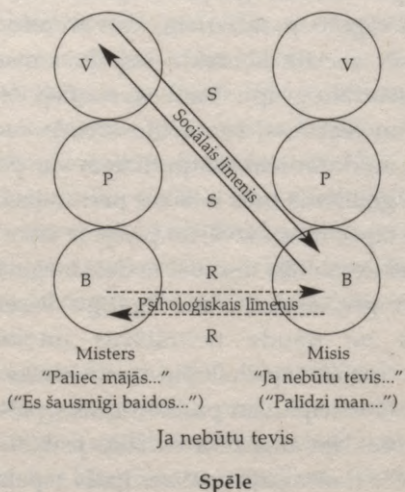
Tomēr bija vēl kas vairāk. Vīra aizliegumi un sievas žēlabas bieži noveda laulātos pie strīdiem, līdz ar to viņu seksuālā dzīve bija nopietni apdraudēta. Vīrs jutās vainīgs, tāpēc bieži nesa sievai dāvanas, ko pretējā gadījumā varbūt nedarītu. Patiesi, pēc tam, kad viņš bija sievai atvēlējis vairāk brīvības,

dāvanas kļuva retākas un pieticīgākas. Vīram un sievai bija maz kopīgu interešu ārpus rūpēm par māju un bērniem, tāpēc viņu strīdi bija svarīgi notikumi – galvenokārt tieši šajās reizēs laulāto sarunas skāra arī citas, ne tikai sadzīves tēmas. Katrā ziņā, sievietes laulības dzīve bija viņai pierādījusi to, ko viņa vienmēr bija apgalvojusi: visi vīrieši ir zemiski tirāni. Vēlāk izrādījās, ka šī sievas attieksme bija saistīta ar dažām fantāzijām, kas viņu bija vajājušas agrākajos gados un kurās viņa iztēlojās, ka tiek izvarota.

Vispārīgos jēdzienos šo spēli var aprakstīt dažādi. Ir acīm redzams, ka tā pieder pie *sociālās dinamikas* sfēras. Noteicošais fakts ir tas, ka laulība misteram un mīsis Vaitiem deva savstarpējas saskarsmes iespēju. Šādu iespēju mēs varam saukt par *sociālo kontaktu*. Fakts, ka laulātie šo iespēju izmanto, padara viņus par sociālu grupu atšķirībā no, piemēram, Ņujorkas metro vagona pasažieriem, kuri arī atrodas telpiskā saskarsmē, tomēr sociālā kontakta iespēju izmanto reti un tādējādi veido asociālu grupu. Vaiti savstarpēji ietekmē viens otra uzvedību un reakcijas, kas veido *sociālo darbību*. Šādu sociālu darbību no dažādiem skatpunktiem var pētīt daudzas disciplīnas. Šajā gadījumā mūs interesē personības attīstība un psihodinamika, tāpēc mūsu izvēlēta pieeja ir viens no *sociālās psihiatrijas* aspektiem. Mēs tieši vai netieši mēģinām novērtēt spēļu atbilstību priekšstatam par "garīgo veselību". Šāda pieeja atšķiras no daudz neitrālākās un objektivākās socioloģijas un sociālās psiholoģijas attieksmes. Psihiatrijā atšķirībā no citām disciplinām pastāv tiesības pateikt: "Vienu acumirkli!" Transakciju analīze ir sociālās psihiatrijas nozare, un spēļu analīze ir transakciju analīzes īpašs aspekts.

Praktiskā spēļu analīze apskata konkrētus gadījumus, kas rodas konkrētās situācijās. Teorētiskā spēļu analīze cenšas abstrahēt un vispārināt dažādas spēles, lai tās būtu iespējams atpazīt neatkarīgi no to ikreizējā verbālā satura vai kultūras konteksta. Piemēram, laulāto spēles "Ja nebūtu tevis" teorētiskās analīzes uzdevums ir konstatēt šīs spēles vispārīgās

pazīmes, lai to varētu vienlīdz viegli atpazīt gan Jaungvinejas džungļu ciematā, gan komfortablā Manhetenas dzīvoklī neatkarīgi no tā, vai spēles saturs ir saistīts ar kāzu ceremoniju vai naudas grūtībām nopirkt mazbērniem makškeri. Spēlei jābūt atpazīstamai arī neatkarīgi no tā, cik neveikli vai izveicīgi tiek izdarīti spēles gājieni atbilstoši pieļaujamajam atklātības līmenim attiecībā starp vīru un sievu. Konkrētas spēles izplatību noteiktā sabiedrībā pēta socioloģija un antropoloģija. Spēļu analīze (kā daļa no sociālās psihiatrijas) apraksta spēli konkrētajā notikuma brīdī, un to neinteresē spēles iespējamais biežums. Šī atšķirība nav kompleksa, bet līdzinās atšķirībai starp medicīnas statistiku un terapiju – pirmo interesē malārijas izplatības līmenis, bet otra pēta konkrētus malārijas gadījumus, vienalga, džungļos vai Manhetenā.



• 7. SHĒMA •

54. lappusē redzamā 7. shēma ir atzīta par pašreiz lietderīgāko teorētiskās spēļu analīzes paraugu. Nav šaubu, ka līdz ar jaunu zināšanu uzkrāšanu tā tiks uzlabota. Vispirms nepieciešams konstatēt, ka noteikta manevru secība atbilst

spēles kritērijiem. Nākamais uzdevums ir apkopot pēc iespējas dažādus spēles paraugus. Turpinājumā tiek fiksētas kolekcijas svarīgākās pazīmes. Daži aspekti izrādās būtiski. Tos klasificē, piešķirot atbilstošus nosaukumus, kam jābūt tik jēgpilniem un izteismīgiem, cik vien tas ir iespējams esošajā zināšanu līmenī. Spēles analīze tiek veikta no "vadošā" dalībnieka, šajā gadījumā mīsi Vaitas, viedokļa.

Tēze. Tas ir vispārīgs spēles apraksts, kas satur notikumu pēctecības izklāstu (sociālais līmenis) un informāciju par šo notikumu psiholoģisko fonu, evolūciju un nozīmi (psiholoģiskais līmenis). Gadījumā ar laulāto draugu spēli "Ja nebūtu tevis" mums noderēs jau iepriekš aprakstītās detaļas. Turpmāk mēs šo spēli saīsināti dēvēsim par JNT.

Antitēze. Priekšstats, ka noteikta gājienu secība veido spēli, var kalpot kā eksperimentāls pieņēmums līdz brīdim, kad šo priekšstatu apstiprina konkrētā dzīves situācija. Apstiprinājumu sniedz viena spēles dalībnieka atteikums spēlēt vai laimesta samazināšana. "Vadošais" spēlētājs tad pieliks daudz lielākas pūles, lai turpinātu spēli. Saskaņoties ar nelokāmu atteikumu spēlēt vai būtisku laimesta samazinājumu, viņš iegrimis "izmisuma" stāvoklī, kas dažos aspektos atgādina depresiju, bet vienlaikus atšķiras no tās pēc dažām svarīgām pazīmēm. Izmisuma stāvoklis ir daudz akūtāks un satur frustrācijas un apmulsuma elementus. Tas var izpausties, piemēram, raudu lēkmē. Veiksmīgas terapijas gadījumā lēkmei var drīzumā sekot jautri smiekli, kas netieši norāda uz Pieaugušā izpratni: "Es atkal daru pa vecam!" Tādējādi izmisums attiecas uz Pieaugušo, bet depresijā vadošā loma ir Bērnām. Depresijas pretstats ir cerību pilna, aizrautīga vai dzīva interese par apkārtnes norisēm; smiekli ir pretstats izmisumam. Tāda ir terapeitiskās spēļu analīzes precīgā puse. JNT antitēze ir visatļautība. Kamēr vīrs aizliedz, spēle var turpināties. Ja tai vietā, lai teiktu "Neuzdrošini!", viņš teiks "Dari, ko vēlies!", sievas maskētās fobijas tiks atsegtas un viņa vairs nevarēs vainot vīru, kā tas redzams gadījumā ar mīsi Vaitu.

Lai pilnībā izprastu spēli, ir jāzina tās antitēze, bet efektivitāte ir jānodemonstrē praksē.

Mērķis. Tā ir spēles galvenā nolūka konstatācija. Dažkārt pastāv alternatīvas. JNT mērķi var formulēt vai nu kā pašpaļāvības meklējumus ("Es no tā nebaidos, viņš man to neļauj darīt."), vai arī kā sevis attaisnošanu ("Tā nav, ka es necenstos to darīt, viņš mani attur to darīt"). Pašpaļāvības meklējumi ir nepārprotamāki un vairāk saskan ar sievieti nepieciešamo drošības sajūtu, tāpēc JNT visvienkāršāk ir raksturot kā centienus pēc pašpaļāvības.

Lomas. Kā jau iepriekš atzīmēts, Es stāvokļi nav lomas, bet ir fenomeni. Tādējādi Es stāvokļi un lomas ir formāli jānošķir. Spēlēs var būt iesaistīti divi, trīs vai vairāki dalībnieki atkarībā no piedāvāto lomu skaita. Dažreiz spēlētāja Es stāvoklis atbilst viņa lomai, bet citreiz neatbilst.

JNT ir spēle diviem dalībniekiem. Tai nepieciešama pakļāvīga sieva un despotisks vīrs. Sieva var spēlēt savu lomu vai nu kā apdomīgs Pieaugušais ("Vislabāk būs, ja es darīšu, kā viņš teiks") vai kā kaprīzs Bērns. Despotiskais vīrs var saglabāt Pieaugušā Es stāvokli ("Vislabāk būs, ja tu darīsi, kā es saku") vai ieslidēt Vecāku Es stāvokli ("Būs labāk, ja tu darīsi, kā es saku").

Dinamika. Nosakot psihodinamiskos spēkus, kas virza katru konkrēto spēles gadījumu, ir iespējami alternatīvi risinājumi. Tomēr parasti var izdalīt vienu atsevišķu psihodinamisku konceptu, kas lietderīgi, atbilstīgi un jēgpilni raksturo situāciju kopumā. Piemēram, JNT vislabāk var raksturot kā fobijas avotu izpēti.

Piemēri. Tā kā ir pamācoši pētīt spēles sākotni bērnībā vai tās infantilos prototipus, tad, veicot formālu spēles aprakstu, ir noderīgi meklēt paralēles ar bērnu spēlēm. Izrādās, ka JNT vienlīdz bieži spēlē gan mazi bērni, gan pieaugušie. Bērnības versija ir tāda pati kā vēlāko gadu spēles versija, kurā īsto tēvu aizstāj despotiskais vīrs.

Transakciju paradigma. Tipiskas situācijas transakciju analīzes gaitā tiek aprakstīti spēles pamatā esošās slēptās trans-

akcijas abi līmeņi – sociālais un psiholoģiskais. Savā visdramatiskākajā formā JNT sociālajā līmenī ir Vecāku-Bērna spēle.

Misters Vaitis: “Paliec mājās un rūpējies par saimniecību.”

Misis Vaita: “Ja nebūtu tevis, es varētu doties ārā un papriecāties.”

Psiholoģiskajā līmenī (slēptais laulību līgums) te pastāv attiecības Bērn-Bērn, kas ir pilnīgi atšķirīgas.

Misters Vaitis: “Tev vienmēr jābūt mājās, kad es pārnāku. Es šausmīgi baidos, ka mani pametīs.”

Misis Vaita: “Es būšu mājās, ja tu man palīdzēsi izvairīties no biedējošām situācijām.”

Abi līmeņi ir ilustrēti 7. shēmā.

Gājieni. Spēles gājieni aptuveni atbilst noglaudīšanām rituālā. Kā jau katrā spēlē, spēlētāji ar laiku kļūst arvien prasmīgāki. Izšķērdīgi gājieni tiek izlaisti, un katrs gājienis kļūst arvien mērķtiecīgāks. “Skaistu draudzību” pamatā bieži vien ir fakts, ka spēlētāji ļoti ekonomiski papildina viens otru, kas sniedz viņiem lielu apmierinājumu. Tādējādi draugu savstarpējās spēlēs ar minimālām pūlēm tiek sasniegts maksimāls rezultāts. Viņi var izlaist zināmus pastarpinātus, piesardzību vai piekāpību demonstrējošus gājienu, un tas viņu attiecībām piešķir izsmalcinātību un eleganci. Uz aizsardzības manevru rēķina ietaupītās pūles var veltīt dekoratīviem rotājumiem, kas iepriecina abas puses un dažkārt arī vērotājus no malas. Jebkurai spēlei atbilst minimāls gājienu skaits, kurus var ierakstīt protokolā. Konkrēti spēlētāji tos izpuškos vai papildinās atbilstoši savām vajadzībām, spējam vai vēlmēm. JNT struktūra ir šāda:

- 1) rikojums – piekrišana (“Paliec mājās” – “Labi”);
- 2) rikojums – protests (“Šodien atkal paliec mājās” – “Ja nebūtu tevis”).

Ieguvumi. Spēles galvenais ieguvums ir tās stabilizējošās (homeostatiskās) funkcijas. Bioloģisko homeostāzi sekmē

noglaudišanas, bet psiholoģisko stabilitāti veicina pozīcijas apstiprināšana. Kā jau iepriekš norādīts, noglaudišana var izpausties dažādās formās, tāpēc spēles *bioloģisko ieguvumu* var formulēt fizisko saskarsmi aprakstošos jēdzienos. Piemēram, vīra loma JNT atgādina neveiklu iedunkāšanu (kas nav tik pazemojoša kā plauka), bet sievas reakcija līdzinās neiecietīgam spēriemam pa apakšstilbu. Tādējādi JNT bioloģiskais ieguvums izriet no agresīvi – neiecietīgām transakcijām; tas ir mokošs, bet nepārprotami efektīvs psihiskās veselības saglabāšanas veids.

Spēles *eksistenciālais ieguvums* ir sievas pozīcijas "Visi vīrieši ir tirāni" apstiprinājums. Šī pozīcija ir reakcija uz fobijām piemītošo vajadzību padoties un uzskatāmi demonstrē visu spēļu pamatā esošo struktūru. Paplašināts apgalvojums varētu skanēt šādi: "Ja es došos viena pūlī, mani pārņems kārdinājums padoties. Mājās es nepadodos; viņš mani piespiež, kas pierāda, ka visi vīrieši ir tirāni." Tāpēc parasti šo spēli spēlē sievietes, kas cieš no nerealitātes izjūtas. Šo sieviešu Pieaugušajam ir grūti kontrolēt spēcīga kārdinājuma situācijas. Tomēr šādu mehānismu detalizēta izgaismošana vairāk pieder psiholoģiskajai, nevis spēļu analīzei. Spēļu analīzes objekts ir galvenokārt beigu rezultāts.

Spēles *iekšējais psiholoģiskais ieguvums* ir tās tiešā ietekme uz psihiskās enerģijas (libido) ekonomiju. JNT spēlē sievietes sociāli akceptējamā pakļaušanās vīra autoritātei viņu pasargā no neirotikisku baiļu pārdzīvojuma. Tajā pašā laikā tā apmierina viņas mazohistiskās tieksmes, ja tādas pastāv. Šajā gadījumā vārdu "mazohisms" mēs lietojam nevis ar nozīmi "pašno-liegums", bet klasiskajā izpratnē – kā seksuālu uzbudinājumu deprivācijas, pazemojuma vai sāpju situācijās. Tas nozīmē, ka sievieti uzbudina viņas deprivācija vai pakļaušana.

Ārējais psiholoģiskais ieguvums ir spēles laikā gūtā iespēja izvairīties no biedējošām situācijām. Īpaši labi to parāda spēle JNT, kurā vērojama lieliska motivācija: pakļaujoties vīra noteiktajiem aizliegumiem, sieva izvairās no biedējošām

publiskām situācijām.

Iekšējo sociālo ieguvumu raksturo spēles nosaukums, ar kādu tā tiek spēlēta šauri intīmā lokā. Pakļaujoties vīram, sieva iegūst privilēģiju sacīt: "Ja nebūtu tevis". Tas sievai palīdz strukturēt laiku, kas viņai jāpavada kopā ar vīru; gadījumā ar mīsis Vaitu vajadzība strukturēt laiku bija īpaši liela, jo laulātajiem nebija daudz kopīgu interešu, īpaši pirms bērnu piedzimšanas un pēc tam, kad viņi bija izauguši lieli. Starplaikā laulātie draugi šo spēli spēlēja retāk un mazāk intensīvi, jo bērni izpildīja savu parasto funkciju strukturēt vecāku laiku, kā arī nodrošināja viņiem iespēju spēlēt vēl izplatītāku JNT versiju, kas saucas "Aizņemtā mājsaimniece". Fakts, ka jaunās māmiņas Amerikā ir patiesi ļoti aizņemtas, nemaina šī spēles varianta analīzes būtību. Spēļu analīze tikai cenšas bez aizspriedumiem atbildēt uz šādu jautājumu: ko dara jauna aizņemta sieviete, lai izmantotu savu aizņemtību un gūtu par to vismaz daļēju kompensāciju?

Ārējo sociālo ieguvumu nosaka konkrētās situācijas izmantošana ārējo sociālo kontaktu veidošanā. Spēle "Ja nebūtu tevis" (vārdi, ko sieva saka vīram) var pārtapt laika kavēkli "Ja nebūtu viņa" (kad viņa satiekas ar draudzenēm pie rīta kafijas). Te atkal ir vērojama spēļu ietekme uz sociālo partneru atlases gaitu. Jauna kaimiņiene, kas uzaicināta uz rīta kafiju, patiesībā ir ielūgta uzspēlēt "Ja nebūtu viņa". Ja viņa spēlē labi, tad drīz vien var kļūt par sirdsdraudzeni spēles veterānēm. Ja viņa atsakās spēlēt un turpina paust žēlsirdīgu uzskatu par savu vīru, tad šajā sabiedrībā ilgi nenoturēsies. Viņas situācija līdzināsies tāda cilvēka situācijai, kurš kokteiļvakaros atsakās no dzērieniem – vairumā aprindu viņa vārds pakāpeniski pazudīs no viesu sarakstiem.

Ar to mēs noslēdzam JNT formālo pazīmju analīzi. Lai gūtu skaidrību par procedūras tālāko attīstību, vajadzētu pievērsties spēles "Kāpēc jūs ne..? – Jā, bet" analīzei, kas ir vispopulārākā spēle sabiedriskos pasākumos, komiteju sanāksmēs un psihoterapijas grupās visā pasaulē.

3. SPĒĻU ĢENĒZE

Pašreizējā analīzes posmā bērnu audzināšanu mēs varam aplūkot kā spēļu apmācības procesu. Bērnā tiek mācīts, kādas spēles spēlēt un kā tās spēlēt. Bērnā tiek mācīti arī viņa sociālajam stāvoklim un vietējai situācijai atbilstošie rituāli, procedūras un laika kavēkļi, bet tiem nav tik liela nozīme kā spēlēm. Apgūtās iemaņas un zināšanas par procedūrām, rituāliem un laika kavēkļiem bērnam pavērs noteikta veida izredzes, savukārt spēļu prasme ļaus viņam šīs iespējas izmantot, kā arī noteiks daudzu viņa dzīves situāciju iznākumu. Cilvēka iemīļotās spēles (kā viņa dzīves scenārija vai neapzinātā dzīves plāna elementi) arī noteiks viņa galīgo likteni: ieguvumus, ko viņam sniegs laulība vai karjera, un viņa nāves apstākļus.

Apzinīgi vecāki pievērš lielu uzmanību procesam, kurā viņu bērni apgūst savam sabiedriskajam stāvoklim atbilstošās procedūras, rituālus un laika kavēkļus. Tikpat rūpīgi vecāki izvēlas skolas, koledžas un baznīcas, kas vēlreiz apstiprinās viņu mācības. Vienlaikus viņi mēdz ignorēt jautājumu par spēlēm, kas veido katras ģimenes emocionālās dinamikas pamatstruktūru un kuras bērni apgūst ļoti nozīmīgajā ikdienas dzīves pieredzē jau kopš pirmajiem savas dzīves mēnešiem. Šādi un līdzīgi jautājumi ir tikuši apspriesti jau tūkstošiem gadu diezgan vispārīgā, nesistemātiskā formā. Mūsdienu ortopsihiatriskajā* literatūrā ir bijuši mēģinājumi izveidot metodiskāku pieeju, tomēr, neņemot vērā spēles konceptu, ir visai minimālas iespējas veikt saskaņotus pētījumus. Iekšējās individuālās psihodinamikas teorijas līdz šim nav spējušas apmierinoši risināt cilvēcisko attiecību problēmas. Lai pētītu transakciju situācijas, ir nepieciešama sociālās dinamikas teorija, kas nav vienkārši atvasināta no individuālo motivāciju analīzes.

* Ortopsihiatrija (*orthopsychiatry*) – profilaktiskā psihiatrija, diagnosticē un ārstē psihiskos traucējumus to sākumstadijās bērnībā un pusaudža gados.
–Zinātniskā redaktora piezīme.

Tikai nedaudzi kvalificēti speciālisti bērnu psiholoģijā un bērnu psihiatrijā ir apguvuši arī spēļu analīzi, tāpēc novērojumi par spēļu ģenēzi līdz šim ir veikti ļoti nesistemātiski. Par laimi, turpinājumā aprakstītā epizode norisinājās kvalificēta transakciju analītiķa klātbūtnē.

Septiņus gadus vecajam Tendži pie pusdienu galda iesāpējās vēders, un viņš lūdza atļauju iet prom no galda. Zēna vecāki ieteica viņam uz brīdi atgulties. Viņa mazais brālis, trīs gadus vecais Maiks sacīja: "Man arī sāp vēders", acīmredzami tiecoties gūt tādu pašu ievēribu. Tēvs dažas sekundes lūkojās uz viņu un tad atbildēja: "Tu taču negribēsi spēlēt šo spēli, vai ne?" Maiks sāka smieties un teica: "Nē!"

Ja šīs ģimenes locekļi būtu pārņemti ar ēšanas un vēdera izejas jautājumiem, tad satrauktie vecāki piespiestu likties gultā arī Maiku. Ja viņi un Maiks šo priekšnesumu atkārtotu vairākas reizes, varētu paredzēt, ka šī spēle kļūs par Maika rakstura sastāvdaļu, kas bieži notiek tad, ja vecāki piespēlē bērnam. Kad vien viņš izjustu greisirdību par kādu viņa sāncensim piešķirtu privilēģiju, viņš aizbildinātos ar slimību, lai iegūtu dažas privilēģijas arī sev. Slēptā transakcija tad būtu šāda: (sociālais līmenis) "es nejūtos labi" + (psiholoģiskais līmenis) "tev jāpiešķir privilēģijas arī man". Tomēr Maiks tika pasargāts no hipohondriķa nākotnes. Var jau būt, ka viņu gaida vēl ļaunāks liktenis, tomēr šajā gadījumā runa ir par ko citu. Spēli *in statu nascendi* pārtrauca tēva jautājums un zēna godīgā atzišanās, ka viņš bija iecerējis sākt spēli.

Iepriekš teiktais uzskatāmi apliecina, ka spēles diezgan apzināti spēlē jau mazi bērni. Pēcāk, kad tās ir kļuvušas par stimulu un reakciju fiksētiem modeļiem, to sākotne pagaist laika dūmakā, un sociālie miglas vāli padara neskaidru sākotnējo motivāciju, ko no jauna apzināt iespējams tikai ar atbilstošu procedūru palīdzību. Analītiskā terapija ļauj rekonstruēt spēļu sākotni, bet antitēze palīdz atklāt to slēpto motivāciju. Atkārtoti klīniski pētījumi ir parādījuši, ka spēles būtībā ir imitatīvas un to sākotnējā izcelsme ir saistīta ar bērna

personības Pieaugušā (neopsihisko) aspektu. Ja pieaugušā cilvēkā izdodas atdzīvināt Bērna Es stāvokli, tad šī segmenta (Bērna Es stāvokļa Pieaugušā aspekta) psiholoģiskā apdāvinātība izrādās tik pārsteidzoša un tam piemītošā prasme manipulēt ar cilvēkiem – tik apskaužama, ka to var nosaukt vienkārši par (psihiatrijas) "Profesoru". Psihoterapijas grupās, kurās liela uzmanība tiek pievērsta spēļu analīzei, viena no interesantākajām procedūrām ir mazā "Profesora" meklēšana katrā grupas dalībniekā. Pacientu agrīnie (no divu līdz astoņu gadu vecumam) piedzīvojumi spēļu izgudrošanā parasti izraisa klausītāju sajūsmu, un bieži, ja vien spēles nav beigušās traģiski, šie stāsti izraisa skaļu jautrību, kurai ar visnotaļ attaisnojamu pašapmierinātību var pievienoties arī pats pacients. Ja viņš to spēj, tad ir spēris soli tā ceļa virzienā, kas ved uz atteikšanos no kļūmīgiem uzvedības paraugiem, un viņa dzīve kļūs daudz labāka.

Tieši šo iemeslu dēļ spēles formālajā raksturojumā vienmēr tiek veikts mēģinājums aprakstīt tās infantilos vai bērnības prototipus.

4. SPEĻU FUNKCIJAS

Ikdienas dzīve mums piedāvā ļoti maz patiesas tuvības iespēju, turklāt dažas intimitātes formas (īpaši, ja tās ir intensīvas) lielākajai daļai cilvēku ir psiholoģiski nepieņemamas. Tāpēc lielāko daļu sabiedriskās dzīves laika cilvēki pavada spēlējot spēles. Tādējādi spēles ir gan nepieciešamas, gan vēlamas, un vienīgā problēma ir šāda: vai cilvēks spēlē tieši tās spēles, kas viņam ir vispiemērotākās? Atcerēsimies, ka būtiska spēles iezīme ir tās kulminācijas punkts jeb laimesta iegūšana. Spēles gājienu galvenā funkcija ir sagatavot situāciju laimesta iegūšanai, tomēr arī pašiem gājieniem ir jāsniedz maksimāli iespējamais apmierinājums katrā spēles posmā. Piemēram, spēlē "Lempis" (spēlētājs kaut ko noķēpā un pēc tam atvainojas) spēles mērķis un laimests ir piespiest pretspēlētāju pieņemt atvainošanos un sniegt

Spēļu
nav
labā

pieņemšanu. Izlieti dzērieni un degošu cigarešu nospiedumi ir tikai pakāpieni, kas ved uz šo mērķi, bet spēlētājam sagādā patiku arī katrs atsevišķais nodarījums. Tomēr prieks, ko izraisa dzērienu izliešana, šo procesu vēl nepadara par spēli. Tieši atvairošanās ir tas kritiskais stimulants, kas situāciju noved pie atrisinājuma. Pretējā gadījumā dzērienu izliešana ir vienkārši destruktīva procedūra jeb patiku izraisošs nodarījums.

Spēlei "Alkoholiķis" ir līdzīga struktūra: lai kāds arī būtu alkoholisma fizioloģiskais pamats (ja tāds vispār pastāv), spēļu analīzes valodā runājot, iedzeršana ir tikai gājiens spēlē ar līdzcilvēkiem. Dzeršanas process var sagādāt sava veida apmierinājumu, bet nenosaka spēles būtību. To uzskatāmi demonstrē spēles variants "Nedzērājs alkoholiķis", kas satur tos pašus gājienus un ved pie tā paša mērķa kā parastais spēles variants, tikai bez iedzeršanas.

Līdzās sociālajai funkcijai apmierinoši strukturēt laiku dažas spēles pilda arī citu neatliekami svarīgu uzdevumu – dažiem cilvēkiem tās palīdz uzturēt psihisko veselību. Šo cilvēku psihiskais līdzsvars ir tik nedrošs, viņu pozīcijas – tik svārstīgas, ka atņemt viņiem spēles nozīmētu nolemt viņus dzīšanai izmisumam vai pat psihozei. Šādi cilvēki visiem spēkiem cīnās pret jebkuriem antitēzi izraisošiem gājiem. To var bieži novērot laulības dzīves situācijās, kad viena laulātā psihiatriska ārstēšana (t.i., destruktīvo spēļu atmešana) noved pie straujas otra laulātā stāvokļa pasliktināšanās, jo kopīgās spēles viņam ir bijis ārkārtīgi svarīgs instruments savstarpējo attiecību līdzsvara uzturēšanai. Tāpēc spēļu analīzē ir nepieciešams ievērot piesardzību.

Par laimi, prieks, ko sniedz no spēlēm brīva tuvība (kas ir vai kam vajadzētu būt visideālākajai cilvēcisko attiecību formai) ir tik liels, ka pat nelīdzsvaroti cilvēki var droši un liksmi atteikties no savām spēlēm, ja vien viņiem laimējas atrast partneri labākām attiecībām.

Plašākā mērogā spēles ir neatņemama un dinamiska katra

cilvēka neapzinātā dzīves plāna jeb scenārija sastāvdaļa. Tās palīdz piepildīt laiku, ko cilvēks pavada, gaidot galīgo atrisinājumu, un vienlaikus ved uz to. Scenārija pēdējā ainā parasti tiek gaidīts brīnums vai katastrofa atkarībā no tā, vai scenārijs ir konstruktīvs vai destruktīvs. Tādējādi konstruktīvas vai destruktīvas ir arī pašas spēles. Vienkāršiem vārdiem runājot, cilvēks, kura scenārijs ir orientēts uz "Ziemassvētku vecīša gaidīšanu", būs piemērots dalībnieks tādās spēlēs kā "Ak, cik jūs esat brīnišķīgs, mister Mergatroid!", savukārt cilvēks ar traģisku scenāriju, kas orientēts uz "rigor mortis* iestāšanos", var spēlēt tādas nepatīkamas spēles kā "Beidzot iekriti, kuces dēls tāds!"

Jāatzīmē, ka sarunvalodas frāzes (tādas kā iepriekš minētās) ir neatņemama spēļu analīzes sastāvdaļa un tiek brīvi lietotas transakciju psihoterapijas grupās un semināros. Izteicienu "gaidīt *rigor mortis* iestāšanos" pacients redzēja sapnī, kurā viņa bija nolēmusi kaut ko paveikt pirms "rigor mortis iestāšanās". Kāds apķērīgs pacients norādīja uz to, ko terapeits nebija pamanījis: starp Ziemassvētku vecīša un nāves gaidīšanu nav nekādas atšķirības. Tā kā sarunvalodas izteicieniem ir izšķiroša nozīme spēļu analīzē, mēs turpmāk tiem pievērsīsim īpašu uzmanību.

5. SPEĻU KLASIFIKĀCIJA

Mēs jau minējām lielāko daļu mainīgo lielumu, kas izmantojami spēļu un laika kavēkļu analīzē. Jebkuru no tiem var izmantot arī spēļu un laika kavēkļu sistemātiskas klasifikācijas veidošanā. Dažas no uzskatāmākajām klasifikācijām pamatojas uz šādiem faktoriem:

1. Spēlētāju skaits: spēles diviem dalībniekiem ("Frigidā sieviete"), trim dalībniekiem ("Nu, sakaujieties!"), pieciem dalībniekiem ("Alkoholiķis") un daudziem dalībniekiem ("Kāpēc tu ne..? – Jā, bet").

* *Rigor mortis* (latīņu val.) – ķermeņa sastingums pēc nāves. – Red.

2. Izmantotais materiāls: vārdi ("Psihiatrija"), nauda ("Parādnieks"), ķermeņa daļas ("Man nepieciešama operācija").

3. Klīniskie tipi: histēriskais ("Dinamo"), maniakālais ("Lempis"), paranoidālais ("Kāpēc tam jānotiek tieši ar mani?"), depresīvais ("Es atkal daru pa vecam").

4. Zonas: orālā ("Alkoholiķis"), anālā ("Lempis"), falliskā ("Nu, sakaujieties!").

5. Psihodinamiskie tipi: kontrfobiskais ("Ja nebūtu tevis"), projektīvais ("Vecāku sapulce"), introjektīvais ("Psihiatrija").

6. Instinkti: mazohisms ("Ja nebūtu tevis"), sadisms ("Lempis"), fetišisms ("Frigidais vīrietis").

Papildus dalībnieku skaitam bieži ir derīgi ņemt vērā vēl trīs citas kvantitatīvas pazīmes. Tās ir šādas:

1. Elastība. Dažas spēles, piemēram, spēli "Parādnieks" un "Man nepieciešama operācija" var pienācīgi spēlēt tikai, izmantojot noteikta veida materiālu, bet citas, piemēram, ekshibicionistiskās spēles, ir daudz elastīgākas.

2. Pastāvība. Daži cilvēki viegli atsakās no savām spēlēm, bet citi ir daudz pastāvīgāki.

3. Intensitāte. Daži cilvēki spēlē atslābināti, citi ir saspringtāki un agresīvāki. Šādas spēles sauc attiecīgi par vieglām vai nopietnām.

Šo pazīmju savstarpējā mijiedarbība padara spēles maigas vai vardarbīgas. Cilvēki ar garīgiem traucējumiem spēles var spēlēt ievērojami atšķirīgos līmeņos. Paranoidāls šizofrēniķis var iesākumā spēlēt elastīgu, atslābinātu, vieglu pirmā līmeņa spēli "Vai nav šausmīgi?", bet tad pakāpeniski pāriet uz nelokāmu, sīkstu, nopietnu trešo līmeni. Spēles līmeņus var atšķirt pēc šādiem kritērijiem:

a) pirmā līmeņa spēle ir sociāli pieņemama agenta aprindās;

b) otrā līmeņa spēle nenodara pastāvīgu, nelabojamu jaunumu, tomēr spēlētāji to labāk slēpj no apkārtējiem;

c) trešā līmeņa spēle tiek spēlēta līdz galam un beidzas

operāciju zālē, tiesas zālē vai morgā.

Spēles var klasificēt arī, pamatojoties uz jebkuru no tiem specifiskajiem faktoriem, kas minēti JNT analīzes gaitā, piemēram, mērķi, lomām, visuzskatāmākajiem ieguvumiem. Viens no piemērotākajiem sistemātiskas, zinātniskas klasifikācijas parametriem ir eksistenciālā pozīcija, bet tā kā zināšanas par šo faktoru vēl ir visai nepilnīgas, šādas klasifikācijas veidošana būtu jāatliek uz vēlāku laiku. Tāpēc no praktiskā viedokļa pašreiz vispiemērotākā ir socioloģiskā klasifikācija. Tieši to mēs izmantosim grāmatas nākamajā nodaļā.

PIEZĪMES

Es gribētu pateikties Stīvenam Poteram par viņa lielo ieguldījumu viegli uztveramo, humora pilno diskusiju vadīšanā, kas bija vēltas jautājumam par manevriem jeb "taktiskiem gājieniem" ikdienas dzīves situācijās², kā arī Dž. H. Mīdam par spēļu lomas oriģinālajiem pētījumiem sabiedrības dzīvē³. Tās spēles, kas izraisa psihiatriskas saslimšanas, kopš 1958.gada ir sistemātiski pētītas Sanfrancisko Sociālās psihiatrijas semināros, un šīm spēļu analīzes sektoram nesen tuvojies T. Sāss.⁴ Lai noteiktu spēļu lomu grupu procesos, būtu ieteicams aplūkot manu grāmatu par grupu dinamiku.⁵

ATSAUCES

- ¹ Maurer, D. W. *The Big Con*. The Bobbs-Merrill Co., New York, 1940.
- ² Potter, S. *Theory and Practice of Gamemanship*. Henry Holt & Company, New York, n.d.
- ³ Mead, G. H. *Mind, Self and Society*. University of Chicago Press, Chicago, 1934.
- ⁴ Szasz, T. *The Myth of Mental Illness*. Harper & Brothers, New York, 1961.
- ⁵ Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. J. B. Lippincott Company, Philadelphia and Montreal, 1963.

OTRĀ DAĻA

Spēļu tēzauris

1870

1871

1872

1873

1874

1875

1876

1877

1878

1879

1880

1881

1882

1883

1884

1885

1886

1887

1888

Ievads

Lasītājam tiek piedāvāta pašreiz (1962) zināmo spēļu kolekcija, bet nepārtraukti tiek atklātas arvien jaunas spēles. Dažkārt analīzes pirmajā posmā pētniekam rodas iespaids, ka viņš sastopas ar kādas pazīstamas spēles jaunu variantu, bet vēlāk rūpīga izpēte atklāj, ka tā ir pilnīgi jauna spēle; un otrādi – spēle, kas pirmajā brīdī šķiet jauna, vēlāk izrādās jau zināmās spēles variācija. Laika gaitā līdz ar jaunu zināšanu uzkrāšanu var mainīties arī analīzes metode. Piemēram, gadījumā, ja pastāv vairāki spēles dinamikas apraksta varianti, iepriekš piedāvātā definīcija vēlāk var izrādīties nepārlicieņoša. Tomēr šajā grāmatā dotais spēļu saraksts un analīzes metožu apraksts pilnībā atbilst kliniskā darba prasībām.

Dažas spēles ir apspriestas un analizētas *in extenso**. Citas spēles, kam nepieciešami papildu pētījumi vai kas nav tik ierastas, vai arī kuru nozīme ir acīmredzama, ir pieminētas tikai garāmejot. Vadošais spēlētājs parasti tiek dēvēts par "aģentu" vai arī ir nosaukts par Vaitu, bet viņa spēles partneris – par Bleku.**

Spēles ir klasificētas grupās atbilstoši tām raksturīgajām norises situācijām. Spēļu grupas ir šādas: spēles visam mūžam, laulāto spēles, spēles sabiedriskos pasākumos, seksuālās spēles un kriminālās pasaules spēles. Tām seko spēles profesionāļiem jeb spēles konsultāciju kabinetā un visbeidzot tiek doti daži labo spēļu piemēri.

1. APZĪMĒJUMI

Analītisko protokolu sastādīšanā tiek izmantoti šādi apzīmējumi:

Nosaukums. Ja spēlei ir garš nosaukums, tad grāmatas tekstā tiek izmantots tā saīsinājums. Ja spēlei vai tās variantiem

* *In extenso* (latīņu val.) – pilnībā, vārdu pa vārdam. - *Tulk.*

** *White* (angļu val.) – balts, *black* – melns. - *Tulk.*

ir vairāki nosaukumi, tad spēļu rādītājā būs atrodama speciāla norāde. Mutiskos ziņojumos ieteicams lietot pilnu nosaukumu, nevis tā saīsinājumu vai akronīmu.

Tēze. Tēze tiek formulēta, cik vien iespējams pārlicinoši.

Mērķis. Pamatojoties uz autora pieredzi, no visiem iespējamiem spēles mērķiem tiek piedāvāts visjēgpilnākais.

Lomas. Pirmā (kursīvā) tiek minēta vadošā spēlētāja loma. Spēle tiek analizēta no viņa viedokļa.

Dinamika. Tas pats, kas ar mērķi.

Piemēri. 1. Tiek dota bērnišas spēles ilustrācija, turklāt tiek izvēlēts tās visvieglāk atpazīstamais prototips. 2. Tiek dota ilustrācija no pieaugušo dzīves.

Paradigma. Tiek dota maksimāli vienkārša kritiskās transakcijas vai transakciju ilustrācija sociālajā un psiholoģiskajā līmenī.

Gājieni. Tiek dots minimālais skaits praksē sastopamo transakcionālo stimulu un transakcionālo reakciju. Dažādās situācijās tās var tikt neierobežoti paplašinātas, atšķaidītas vai izrotātas.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais. Tie ir centieni konstatēt spēles ietekmi uz spēlētāja iekšējo psiholoģisko stabilitāti. 2. Ārēji psiholoģiskais. Tie ir centieni konstatēt, no kādām biedējošām vai tuvības situācijām spēlētājs cenšas izvairīties. 3. Ārēji sociālais. Tiek minēta raksturīgā frāze, kādu lieto šaurā lokā notiekošās spēles dalībnieki. 4. Iekšēji sociālais. Tiek dota atslēgas frāze, ko lieto plašākā lokā notiekoša spēles varianta vai atbilstīga laika kavēkļa dalībnieki. 5. Bioloģiskais. Tas ir mēģinājums raksturot noglaidīšanas, kuras spēle piedāvā visām tajā iesaistītām personām. 6. Eksistenciālais. Tiek konstatēta spēlei tipiskā pozīcija.

Radniecīgās spēles. Tiek doti papildinošo, radniecīgo spēļu, kā arī antitētisko spēļu nosaukumi.

Adekvātu izpratni par spēli ir iespējams gūt tikai psihoterapeitiskā situācijā. Tie cilvēki, kas spēlē destruktīvas spēles, psihoterapeitu apmeklē daudz biežāk nekā tie, kas spēlē konstruktīvas spēles. Tādējādi lielākā daļa no labi izpētītajām

spēlēm ir pamatā destruktīvas, tomēr lasītājam būtu jāatceras, ka pastāv arī konstruktīvas spēles, kuras spēlē daudz veiksmīgāki ļaudis. Lai novērstu spēļu idejas iespējamo vulgarizāciju (kā tas ir noticis ar daudziem psihiatrijas jēdzieniem), būtu nepieciešams vēlreiz uzsvērt, ka tā ir ļoti precīza ideja: spēles ir skaidri jānošķir (pēc iepriekš dotajiem kritērijiem) no procedūrām, rituāliem, laika kavēkļiem, operācijām, manevriem un pozīciju radītājam attieksmēm. Spēle tiek spēlēta uz pozīcijas pamata, tomēr pozīcija vai tai atbilstošā attieksme nav pavēle.

2. FRAZEOLOĢISMI

Daudzus no grāmatā lietotajiem frazeoloģismiem ir minējuši paši pacienti. parasti īstajā brīdī un īstajā sakarā frazeoloģisms citos pacientos izraisa ne tikai izpratni un atzinību, bet arī jautrību. Kaut arī daži frazeoloģismi var šķist negodbijīgi, mums tomēr jāatceras, ka ironija ir vērsta uz pašām spēlēm un nevis cilvēkiem, kas tās spēlē. Pirmais noteikums ir frazeoloģismu piemērotība situācijām, un, ja tie bieži izklausās uzjautrinoši, tad tikai tāpēc, ka trāpa precīzi naglai uz galvas. Jau savos iepriekšējos darbos, analizējot sarunvalodas epitetus, esmu centies parādīt, ka vesela lappuse iemācītu daudzsilbīgu vārdu nespēj formulēt domu tik precīzi kā, piemēram, izteiciens, ka zināmā sievietē ir palaistuve, bet zināmais vīrietis – nejēga.¹ Akadēmiskos nolūkos psiholoģiskas patiesības var tikt izklāstītas zinātniskā valodā, bet praksē emocionālo tieksmju efektīva atzišana var prasīt citādu pieeju. Tāpēc mēs labāk spēlējam "Vai nav šausmīgi?", nevis "projicētas anālās agresijas verbalizāciju". Pirmais nosaukums ir ne tikai iespaidīgāks un dinamiskāks, bet arī precīzāk atbilst lietas būtībai. Dažkārt cilvēks ātrāk atveseļojas spilgti apgaismotās un nevis vienmuļi pelēcīgās telpās.

ATSAUCE

¹ Berne, E. "Intuition IV: Primal Images & Primal Judgements." *Psychiatric Quarterly*. 29: 634-658, 1955.

SESTĀ NODAĻA

Spēles visam mūžam

Visām spēlēm parastos sociālos apstākļos ir nozīmīga un, iespējams, pat izšķiroša ietekme uz to dalībnieku likteņiem, tomēr dažām spēlēm ir lielākas iespējas izvērsties par nodarbi visa mūža garumā un tās spēj piesaistīt vairāk relatīvi nevainīgu malā stāvētāju. Šo spēļu grupu mēs varam nosaukt par "spēlēm visam mūžam". Pie tām pieder spēles "Alkoholiķis", "Parādnieks", "Sītiēt mani!", "Beidzot iekriti, kuces dēls tāds!", "Paskaties, ko es daru tevis dēļ!" un to galvenās variācijas. No vienas puses, tās pārklājas ar laulāto spēlēm, bet no otras – ar sabiedrības padibeņu spēlēm.

1. ALKOHOLIĶIS

Tēze. Spēļu analizē nav ne alkoholisma, ne alkoholiķu, bet ir Alkoholiķa loma noteikta tipa spēlē. Ja pārmērīgas dzeršanas galvenais dzinulis ir bioķīmiska vai fizioloģiska patoloģija (kas arvien vēl ir atklāts jautājums), tad tā izpēte attiecas uz terapijas sfēru. Spēļu analīzi interesē kaut kas pilnīgi cits, proti, tie sociālo transakciju veidi, kas ir saistīti ar šādām pārmērībām. Tāpēc pastāv spēle "Alkoholiķis".

Pilnībā izvērstā veidā tā ir spēle pieciem dalībniekiem, kaut arī viņu lomas var pārklāties un spēles sākumā un beigās var piedalīties tikai divi dalībnieki. Centrālā loma ir Alkoholiķis. Tas ir spēles vadītājs, ko mūsu gadījumā pārstāv Vaits. Alkoholiķa galvenais partneris ir Vajātājs, ko visbiežāk spēlē pretējā dzimuma pārstāvis, parasti – laulātais draugs. Trešā loma ir Glābējs, ko parasti spēlē tā paša dzimuma pārstāvis. Bieži Glābējs ir labs ģimenes ārsts, kuru interesē gan pats pacients, gan dzeršanas problēmas vispār. Klasiskā situācijā ārsts veiksmīgi paglābj alkoholiķi no viņa ieraduma. Pēc tam,

kad Vaitis sešus mēnešus nav dzēris ne lāsīti, ārsts un pacients apsveic viens otru. Nākamajā dienā Vaitu atrod notekā.

Ceturtnā loma ir Vientiesis. Literāros darbos to spēlē, piemēram, delikatešu tirgotājs, kurš Vaitam dod uz parāda sviestmaizi vai, teiksim, tasi kafijas. Viņš Vaitu nevajā un arī necenšas glābt. Dzīvē šo lomu visbiežāk spēlē Vaita māte, kas dod viņam naudu, izrāda līdzjūtību un kritizē vedeklu, kas viņas dēlu nesaprot. Šajā spēles aspektā Vaitam ir jāprot rast ticamu skaidrojumu savai vajadzībai pēc naudas. Abi izliekas, ka tam notic, kaut gan patiesībā labi zina, kādā nolūkā viņš to tērēs. Dažkārt Vientiesis darbojas citā lomā (kas nav būtiski svarīga, bet ir palīgloma), proti, kļūst par Pierunātāju, "labo zēnu", kurš labprātīgi piedāvā Alkoholiķim iedzert: "Nāc, iedzer ar mani (un ātrāk ripo pa kalnu lejup)!"

Visās dzeršanas spēlēs darbojas profesionāls bārmenis jeb krodzinieks. Spēlē "Alkoholiķis" viņam ir piektā jeb Savedēja loma. Savedējs ir tiešais dzērienu piegādātājs, kurš saprot alkoholiķu bēdas un savā ziņā ir visnozīmīgākā persona jebkura netikumu varā nonākuša cilvēka dzīvē. Atšķirība starp Savedēju un citiem spēlētājiem līdzinās atšķirībai starp profesionāļiem un amatieriem jebkurā spēlē: profesionālis zina brīdi, kad ir jāapstājas. Labs bārmenis noteiktā momentā atsakās apkalpot Alkoholiķi, kurš tad paliek bez dzērieniem, līdz atrod kādu piekāpīgāku Savedēju.

Spēles "Alkoholiķis" sākuma stadijās dzērāja sieva var spēlēt visas trīs palīglomas. Pusnaktī viņa ir Vientiesis, kas palīdz vīram nogērbties, vāra viņam kafiju un ļauj izgāzt uz sevi dusmas. Nākamajā rītā viņa ir Vajātājs, kurš rāj Alkoholiķi un atgādina par viņa ļaunajiem darbiem. Vakarā viņa ir Glābējs, kurš lūdz Alkoholiķi atteikties no sliktajiem paradumiem. Vēlākajās spēles stadijās, dažkārt organiskas saslimšanas dēļ, Alkoholiķis var iztikt bez Vajātāja un Glābēja, bet var arī viņus pieciest, ja viņi vēlas spēli turpināt. Vaitis apmeklē, piemēram, kādu labdarības misiju un ļauj, lai viņu glābj, ja vien par to saņem brīvpusdienas. Vaitis var paciest

iebkuru rājienu, amatierisku vai profesionālu, ja vien pēc tam saņem atbilstošu kompensāciju.

Mūsu līdzšinējā pieredze liecina, ka laimests spēlē "Alkoholiķis" (kā tas ir raksturīgs spēlēm kopumā) parādās tajā aspektā, kam lielākā daļa pētnieku pievērš vismazāk uzmanības. Spēles analīze parāda, ka dzeršanas process ir tikai gadījuma rakstura izprieca ar attiecīgiem ieguvumiem, tā ir procedūra, kas ved uz spēles patieso kulmināciju, proti, paģirām. Līdzīgu situāciju mēs varam vērot spēlē "Lempis": kaut kādu priekšmetu noķēpāšana, kas šķietami pievērš visvairāk uzmanības, ir tikai patikams veids, kā Vaitam nonākt pie spēles atrisinājuma – Bleka piedošanas.

Alkoholiķim paģiras sagādā ne tik daudz fiziskas sāpes, cik psiholoģiska rakstura mocības. Divi iecienītākie dzērāju laika kavēkļi ir "Martīni" (cik daudz izdzerts un kādi dzērieni sajaukti) un "Nākamajā rītā" ("Atļauj tev pastāstīt par manām paģirām"). "Martīni" lielākoties spēlē tie alkoholiķi, kas dzer kompānijās, bet daudzi alkoholiķi dod priekšroku psiholoģiski smagajam laika kavēklim "Nākamajā rītā", un tādas organizācijas kā "Anonīmo alkoholiķu biedrība" šajā ziņā viņiem piedāvā neierobežotas iespējas.

Kāds pacients (Vaits) pēc uzdzīves apmeklēja savu psihiatru. Viņš sevi lamāja visādiem vārdiem, bet psihiatrs neteica neko. Vēlāk terapijas grupā atstāstot šā apmeklējuma norisi, Vaits pašapmierināti sacīja, ka tieši psihiatrs viņu nosaucis visos šajos vārdos. Daudzi alkoholiķi psihoterapeitiskā situācijā visvairāk mīl pārspriest nevis pašu dzeršanas procesu (ko viņi acīmredzot dara tikai aiz cieņas pret saviem vajātājiem), bet gan tiem sekojošās ciešanas. Dzeršanas transakcionālais objekts, bez tās sniegtajiem personiskajiem priecīgiem, ir tādas situācijas radīšana, kurā Bērnu var bargi norāt ne tikai paša Alkoholiķa iekšējie Vecāki, bet arī jebkuras apkārtnē esošās vecāku figūras, kas ir pietiekami ieinteresētas, lai būtu spiestas to darīt. Tādējādi šīs spēles terapijai vajadzētu koncentrēties nevis uz dzeršanas

procesu, bet uz notikumiem nākamajā rītā, kad alkoholiķis nododas sevis attaisnošanai un nosodišanai. Tomēr ir vērojams arī izturīgā dzērāja tips, kuram paģiras nav raksturīgas un kurš šai kategorijai nepieder.

Pastāv arī spēle "Nedzērājs alkoholiķis", kurā Vaits, nedzerot ne lāsīti alkohola, tomēr iziet visu finansiālās un sociālās degradācijas procesu. Viņš veic gājienus tajā pašā secībā kā parastajā spēlē un pieprasa tos pašus spēles partnerus. Arī šajā gadījumā spēles kulminācija tiek sasniegta nākamajā rītā. Patiesi, tieši līdzība starp "Nedzērāju alkoholiķi" un parasto "Alkoholiķi" apliecina, ka tās abas ir spēles. Piemēram, abās spēlēs norisinās viena un tā pati procedūra, kuras laikā Alkoholiķis panāk savu atlaišana no darba. Spēle "Narkomāns" līdzinās spēlei "Alkoholiķis", tikai ir daudz draudīgāka, dramatiskāka, iespaidīgāka un straujāka. Vismaz mūsu sabiedrībā tā daudz vairāk nosliecas uz viegli pieejamā Vajātāja pusi, bet Vientiešu un Glābēju ir maz un viņi ir tālu. Šajā spēlē daudz nozīmīgāka ir Savedēja loma.

Spēlē "Alkoholiķis" piedalās visdažādākās organizācijas. Dažas no tām darbojas valsts vai pat starptautiskā, citas – vietējā mērogā. Daudzas organizācijas publiski izsludina spēles noteikumus. Gandrīz visas izskaidro, kā spēlēt Alkoholiķa lomu: "Iedzeriet glāzīti pirms brokastīm, tērējiet naudu, kas domāta citiem mērķiem utt." Tās izskaidro arī Glābēja funkcijas. Piemēram, "Anonīmo alkoholiķu biedrība" turpina spēlēt īsto spēli, bet cenšas piedabūt Alkoholiķi uzņemties Glābēja lomu. Priekšroka tiek dota bijušajiem Alkoholiķiem, jo viņi zina spēles noteikumus un tādējādi prot labāk spēlēt papildlomas nekā tie cilvēki, kas nekad agrāk šo spēli nav spēlējuši. Ir zināmi gadījumi, kad "anonīmajiem alkoholiķiem" pietrūkst pāraudzināmo alkoholiķu: glābjamo trūkuma gadījumā biedrības locekļi atsāk dzeršanu, jo nav cita veida, kā spēli turpināt.¹

Pastāv arī organizācijas, kuru darbība ir veltīta citu spēlētāju stāvokļa uzlabošanai. Dažas no tām pievērš

pastiprinātu uzmanību alkoholiķu laulātajiem draugiem, lai piespiestu tos nomainīt Vajātāja lomu pret Glābēja lomu. Šķiet, ka ārstniecības teorētiskajam ideālam visvairāk ir pietuvojusies organizācija, kas nodarbojas ar alkoholiķu pusaudžu vecuma bērnu pāraudzināšanu. Šie jaunie cilvēki tiek iedrošināti atteikties no spēles kopumā nevis tikai mainīt lomas.

Psihologiska atveseļošanās no alkoholisma paredz spēju atteikties spēlēt spēli kopumā, nevis vienkārši pāriet no vienas lomas pie citas. Dažos gadījumos tas ir izrādījies iespējams, kaut arī neapšaubāmi grūts uzdevums – atrast kaut ko tādu, kas Alkoholiķi interesētu vairāk nekā spēles turpināšana. Tā kā Alkoholiķis klasiski baidās no intīmas tuvības, tad šīs spēles aizstājējs visdrīzāk varētu būt cita spēle nevis no spēlēm brīvas attiecības. Bieži tā dēvētie izārstētie alkoholiķi ir nesabiedriski cilvēki, kuri, iespējams, apzinās, ka viņiem dzīvē pietrūkst satraukumu un izjūt pastāvīgu kārdinājumu atgriezties uz vecajām takām. Patiesas "izveseļošanās no spēlēm" kritērijs ir bijušā Alkoholiķa spēja iedzert sabiedriskā vietā vienlaikus nepakļaujot sevi briesmām. Parastais "pilnīgas atturības" kurss neapmierinās spēļu analītiķi.

No šī spēles apraksta acīmredzami izriet secinājums, ka Glābējs izjūt spēcīgu kārdinājumu spēlēt "Es tikai cenšos tev palīdzēt", Vajātājs – "Skaties, ko tu esi man nodarījis", bet Vientiesis* – "Veco labo Džo". Palielinoties tādu glābšanas organizāciju skaitam, kas popularizē ideju, ka alkoholisms ir slimība, alkoholiķi ir apguvuši māku spēlēt "Invalidu". Mūsdienās ir vērojama tendence likumam nostāties šādu cilvēku pusē. Uzsvars tiek pārbīdīts no Vajātāja uz Glābēju, no "Esmu grēcinieks" uz "Ko jūs gribat no slima cilvēka?" (raksturīga mūsdienu domāšanas virzība – prom no reliģijas pie zinātnes). No eksistenciālā viedokļa šī pārbīde ir apšaubāma, savukārt no praktiskā viedokļa šķiet pārāk maz darīts, lai ierobežotu alkoholisko dzērienu pārdošanu lieliem dzērājiem.

* "Patsy" žargonā kādreiz nozīmēja "viss kārtībā", bet vēlāk ieguva nozīmi "balodis".

Tomēr jāatzīst, ka lielākajai daļai cilvēku "Anonīmo alkoholiķu biedrība" ir vislabākais palīgs cīņā pret savām vājībām.

Antitēze. Kā jau labi zināms, "Alkoholiķis" parasti ir nopietna spēle, no kuras spēlētājam ir ļoti grūti atteikties. Šajā sakarā minēšu gadījumu ar kādu sievieti alkoholiķi, kura iesākumā gandrīz nemaz neiesaistījās psihoterapijas grupas nodarbībās, tomēr tikai līdz brīdim, kad bija uzzinājusi pietiekami daudz par pārējiem grupas locekļiem, lai turpinātu savu spēli. Viņa lūdza grupas biedrus pateikt savas domas par viņu. Tā kā sievietes uzvedība bija diezgan patīkama, viņa no dažādiem grupas locekļiem dzirdēja par sevi labus vārdus. Sieviete protestēja: "Tas nav tas, ko es vēlos. Es vēlos zināt, ko jūs patiesībā par mani domājat." Viņa skaidri lika saprast, ka cenšas panākt nicinošas atsauksmes. Citas sievietes atteicās viņu vajāt, tāpēc viņa devās mājās un teica vīram, lai gadījumā, ja viņa iedzers vēl kaut vienu glāzīti, viņš pieprasa šķiršanos vai nosūta viņu uz slimnīcu. Vīrs to viņai apsolīja. Tajā pašā vakarā sieviete piedzērās, un vīrs viņu aizsūtīja uz ārstniecības iestādi. Šajā gadījumā citi terapijas grupas locekļi atteicās spēlēt mīsi Vaitas piešķirtās vajātāju lomas; sieviete nespēja paciest šādu antitētisku rīcību, neraugoties uz pārējo pacientu centieniem nostiprināt viņā to situācijas izpratni, ko viņa jau bija ieguvusi. Mājās viņa atrada kādu, kurš vēlējās spēlēt viņas pieprasīto lomu.

Tomēr citos gadījumos pastāv iespēja sagatavot pacientu pietiekami labi, lai viņš spētu atteikties no spēles un mēģinātu iziet patiesu sociālas ārstniecības kursu, kura laikā terapeits nespēlētu ne Vajātāja, ne Glābēja lomu. Tikpat neterapeitiski ārstam būtu spēlēt Vientieša lomu, tādējādi ļaujot pacientam neievērot savas finansiālās saistības un pienākumus. No transakciju viedokļa pareiza ārstnieciska procedūra būtu šāda: pēc rūpīga sagatavošanas darba psihoterapeitam jāieņem Pieaugušā stāvoklis un jānoslēdz ar pacientu vienošanās, proti, jāatsakās spēlēt jebkuru no lomām cerībā, ka patients spēš izturēt ne tikai atturēšanos no dzeršanas, bet arī no savas

spēles spēlēšanas. Ja pacients to nespēj, terapeitam vislabāk būtu uzņemties Glābēja lomu.

Antitēze ir īpaši grūti īstenojama tāpēc, ka vairumā rietumvalstu lieli dzērāji tiek augstu vērtēti kā sabiedrībā vēlamī nopeluma, rūpju vai žēlsirdības objekti. Cilvēks, kurš atsakās spēlēt kādu no šīm lomām, riskē izpelnīties publikas sašutumu. Racionāla pieeja var būt pat vēl bīstamāka Glābējiem nekā Alkoholiķiem un dažkārt var atstāt nelabvēlīgu iespaidu uz terapiju. Piemēram, reiz kādā klīnikā grupa psihoterapeitu, kurus nopietni interesēja spēle "Alkoholiķis", centās panākt reālu pacientu izveseļošanu, liekot viņiem atteikties no spēles un nevis tikai viņus glābjot. Tiklīdz ārstu nodoms kļuva acīmredzams, komiteja, kas sponsorēja klīniku, atteica viņiem finansējumu. Neviens no psihoterapeitiem vairs netika pieaicināts ārstēt šīs klīnikas pacientus.

Radniecīgās spēles. Interesanta ir spēles "Alkoholiķis" variācija, kas saucas "Iedzersim pa vienai (glāzei)". Šo spēli atklāja kāds apķērīgs industriālās psihiatrijas* students. Vaits un viņa sieva (nedzērājs Vajātājs) dodas uz pikniku kopā ar Bleku un viņa sievu (abi Vientieši). Vaits saka Blekam: "Iedzersim pa glāzei!" Ja viņi to izdara, tas dod Vaitam tiesības iedzert arī ceturto un piekto glāzīti. Spēle atklājas gadījumā, ja Bleks atsakās iedzert pirmo glāzi. Atbilstoši dzeršanas likumiem Vaitam tad ir tiesības justies aizvainotam, un nākamajam piknikam viņš atradīs kādu piekāpīgāku partneri. Tas, kas sociālajā līmenī šķiet Pieaugušā devība, psiholoģiskajā līmenī ir nekaunība, jo Vaita Bērns atklātas piekukuļošanas ceļā panāk Bleka Vecāku līdzdalību. Misis Vaita to redz, bet nekādi nespēj protestēt. Patiesībā viņa piekrīt piedalīties šajā izrādē tieši tāpēc, ka jūtas "bezpēcīga", jo viņa tikpat lielā mērā vēlas iesaistīties spēlē Vajātāja lomā kā misters Vaits Alkoholiķa lomā. Viegli iztēloties viņas pārmetumus vīram nākamajā rītā pēc piknika. Šis spēles variants var radīt

* Industriālā psihiatrija – psihiatrija, kura diagnosticē un ārstē ražošanā strādājošo psihiskos traucējumus. – Zinātniskā redaktora piezīme.

sarežģījumus gadījumā, ja Vaits ir Bleka priekšnieks.

Vispār jau Vientiesis nav nemaz tik lētīcīgs, kā varētu likties. Vientieši parasti ir vientuļi cilvēki, kuri gūst lielu labumu no jaukām attiecībām ar Vaitu. Delikatešu tirgotājs, kurš spēlē "Veco labo Džo", darbā iepazīst daudzus ļaudis, un savās aprindās var gūt labu reputāciju ne tikai kā augstsirdīgs cilvēks, bet arī kā labs stāstnieks.

Viens "Labā Džo" variants, starp citu, ir staigāt apkārt un lūgt visiem padomu, kā vislabāk palīdzēt cilvēkiem. Tā ir jautra un konstruktīva spēle, un tās spēlēšana ir visnotaļ atbalstāma. Labā Džo pretstats ir Huligāns, kurš domā, kā citiem nodarīt pāri, vai lūdz padomu, kā vislabāk sāpināt citus. Kaut arī, iespējams, spēlētājs savas ieceres nekad nerealizē praksē, viņš tomēr iegūst privilēģiju tikt asociētam ar īsteniem huligāniem, kuri spēlē līdz galam, un var gozēties viņu slavas saulītē. Francūži šādus cilvēkus dēvē par un *fanfaron de vice**.

ANALĪZE

Tēze. Redziet, kāds es slikts cilvēks; paskatīsimies, vai jūs spēsiet mani apturēt.

Mērķis. Pašnosodījums.

Lomas. Alkoholiķis, Vajātājs, Glābējs, Vientiesis, SAVEDĒJS.

Dinamika. Orāla deprivācija.

Piemēri. 1. Paskatīsimies, vai jūs varēsiet mani noķert. Šī spēle ir sarežģīta, tāpēc ir grūti noteikt tās prototipus. Tomēr bērni, īpaši alkoholiķu bērni, bieži atkārtoti daudzus Alkoholiķim raksturīgus manevrus. Bērni, kuri spēlē "Paskatīsimies, vai jūs spēsiet mani apturēt", melo, slēpj mantas, cenšas panākt par sevi sliktas atsauksmes, meklē izpalīdzīgus cilvēkus, līdz atrod kādu labvēlīgi noskaņotu kaimiņu, kurš viņus, piemēram, pabaro utt. Pašnosodīšana bieži tiek atlikta uz vēlākiem gadiem. 2. Alkoholiķis un apkārtējie cilvēki.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

* *Fanfaron de vice* (franču val.) – cilvēks, kas lielās ar netikumumu. – Tulk.

Pieaugušais: "Pasaki man, ko tu patiesībā par mani domā, vai arī palīdzi man izbeigt dzeršanu."

Pieaugušais: "Būšu pret tevi atklāts."

Psihologiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Bērns: "Paskatīsimies, vai jūs varēsiet mani apturēt."

Vecāki: "Tev jāatmet dzeršana, jo ..."

Gājieni. 1. Provokācija – apsūdzība vai piedošana. 2. Iecietība pret savām vājībām – dusmas vai vilšanās.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psihologiskais: a) dzeršana kā procedūra – sacelšanās, mierinājuma gūšana un alku apmierinājums, b) "Alkoholiķis" kā spēle – (iespējams) pašnosodījums. 2. Ārēji psihologiskais – izvairīšanās no seksuālās vai cita veida tuvības. 3. Iekšēji sociālais – "Paskatīsimies, vai jūs varēsiet mani apturēt." 4. Ārēji sociālais – "Nākamajā ritā", "Martīni" un citi laika kavēkļi. 5. Bioloģiskais – apmaiņa ar mīlestības un naida izpausmēm. 6. Eksistenciālais – "Visi grib nodarīt man pāri."

2. PARĀDNIEKS

Tēze. "Parādnieks" ir kaut kas vairāk nekā tikai spēle. Amerikā to raksturo tendence kļūt par dzīves scenāriju jeb plānu visam mūžam, līdzīgi kā tas notiek dažviet Āfrikas un Jaungvinejas džungļos,² kur jauna vīrieša tuvinieki par milzīgu naudu nopērk viņam līgavu un tādējādi uz daudziem gadiem padara viņu par savu parādnieku. ASV (vai vismaz civilizētākajos valsts reģionos) dominē tas pats paradums, tikai ar atšķirību, ka līgavas maksa ir pārtapusi samaksā par māju. Ja spēlē neiesaistās radinieki, attiecīgo lomu uzņemas banka.

Tādējādi abi jaunie cilvēki – jauneklis Jaungvinejā ar ausī iekārtu senu amuletu veiksmi un jauneklis Amerikā ar tikko nopirkto rokaspulkstenu veiksmi – jūt, ka viņiem dzīvē ir parādījies "mērķis". Lielās svinības – kāzas vai jaunās mājas iesvētīšana – notiek nevis brīdī, kad parāds tiek dzēsts, bet gan brīdī, kad tas tiek saņemts. Piemēram, kas tiek rādīts TV reklāmās? Ne jau pusmūža vīrs, kurš beidzot ir nomaksājis

savas ķilu zīmes, bet gan jauns vīrietis, kurš kopā ar ģimeni pārceļas uz savu jauno māju, lepni vicinot tikko parakstītus papīrus, kas viņam sasies rokas mūža ražīgākajos gados. Pēc tam, kad viņš būs nomaksājis visus parādus – hipotēku, koledžas maksu bērniem un apdrošināšanu –, viņš tiks uzskatīts par problēmu, par “cilvēku gados”, un sabiedrības pienākums būs nodrošināt viņam ne tikai materiālas ērtības, bet arī “jaunu mērķi”. Ja viņš būs ļoti izmanīgs, tad, tāpat kā Jaungvinejā, varēs kļūt par lielu kreditoru un nevis par lielu parādnieku. Tā tomēr notiek samērā reti.

Kamēr es rakstu šīs rindas, pa manu rakstāmgaldu rāpo mitrene. Ja kāds to apgāzīs uz muguras, tad kļūs par liecinieku izmisīgai mitrenes cīņai atkal nostāties uz kājām. Šajā laikā sprīdī mitrenes dzīvē būs parādījies “mērķis”. Kad viņa to sasniegs, viņa izskatīties gandrīz vai kā guvusi uzvaru. Mitrene aizrāpos, un mēs varēsim tikai iztēloties, kā nākamajā mitreņu saietā viņa stāsta savus piedzīvojumus un uz jauno mitreņu paaudzi nolūkojas tāda kukaiņa acīm, kas dzīvē sasniedzis mērķi. Tomēr līdz ar pašapmierinātību mitrene izjutīs arī nelielu sarūgtinājumu. Tagad, kad viņa ir sasniegusi virsotni, turpmākā dzīve šķitīs bezmērķīga. Iespējams, ka mitrene atgriezīsies uz rakstāmgalda cerībā atkārtot savu triumfu. Varbūt ir vērts iezīmēt mitrenes muguru ar tinti, lai būtu iespējams viņu atpazīt gadījumā, ja viņa nolems riskēt. Drosmīga radība šī mitrene! Nav brīnums, ka tās suga izdzīvojusi miljoniem gadu.

Tomēr lielākā daļa jauno amerikāņu parādu saistības uztver nopietni tikai stresa brīžos. Ja viņi jūtas nomākti vai arī ir nonākuši nelabvēlīgā ekonomiskā situācijā, viņu saistības piespiež viņus darboties un, iespējams, dažus no viņiem attur pat no pašnāvības. Lielāko daļu laika viņi spēlē vieglu spēli “Ja vien man nebūtu parādu”, bet visādā citādā ziņā izbauda dzīvi. Tikai daži no viņiem veido savu karjeru, spēlējot “Parādnieka” nopietno variantu.

“Pamēģini atgūt naudu” (PAN) parasti spēlē jauni precēti

pāri. Spēle tiek veidota tā, lai spēlētājs "vinnētu" jebkura spēles iznākuma gadījumā. Vaiti uz kredīta iegādājas visādas preces un pakalpojumus. Tie var būt gan lēti, gan ļoti izmeklēti – atkarībā no viņu materiālā stāvokļa un spēles paveida, ko viņiem mācījuši vecāki un vecvecāki. Ja kreditors padodas jau pēc dažiem neveikliem mēģinājumiem atgūt naudu, tad Vaiti var nesodīti baudīt iegūtos labumus, un šajā nozīmē viņi ir laimējuši. Ja kreditors izdara vairākus spraigus naudas atgūšanas mēģinājumus, tad viņi izbauda gan pakalpojumu spēles priekus, gan tos, ko sniedz pirkumu lietošana. Spēles nopietnā forma iestājas tad, ja kreditors ir cieši apņēmis panākt samaksu. Lai atgūtu savu naudu, viņam ir jāķeras pie galējiem līdzekļiem. Pie tiem pieder, piemēram, Vaita darba devēju apmeklēšana vai piebraukšana pie viņa mājas skaļi grabošā, spilgti krāsotā kravas automašīnā, uz kuras lieliem burtiem rakstīts "Kredīta piedziņas aģentūra".

Šajā brīdī spēlē notiek lūzums. Vaitis tagad zina, ka viņam, iespējams, nāksies maksāt. Tomēr, pateicoties spaidu elementam kreditora rīcībā, kas vairumā gadījumu parādās naudas iekasētāja sūtītas "trešās vēstules" formā ("Ja jūs neparādīsieties mūsu kantorī 48 stundu laikā ..."), Vaitis arī jūt, ka viņam ir tiesības kļūt dūsmīgam. Viņš tagad pārslēdzas uz spēles variantu "Beidzot iekriti, kuces dēls tāds". Šajā gadījumā viņš spēlē uzvar, visiem uzskatāmi demonstrējot, ka kreditors ir alkatīgs, rupjš un neuzticams cilvēks. Divi skaidrāk saskatāmie ieguvumi no spēles ir šādi: 1) spēle nostiprina Vaita eksistenciālo pozīciju, kas ir pozīcijas "Visi kreditori ir mantkāriģi" maskēta forma, un 2) (ārēji sociālais) Vaitis nonāk pozīcijā, kas viņam ļauj draugu lokā atklāti noķengāt kreditoru un vienlaikus nezaudēt savu "Labā Džo" statusu. Viņš var arī cerēt uz nākotnē iegūstamu iekšēji sociālo labumu, konfrontējoties aci pret aci ar pašu kreditoru. Turklāt tas viņam ļauj savās acīs attaisnot jaunprātīgo kredītu sistēmas izmantošanu: ja jau kreditori ir tādi, kādus viņš tos attēlojis, kāpēc vispār viņiem maksāt?

"Kreditoru" formā "Pamēģini atgūt naudu un lasies projām" (PANULP) dažkārt spēlē sīkie zemes īpašnieki. PAN un PANULP spēlētāji bez grūtībām atpazīst viens otru. Pateicoties gaidāmajiem transakcionālajiem ieguvumiem un pakalpojumiem azartam, viņi klusībā priecājas un labprāt kontaktējas. Neskatoties uz to, kurš no viņiem spēles beigās ir ieguvis naudu, abi ir uzlabojuši viens otra pozīciju, lai varētu spēlēt "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?".

Ar naudu saistītajām spēlēm var būt Joti nopietnas sekas. Ja daži cilvēki šie apraksti šķiet nenopietni, tad ne jau tāpēc, ka tie attiecas uz sīkumiem, bet gan tāpēc, ka tie atsedz sīkumainas motivācijas lietās, kuras cilvēki ir mācīti uzskatīt par nopietnām.

Antitēze. Acīmredzama PAN antitēze ir prasība nekavējoties samaksāt skaidrā naudā. Tomēr labs PAN spēlētājs zina paņēmienus, kā no šīs prasības izvairīties. Viņš prot apieties ar visiem kreditoriem, izņemot tikai visnepiekāpīgākos. PANULP antitēze ir godīgums un prasība samaksāt nekavējoties. Tā kā nopietni PAN un PANULP spēlētāji ir profesionāļi šī vārda burtiskajā nozīmē, tad amatierim ir tikpat mazas izredzes šajā spēlē uzvarēt kā azartspēlēs pret profesionāliem spēlmaņiem. Kaut arī amatieris uzvar tikai retumis, viņš tomēr var gūt prieku no piedalīšanās spēlē. Tā kā abas spēles tradicionāli tiek spēlētas bez jebkādas humora pieskaņas, tad profesionāļiem nekas nevar būt traucējošāks kā upura amatiera smieklī spēles noslēgumā. Finanšu aprindās tas nozīmē pilnīgu izgāšanos. Man ir zināmi gadījumi, kad kreditors, nejauši satiekot uz ielas parādnieku, ir par viņu smējies. Šāda rīcība parādniekā izraisa tādu pašu apmulsumu, frustrāciju un neveiklību kā Lempī, ar kuru tiek spēlēts "Antilempis."

3. SITĪET MANI!

Tēze. Spēlētāji ir cilvēki, kuru sociālā uzvedība līdzinās tāda apģērba valkāšanai, uz kura rakstīts "Lūdzu, nesitiet

mani!" Kārdinājums ir gandrīz nepārvarams, un kad tam seko dabisks spēles iznākums, Vaitis žēlabaini sauc: "Bet uzraksts vēstīja "nesitiet mani"." Pēcāk viņš neticīgi piebilst: "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?" (KTVNAM). No klīniskā viedokļa KTVNAM var introjicēties un maskēties "Psihiatrijas" klišejā: "Kad mani pārņem stress, es pilnīgi nevaldu pār sevi." Vienu no spēles KTVNAM elementiem rada nevietā piesaukta lepība: "Manas nelaimes ir labākas nekā jūsējās." Šis faktors ir bieži raksturīgs paranoīkiem.

Ja cilvēki viņa [Vaita] apkārtņē nevēlas viņu sist, piemēram, savas labsirdības vai pozīcijas "Es tikai cenšos tev palīdzēt" dēļ, vai arī viņus no sišanas attur sociālas konvencijas vai organizācijas likumi, tad Vaita uzvedība pakāpeniski kļūst arvien provokatīvāka, līdz beidzot viņš pārkāpj jebkuras robežas un piespiež apkārtējos cilvēkus izdarīt viņam šo pakalpojumu. Spēlētāji parasti ir cilvēki, kurus pametuši mīļotie vai kuri zaudējuši darbu.

Atbilstošā spēle sieviešu vidū ir "Skrandaine". To bieži spēlē sievietes, kurām ir izsmalcinātas manieres, bet kuras pieliek visas pūles, lai izskatītos noplukušas. Viņas modri raugās, lai viņu ienākumi "attaisnojošu" iemeslu dēļ nekad nepārsniegtu izdzīvošanas līmeni. Ja viņas negaidīti saņem mantojumu, tad viņu tuvumā vienmēr gadās kāds uzņēmīgs jauns cilvēks, kurš viņām palīdz no tā atbrīvoties, naudas vietā piedāvājot, piemēram, nevērtīga uzņēmuma akcijas vai kaut ko tamlīdzīgu. Sarunvalodā šāda sieviete saucas "Mātes draudzene", kas vienmēr ir gatava dot saprātīgu Vecāku padomu un patiesībā dzīvo citu cilvēku dzīves. Viņa KTVNAM spēlē klusībā, un vienīgi viņas drosmīgais cīnītājas izskats it kā saka: "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?"

Interesantu KTVNAM formu pārstāv veiksmīnieki, kuri dzīvē saņem arvien jaunus atzinības un panākumu apliecinājumus, turklāt bieži pašiem pilnīgi negaidīti. Šajā aspektā spēlei KTVNAM var sekot nopietnas un konstruktīvas pārdomas, kā arī personiska izaugsme vārda labākajā nozīmē,

ja vien spēle ieņem formu: "Ko es tādu paveicu, ka esmu to visu pelnījis?"

4. BEIDZOT IEKRITI, KUCES DĒLS TĀDS!

Tēze. Klasiskajā variantā šī situācija ir vērojama pokera spēles laikā. Vaitis saņem vislabākās kārtis, piemēram, četrus dūzus. Ja viņš spēlē BIKDT, tad šajā brīdī viņu vairāk interesē fakts, ka Bleks ir pilnībā atkarīgs no viņa žēlsirdības, nekā tas, ka viņam ir labas kārtis vai ka viņš laimēs daudz naudas.

Vaitam bija nepieciešams uzstādīt dažas santehnikas ierīces. Pirms darbu uzsākšanas viņš kopā ar santehniķi ļoti rūpīgi apsprieda iespējamās izmaksas. Tika noteikta kopējā summa, un abi vienojās iztikt bez jebkādam papildus izmaksām. Tomēr darba gaitā santehniķim nācās nomainīt vēl papildus vienu ventili, tāpēc galīgā rēķina summa par dažiem dolāriem pārsniedza iepriekš norunāto (par aptuveni četriem dolāriem pie kopējās summas četri simti dolāru). Vaitis saniknojās, zvanīja santehniķim un pieprasīja paskaidrojumu. Santehniķis negribēja piekāpties. Vaitis santehniķim uzrakstīja garu vēstuli, kurā apšaubīja viņa godīgumu un ētiskos principus, kā arī atteicās maksāt rēķinu, līdz no tā tiks izslēgta papildu samaksa. Beidzot santehniķis padevās.

Drīz kļuva acīmredzams, ka Vaitis un santehniķis spēlēja kādas spēles. Darījuma slēgšanas procesa laikā viņi bija novērtējuši viens otra iespējas. Brīdī, kad santehniķis iesniedza rēķinu, viņš izdarīja provokatīvu gājienu. Tā kā viņš bija devis Vaitam savu vārdu, tad taisnība nebija viņa pusē. Vaitis tagad jutās tiesīgs ļaut vaļu gandrīz neierobežotām dūsmām. Tai vietā, lai atbilstoši paša uzstādītajiem Pieaugušā standartiem viņš cienījamā veidā, varbūt tikai nedaudz neapmierinātā tonī, censtos noskaidrot pārpratuma iemeslus, Vaitis izmantoja iespēju asi nokritizēt santehniķa dzīvesveidu kopumā. Šķietami viņu strīds norisinājās līmenī Pieaugušais-Pieaugušais, proti, kā pilnīgi saprotams darījuma rakstura strīds par

konkrētu naudas summu. Tomēr psiholoģiskajā līmenī te satikās Vecāki un Pieaugušais: Vaits izmantoja savu triviālo, kaut arī sociāli pieņemamo, iebildumu (pozīciju), lai dotu vaļu daudzu gadu laikā apvaldītajam niknumam un vērstu to pret savu par krāpnieku uzskatīto oponentu. Vaits rīkojās tāpat, kā to līdzīgā situācijā būtu darījusi viņa māte. Viņš ātri atpazīna savas rīcības pamatā esošo attieksmi (BIKDT) un atskārta, ka klusībā priecājas par santehniķa provokatīvo gājienu. Vaits atcerējās, ka jau kopš agras bērnības ir meklējis līdzīgas netaisnības izpausmes, priecājies par tām un enerģiski izmantojis savā labā. Daudzos gadījumos viņš bija aizmirsis provokācijas patieso iemeslu, bet detalizēti atcerējās tai sekojošā cīņina norisi. Santehniķis acīmredzot spēlēja kādu "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?" (KTVNAM) variāciju.

BIKDT ir spēle diviem dalībniekiem. Tā ir jāatšķir no spēles "Vai nav šausmīgi?" (VNŠ). Spēlē VNŠ aģents meklē netaisnības, lai pažēlotos par tām trešajai personai, šādi veidojot spēli trim dalībniekiem – Agresoram, Upurim un Uzticības personai. VNŠ tiek spēlēta ar devīzi "Nelaieme nekad nenāk viena". Uzticības persona parasti ir cilvēks, kurš arī mēdz spēlēt VNŠ. Spēlē KTVNAM var piedalīties arī trīs dalībnieki, tikai šajā gadījumā aģents cenšas nostiprināt savu pārkumu viņu piemeklējušo nelaimju skaita un lieluma ziņā un apvainojas, ja citi spēles dalībnieki sadomā ar viņu konkurēt. Spēlei BIKDT ir arī komercializēta profesionāla versija jeb tā dēvētā "āpšu spēle", kurā piedalās trīs dalībnieki. BIKDT var spēlēt arī kā divpusēju laulāto spēli vairāk vai mazāk izveicīgā formā.

Antitēze. Vislabākā antitēze ir korekta uzvedība. Jebkura veida attiecībās ar BIKDT spēlētāju būtu detalizēti un pie pirmās iespējas jānoskaidro spēles noteikumi un turpmāk stingri pie tiem jāturas. Piemēram, kliniskajā praksē jau pirms ārstniecības kursa uzsākšanas ir detalizēti jāapspriež jautājums par samaksu ārstam, piemēram, vizītes kavējuma vai atcelšanas gadījumā, un jābūt īpaši piesardzīgam, lai izvairītos

no kļūdām grāmatvedībā. Ja tomēr rodas neparedzēti sarežģījumi, vislabākā antitēze ir mierīga padošanās bez ielaišanās strīdā līdz brīdim, kad ārsts būs sagatavojies iesaistīties spēlē. Ikdienas dzīvē darījumu attiecības ar BIKDT spēlētājiem vienmēr ir riskantas. Pret šāda cilvēka sievu vajadzētu izturēties pieklājīgi un korekti, un būtu vēlams izvairīties pat no visvieglākajām flirta, galantuma vai nevēribas izpausmēm, īpaši gadījumos, kad rodas iespāids, ka vīrs pats tos veicina.

ANALĪZE

Tēze. Beidzot iekriti, kuces dēls tāds.

Mērķis. Attaisnojums.

Lomas. Upuris, Agresors.

Dinamika. Greizsirdīgs niknums.

Piemēri. 1. "Šoreiz es tevi pieķēru." 2. Greizsirdīgs vīrs.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais: "Skatieties, jūs rīkojāties nepareizi."

Pieaugušais: "Tagad, kad jūs pievērsāt tam manu uzmanību, es arī pats tā domāju."

Psiholoģiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Vecāki: "Es tevi vēroju cerībā, ka tu pieļausi kādu kļūdu."

Bērns: "Šoreiz jūs mani pieķērāt."

Vecāki: "Jā, un esam nolēmuši likt tev izjust visu mūsu niknuma spēku."

Gājieni. 1. Provokācija – apsūdzība. 2. Aizstāvība – apsūdzība. 3. Aizstāvība – sods.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – niknuma attaisnojums. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no savu trūkumu atzišanas. 3. Iekšēji sociālais – BIKDT. 4. Ārēji sociālais – Viņi vienmēr ir gatavi tevi pieķert. 5. Bioloģiskais – kareivīgas transakcijas, parasti starp viena dzimuma pārstāvjiem. 6. Eksistenciālais – cilvēkiem nevar uzticēties.

* *Un fanfaron de vice* (franču val.) – netikuma lielībnieks. - *Tulk.*

5. SKATIES, KO ES TEVIS DĒĻ, IZDARIJU!

Tēze. Savā klasiskajā formā tā ir spēle starp vīru un sievu, un tai ir vislielākie nopelni daudzu laulību sabrukuma veicināšanā. Spēle var norisināties arī starp vecākiem un bērniem, kā arī starp darba kolēģiem.

1. Pirmā līmeņa SKETDI. Vaitis vēlas palikt viens, tāpēc pilnībā nododas kādai darbībai, kas viņu norobežo no apkārtējiem cilvēkiem. Iespējams, viņš tikai grib, lai konkrētajā brīdī visi liek viņu mierā. Vaitu iztraucē, piemēram, sieva vai kāds no bērniem, kuri vēlas vai nu saņemt noglaudišanu vai uzdot apmēram šādu jautājumu: "Kur es varētu atrast lielās knaibles?" Šis traucēklis "izraisa" Vaita reakciju – viņš nomet zemē kalnu, otu vai lodāmuru vai uzsit nepareizu rakstāmmašīnas taustiņu, pēc tam trakās dūmās pagriežas pret traucētāju un kliedz: "Skaties, ko es tevis dēļ izdariju!" Gadiem ejot, situācija bieži atkārtojas, kā rezultātā Vaita ģimenes locekļi arvien retāk viņu traucē šādos aizņemtības brīžos. Protams, Vaita kļūdīšanos "izraisa" nevis miera traucētājs, bet gan viņa paša uzbudinājums, un patiesībā Vaitis izjūt patiesu prieku par šo atgadījumu, jo tas viņam dot tiesības padzīt ienācēju. Diemžēl šo spēli ļoti viegli apgūst mazi bērni, tāpēc tā viegli pāriet no paaudzes uz paaudzi. Jo provokatīvāki ir spēles gājieni, jo vieglāk saskatīt tās sniegto apmierinājumu un ieguvumus.

2. Otrā līmeņa SKETDI. Ja spēle SKETDI ir ne tik daudz gadījuma rakstura aizsardzības mehānisms, cik pamats dzīvesveidam, tad Vaitis apprec sievieti, kura spēlē "Es tikai cenšos tev palīdzēt" vai kādu no šīs spēles variācijām. Tas viņam dod iespēju neuzkrītoši deleģēt lēmumu pieņemšanu sievai. Bieži to var panākt, izliekoties par uzmanīgu un galantu vīru. Vaitis var godbijīgi un pieklājīgi ļaut sievai izlemt, kurp doties pusdienot vai kuru filmu noskatīties. Ja viss norisinās bez sarežģījumiem, tad viņš var izbaudīt pasākumu norisi. Pretējā gadījumā viņš var vainot sievu, sakot vai netieši norādot: "Tu mani tajā visā ievilki", kas ir vienkārša SKETDI

variācija. Vīrs var uzkraut uz sievas pleciem visu to lēmumu pieņemšanu, kas attiecas uz bērnu audzināšanu, bet pats uzņemties tikai izpildītāja lomu. Ja bērni sagādā raizes, tad viņš var spēlēt SKETDI tirā veidā. Gadu gaitā viņš uz šā pamata var vainot sievu par visām neveiksmēm bērnu audzināšanā. Šajā gadījumā spēle SKETDI nav pašmērķis, bet tikai dod iespēju gūt gadījuma rakstura apmierinājumu spēlējot "Es taču tev teicu" vai "Skaties, ko tu esi nodarījusi".

Profesionāls spēlētājs, kurš, spēlējot SKETDI, gūst psiholoģisku atvieglojumu, to izmantos arī darba attiecībās. Profesionālajā jomā vārdus aizstāj ilgs, ciešanu pilns un aizvainots skatiens. Spēlētājs šķietami demokrātiski kā labs administrators lūgs padotos izteikt savus priekšlikumus. Šādi viņš var ieņemt neaizskaramu pozīciju, lai terorizētu zemākstāvošos darbiniekus. Jebkuru savu pieļauto kļūdu viņš izmantos, lai vainotu par to citus. Tomēr šādu paņēmienu lietošana attiecībā pret augstākstāvošiem darbiniekiem (viņu vainošana par savām kļūdām) spēli padara destruktīvu, un tās sekas var būt atļaišana no darba vai, piemēram, armijā, pārcelšana uz citu vienību. Šajā gadījumā cilvēkiem, kuri viegli apvainojas, tā ir spēles "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?", bet depresīvi noskaņotiem cilvēkiem – "Es atkal daru pa vecam" sastāvdaļa (abas minētās spēles pieder pie "Sītiēt mani" grupas).

3. Trešā līmeņa SKETDI. Nopietnā formā SKETDI var spēlēt paranoiķi pret tādiem cilvēkiem, kuri ir pietiekami nepiesardzīgi, lai dotu viņiem padomus (sk. "Es tikai cenšos tev palīdzēt"). Šajā gadījumā spēle var būt bīstama un retumis pat fatāla.

Spēles "Skaties, ko es tevis dēļ izdariju" (SKETDI) un "Tu mani tajā visā ievilki" (TMTVI) lieliski papildina viena otru, tāpēc SKETDI-TMTVI kombinācija ir klasisks pamats slēptam spēļu līgumam daudzās laulībās. Šo līgumu ilustrē, piemēram, šāda notikumu secība.

Pēc savstarpējas vienošanās misis Vaita nodarbojās ar

ģimenes grāmatvedību un maksāja rēķinus no kopējā bankas konta, jo misteram Vaitam "rēķināšana nevedās". Ik pēc dažiem mēnešiem banka izsūtīja paziņojumus par pieļautā kredīta pārsniegšanu, un misteram Vaitam katru reizi nācās šo jautājumu nokārtot. Meklējot pārtēriņa iemeslu, atklājās, ka misis Vaita ir veikusi kādu dārgu pirkumu, neko par to nesakot vīram. Kad tas nāca gaismā, misters Vaita niknumā spēlēja TMTVI, bet sieva ar asarām acīs uzklusēja vīra pārmetumus un solīja nekad neko tādu vairs nedarīt. Brīdi viss atkal gāja gludi, līdz pēkšņi pie durvīm klauvēja kreditora pārstāvis, lai pieprasītu samaksu par kādu sen izdarītu dārgu pirkumu. Misteram Vaitam nebija ne jausmas par šo rēķinu, tāpēc viņš jautāja par to sievai. Tad savukārt viņa sāka spēlēt SKETDI, sakot, ka tā ir vīra vaina. Tā kā viņš bija aizliedzis sievai pārtērēt bankas rēķinu, tad, lai savilktu galus kopā, viņai atlika tikai viena iespēja – pirkt dārgo mantu uz kredīta un to no vīra slēpt.

Desmit gadus laulātie draugi ļāva vaļu spēlēm ar parliedību, ka katra šāda reize būs pēdējā un ka no šā brīža viss būs citādi – tā arī bija dažus mēnešus. Psihoterapijas laikā misters Vaita pats bez psihoterapeita palīdzības ļoti saprātīgi analizēja spēli un pats izgudroja efektīvu līdzekli pret to. Viņš un misis Vaita pēc savstarpējas vienošanās pārrakstīja bankas rēķinu un izdevumu atskaites uz viņa vārda. Misis Vaita turpināja nodarboties ar grāmatvedību un izrakstīt čekus, bet misters Vaita pirmais pārskatīja rēķinus un kontrolēja maksājumu izdarīšanas gaitu. Šādi viņam nevarēja paslidēt gar acīm ne atgādinājumi par samaksu, ne kredīta pārtēriņi. Tagad laulātie kopīgi rūpējās par ģimenes budžeta jautājumiem. Kad viņiem bija atņemti SKETDI–TMTVI sniegtie apmierinājumi un ieguvumi, Vaita vispirms jutās apjukuši, bet vēlāk bija spiesti meklēt citus, daudz atvērtākus un konstruktīvākus veidus, kā iepriecināt vienu otru.

Antitēze. Pirmā līmeņa SKETDI antitēze ir ļaut spēlētājam palikt vienam. Otrā līmeņa SKETDI antitēze ir pāradresēt lēmumu pieņemšanu Vaitam. Pirmā līmeņa spēlētāja reakcija

uz antitēzi var būt bezcerības izjūta, bet reti kad dusmas. Otrā līmeņa spēlētājs var kļūt īgns, ja tiek piespiests uzņemties iniciatīvu, tādējādi sistemātiska anti-SKETDI var izraisīt nepatīkamas sekas. Trešā līmeņa SKETDI antitēze būtu jāatstāj profesionāļu ziņā.

DAĻĒJA ANALĪZE

Šīs spēles mērķis ir sevis attaisnošana. Dinamiski vieglā forma var būt saistīta ar priekšlaicīgu ejakulāciju, bet nopietnā forma – ar niknumu, kas sakņojas bailēs no “kastrācijas”. Šo spēli viegli apgūst bērni. Ārēji psiholoģiskais ieguvums (izvairšanās no atbildības) ir acīm redzams, un spēles gaitu bieži pasteidzina intīmas tuvības draudi, jo “taisnīgas” dusmas ir labs iemesls, lai izvairītos no seksuālām attiecībām. Eksistenciālā pozīcija ir “Es ne pie kā neesmu vainīgs”.

PIEZĪME

Gribu pateikties dr. Rodnijam Nērsam un Frānsisai Metsonei no “Alkoholisma ārstniecības centra” Oklendā, Kalifornijā, kā arī dr. Kenetam Evertam, dr. R. Dž. Starelam, dr. Robertam Goldingam un citiem interesentiem par viņu pastāvīgajiem centieniem spēles “Alkoholiķis” pētniecībā un par viņu ieguldījumu diskusijas veicināšanā par spēļu problēmām.

ATSAUCES

¹ Berne, Eric. *A Layman's Guide to Psychiatry & Psychoanalysis*. Simon & Schuster, New York, 1957, p. 191.

² Mead, Margaret. *Growing Up in New Guinea*. William Morrow & Company, New York, 1951.

SEPTĪTĀ NODAĻA

Laulāto spēles

GANDRĪZ jebkura spēle var kļūt par laulības un ģimenes dzīves stūrakmeni. Dažas spēles, piemēram, "Ja nebūtu tevis", attiecībās starp vīru un sievu uzplaukst īpaši krāšņi, bet citas, piemēram, "Frigidā sievietē", likumīgā laulībā tiek ilgstoši paciestas. Protams, laulāto spēles var tikai nosacīti atšķirt no seksuālajām spēlēm, kuras mēs apskatīsim atsevišķā nodaļā. Pie tām spēlēm, kuras vispilnīgāk uzplaukst tieši attiecībās starp laulātajiem draugiem, pieder "Strupceļš", "Tiesas zāle", "Frigidā sievietē", "Frigidais vīrietis", "Nomocītā mājsaimniece", "Ja nebūtu tevis", "Skaties, cik ļoti es centos" un "Dārgā".

1. STRUPCEĻŠ

Tēze. "Strupceļš" uzskatāmāk nekā citas spēles ilustrē spēļu manipulatīvo aspektu un spēļu funkciju būt par barjeru intīmai tuvībai. Paradoksālā kārtā "Strupceļa" pamatā ir viena laulātā izmanīgs atteikums spēlēt otra partnera piedāvāto spēli.

1. Misis Vaita piedāvā vīram aiziet uz kino. Mistērs Vaits piekrīt.

2a. Misis Vaita izdara "neapzinātu" kļūdu. Sarunas gaitā viņa šķietami dabiski ieminas, ka mājai nepieciešams remonts. Tas būtu dārgs projekts, un mistērs Vaits sievai pavisam nesen teica, ka ģimenes finansiālais stāvoklis nebūt nav spožs. Viņš lūdza sievu neapgrūtināt un nekaitināt viņu ar idejām, kas prasītu neplānotus izdevumus, vismaz līdz nākamā mēneša sākumam. Tāpēc misis Vaita ir izvēlējusies nepiemērotu brīdi sarunai par mājas apstākļu uzlabošanu, un mistērs Vaits rupji atbild sievai.

2b. Alternatīvs gājiens. Mistērs Vaits sarunā it kā nejauši

piemin māju, un misis Vaitai ir grūti pretoties kārdinājumam pateikt, ka mājai ir nepieciešams remonts. Tāpat kā iepriekšējā gadījumā misters Vaits rupji atbild sievai.

3. Misis Vaits pāriet uzbrukumā. Viņa saka, ka, ja viņam atkal ir slikts garastāvoklis, tad viņa neies kopā ar viņu uz kino un lai viņš labāk iet viens. Vīrs atbild, ka, ja viņa patiešām tā domā, tad viņš tā arī izdarīs.

4. Vaits dodas uz kino (vai pastaigāties ar dēliem), atstājot misis Vaitu mājās un ļaujot viņai dziedēt aizskartās jūtas.

Šajā spēlē ir iespējami divi slēptie gājieni.

A. Misis Vaits ļoti labi zina no pagātnes pieredzes, ka vīra sapīkums viņai nav jāuztver nopietni. Patiesībā vīrs tikai vēlas, lai sieva izrāda atzinību par viņa lielajiem pūliņiem sagādāt ģimenei iztiku. Ja viņa to izdarīs, viņi kopā laimīgi aizies uz kino. Bet viņa atsakās spēlēt, un viņš jūtas piekrāpts. Viņš aiziet vīlies un apvainojies, bet sieva paliek mājās ar tāda cilvēka izskatu, kuram ir nodarīts pāri, kaut gan patiesībā izjūt slepenu prieku un triumfa apziņu.

B. Misters Vaits ļoti labi zina no pagātnes pieredzes, ka sievas aizvainotā patmīla viņam nav jāuztver nopietni. Patiesībā sieva tikai vēlas, lai vīrs viņu samīļo un lūdz aizmirst par viņai nodarīto pārestību. Ja vīrs to izdarīs, viņi kopā laimīgi aizies uz kino. Bet viņš atsakās spēlēt, labi zinot, ka viņa atteikums ir negodīgs. Viņš zina, ka sieva vēlas, lai viņu pielabina, bet izliekas, ka to nesaprot. Viņš atstāj māju priecīgs un atvieglots, bet ar tāda cilvēka izskatu, kuram ir nodarīta netaisnība. Sieva paliek mājās vīlusies un aizvainota.

Katrā no šiem gadījumiem uzvarētāja pozīcija no neieinteresēta cilvēka viedokļa raugoties ir nevainojama. Viņš vai viņa ir tikai burtiski uztvēruši partnera teikto. Skaidrāk to var saskatīt gadījumā B, kad misters Vaits izliekas, ka misis Vaitas atteikumu iet uz kino uztver nopietni. Viņi abi zina, ka tā ir tikai izlikšanās, tomēr tiklīdz sieva ir paudusi atteikumu, viņa ir iedzīta strupceļā.

Acīmredzamākais spēles ieguvums ir ārēji psiholoģiskais.

Abi laulātie uzskata, ka kinofilmas ir seksuāli stimulējošas, un ir vairāk vai mazāk paredzams, ka pēc atgriešanās no kinoteātra viņi mīlēsies. Tāpēc tas partneris, kurš vēlas izvairīties no seksuālas tuvības, uzsāk spēli 2a vai 2b. Tā ir īpaši saasināta spēles "Skandāls" versija (skat. 9. nodaļu). "Aizvainotā" puse var, protams, izmantot gadījumu, lai paustu savu sašutumu, un tādējādi izvairītos no mīlēšanās, bet strupceļā iedzītajam laulātajam draugam nav izejas no situācijas.

Antitēze. Misis Vaitai tā ir vienkārša. Viņai ir tikai jāpārdomā, jāpaņem vīrs zem rokas, jāpasmaida un jādodas kopā ar viņu uz kino (pāreja no Bērna Es stāvokļa pie Pieaugušā Es stāvokļa). Tas aprūtinās mistera Vaita stāvokli, jo sieva būs uzņēmusies iniciatīvu, tomēr, ja viņš novērtēs situāciju kopumā, tad varbūt spēs pielabināt sievu doties ar viņu uz kino vai nu kā kaprīzu Bērnū, kurš jānomierina, vai, daudz labāk, kā Pieaugušo.

Spēle "Strupceļš" ir vērojama arī nedaudz citādā formā, proti, kā ģimenes spēle, kurā iesaistās arī bērni. Tā līdzinās "dubultsaistībai"* , ko aprakstījis Beitsons un viņa kolēģi. 1 Šajā gadījumā strupceļā tiek iedzīts bērns – lai ko viņš darītu, viss izrādās slikti darīts. Atbilstoši Beitsona teorijai tas var būt nozīmīgs etioloģisks faktors šizofrēnijā. Savukārt, spēļu analīzes valodā runājot, šizofrēnija var būt bērna antitēze "Strupceļam". To pierāda mūsu pieredze pieaugušo šizofrēnijas ārstēšanā ar spēļu analīzes palīdzību – ja labi sagatavotam pacientam tiek uzskatāmi pierādīts, ka viņa šizofrēniskā uzvedība ir specifiska pretreakcija uz ģimenes spēli "Strupceļš", tad pacientam izdodas daļēja vai pilnīga remisija.

* Dubultsaistība (*double-bind*) – amerikāņu filozofa un antropologa Gregorija Beitsona (*Gregory Bateson*) ieviests apzīmējums situācijai, kurā indivīds saņem pretrunīgu informāciju no viņam nozīmīgas personas. Vistipiskāk tā izpaužas gadījumos, kad kāds no vecākiem nespēj veidot tuvas emocionālas attiecības ar bērnu, bet vienlaikus cenšas izlikties esam mīlošs. Beitsons uzskatīja, ka šādas situācijas var veicināt bērna autisma vai šizofrēnijas rašanos. – *Zinātniskā redaktora piezīme.*

"Strupceļa" ikdienas forma, ko spēlē visa ģimene un kas, visticamāk, ietekmēs jaunāko bērnu rakstura veidošanos, visbiežāk ir vērojama gadījumos, kad vecāki (kuros dominē Vecāku Es stāvokļi) mēdz pārlietu kontrolēt bērnu dzīvi. Mazam zēnam vai meitenei vecāki izvirza prasību vairāk palīdzēt mājas darbos, tomēr tad, kad bērns to dara, vecāki viņa paveiktajā atrod visādas kļūdas. Tas ir pozīcijas "nolādēts, ja tu dari, un nolādēts, ja tu nedari" piemērs no ikdienas dzīves. Šo "dubultsaistību" var nosaukt par "Strupceļa" dilemmas variantu.

"Strupceļš" dažkārt ir raksturīgs etioloģisks faktors astmatiskiem bērniem.

Maza meitene: "Māmiņ, vai tu mani mīli?"

Māte: "Kas ir mīlestība?"

Šāda atbilde bērnu pilnībā atbrūno. Meitene vēlas parunāt ar savu māti, bet māte sarunas tēmu pārslēdz uz filosofiju, ar kuru mazā meitene nespēj tikt galā. Viņa sāk smagi elpot, tas māti aizkaitina, seko astmas lēkme, māte atvainojas un iet vajā "Astmas spēle". Šis "Strupceļa" "Astmas" variants prasa tālākus pētījumus.

Elegants variants, ko mēs varētu nosaukt par "Strupceļa" "Rasela-Vaitheda" variantu, dažkārt ir vērojams psihoterapijas grupu nodarbībās.

Bleks: "Labi, lai kā arī būtu, kad mēs klusējam, tad vismaz nespēlējam spēles."

Vaits: "Klusēšana arī var būt spēle."

Reds*: "Šodien neviens nespēlēja spēles."

Vaits: "Bet spēļu nespēlēšana arī var būt spēle."

Tikpat eleganta ir terapeitiskā antitēze. Loģiskie paradoksi

* Red (angļu val.) – sarkans. - Tulk.

ir aizliegti. Kad Vaitam tiek atņemta šī manevra iespēja, drīz vien kļūst saskatāmas viņa rīcības pamatā esošās bailes.

Laulāto spēle "Pusdienu sainītis" no vienas puses pārklājas ar spēli "Strupceļš", bet no otras – ar spēli "Skrandaine". Vīrs, kurš gluži labi varētu atļauties pusdienot labā restorānā, tomēr katru rītu sagatavo sev dažas sviestmaizes, ko ieliek papīra turzā un paņem līdz uz biroju. Viņš izmanto maizes garozas, pusdienu pārpalikumus un papīra sainīšus, kurus viņam pataupa sieva. Tas viņam ļauj pilnībā kontrolēt ģimenes budžetu, jo sieva, ik dienas vērojot šādu pašuzupurēšanos, vienkārši nespēj atļauties nopirkt sev udeļādas apmetni. Turklāt vīrs šādas rīcības rezultātā saņem vēl daudzus citus ieguvumus, piemēram, privilēģiju pusdienot vienatnē un pārtraukuma laikā paspēt padarīt iekavētos darbus. Daudzējādā ziņā šī ir konstruktīva spēle, ko būtu augstu novērtējis Bendžamins Franklins, jo veicina tādu īpašību attīstību kā, piemēram, taupība, centīgs darbs un precizitāte.

2. TIESAS ZĀLE

Tēze. Pēc apraksta formas "Tiesas zāle" pieder pie to spēļu grupas, kas vispilnīgāko izpausmi gūst jurisprudences sfērā. Pie šīs grupas pieder arī spēles "Invalids" (aizbaidināšanās ar psihisku saslīmšanu) un "Parādnieks" (civilprasība). Klīniskajā praksē tā visbiežāk ir vērojama laulību konsultāciju un laulāto pāru psihoterapijas grupu nodarbību laikā. Patiesi, dažkārt laulību konsultanta un psihoterapijas grupu nodarbību apmeklēšana izvērsas nepārtrauktā "Tiesas zāles" spēlēšanā, kuras laikā nekas netiek atrisināts, jo spēle nekad nebeidzas. Šādos gadījumos kļūst acīmredzams, ka konsultants vai psihoterapeits, paši to neapzinādamies, ir iesaistījušies spēlē.

"Tiesas zāli" var spēlēt neierobežots skaits dalībnieku, bet parasti tajā piedalās trīs spēlētāji - Prasītājs, Atbildētājs un Tiesnesis, kurus attiecīgi pārstāv vīrs, sieva un psihoterapeits. Ja spēle tiek spēlēta psihoterapijas grupu nodarbības laikā vai par radio vai TV, tad pārējā auditorijas daļa var uzstāties kā

Zvērinātie. Vīrs žēlabainā tonī izklāsta sūdzību: "Ļaujiet man pastāstīt, ko (sievas vārds) vakar izdarīja. Viņa paņēma ..." utt., utt. Sieva tad aizstāvoties atbild: "Patiesībā notika tā ... un turklāt pirms tam viņš ... katrā gadījumā tajā brīdī mēs abi ..." utt. Vīrs galanti piebilst: "Labi, es priecājos, ka jums bija iespēja uzklaut abas puses, es tikai gribēju būt taisnīgs." Šajā brīdī konsultants saprātīgi saka: "Man šķiet, ja mēs ņemam vērā ..." utt., utt. Ja spēle norisinās auditorijas priekšā, psihoterapeits var vērsties pie tās: "Labi, tagad paklausīsimies, ko par to teiks citi." Gadījumā, ja grupa ir labi sagatavota, tās locekļi var spēlēt žūriju arī bez pamudinājuma no ārsta puses.

Antitēze. Psihoterapeits saka vīram: "Jums ir pilnīga taisnība!" Ja vīrs šajā brīdī pašapmierināti atslābst, psihoterapeits jautā: "Kā jūs jūtaties, dzirdot mani tā sakām?" Vīrs atbild: "Labi." Tad ārsts saka: "Patiesībā es domāju, ka jums nav taisnība". Ja vīrs ir godīgs pret sevi, tad atzīst: "Es visu laiku to zināju." Ja viņš nav godīgs, tad no viņa reakcijas kļūst skaidrs, ka spēle turpinās, un kļūst iespējams tālāk analizēt situāciju. Spēles elementa klātesamību apliecina fakts, ka vīrs atklāti žēlojas un skaļi pretendē uz uzvaru, bet sirds dziļumos apzinās, ka viņam nav taisnība.

Pēc tam, kad situācijas noskaidrošanai ir apkopots pietiekams kliniskais materiāls, spēli var pārtraukt manevrs, kas ir viens no elegantākajiem visā antitēžu mākslā. Psihoterapeits grupas nodarbību dalībniekiem izsludina likumu, kas sarunā aizliedz trešās personas (gramatiskā nozīmē) lietošanu. Tādējādi grupas locekļi drīkst tieši uzrunāt cits citu ar "tu" vai, runājot par sevi, teikt "es", bet nedrīkst izteikties, piemēram, šādi: "Ļauj man pastāstīt par viņu". Šajā brīdī laulātais pāris vai nu vispār pārstāj spēlēt spēles grupā, vai arī pārslēdzas uz spēli "Dārgā", kas liecina par situācijas uzlabošanos, vai uz spēli "Turklāt", kas nepiedāvā nekādu risinājumu. Spēli "Dārgā" mēs apskatīsim citā nodaļā. Spēlē "Turklāt" Prasītājs citu pēc citas izvērza apsūdzības. Atbildētājs katru reizi atbild: "Es varu paskaidrot." Prasītājs

skaidrojumam nepievērš nekādu uzmanību, bet, tiklīdz Atbildētājs apklust, viņš uzstājas ar nākošo apsūdzību, sakot nākamo "turklāt", kam atkal seko jauns Atbildētāja paskaidrojums. Tās ir tipiskas Vecāku-Bērnu transakcijas.

Spēli "Turklāt" visintensīvāk spēlē paranoidāli Atbildētāji. Viņi visu uztver burtiski, tāpēc viņiem īpaši viegli izdodas panākt, lai pašsavaldību zaudē tie Prasītāji, kuri mēdz izteikties ar humoru vai metaforiski. Vispār metaforas ir visizplatītākās lamatas, no kurām būtu jāizvairās spēlē "Turklāt".

Ikdienas formā "Tiesas zāle" ir viegli novērojama bērnu vidū. Tā ir spēle trim dalībniekiem, kurus pārstāv divi bērni (brāļi vai māsas) un viens no vecākiem. "Māmiņ, viņa paņēma manu sūkājamo konfekti." "Jā, bet viņš paņēma manu lelli un pirms tam man iesita, un vispār mēs bijām norunājuši sadalīt konfekti uz pusēm."

ANALĪZE

Tēze. Viņiem ir jāatzīst, ka taisnība ir manā pusē.

Mērķis. Pašapliecināšanās.

Lomas. Prasītājs, Atbildētājs, Tiesnesis (vai/un Zvērinātie).

Dinamika. Brāļu un māsu sāncensība.

Piemēri. 1) Bērni strīdas, vecāki iejaucas. 2) Precēts pāris meklē "palīdzību".

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais: "Viņa man nodarīja to un to."

Pieaugušais: "Patiesie fakti ir šādi."

Psiholoģiskā paradigma. Bērns-Vecāki.

Bērns: "Saki, ka man ir taisnība."

Vecāki: "Viņam ir taisnība" vai "Jums abiem ir taisnība".

Gājieni. 1. Sūdzība – aizstāvība. 2. Prasītājs atspēko iebildumus, piekāpjas vai izrāda savu labo gribu. 3. Tiesnesis pieņem lēmumu vai dod norādījumus Zvērinātajiem. 4. Galīgā sprieduma pasludināšana.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – vainas izjūtas

projicēšana. 2. Ārēji psiholoģiskais – atbrīvošanās no vainas apziņas. 3. Iekšēji sociālais – “Dārgā”, “Turklāt”, “Skandāls” un citas spēles. 4. Ārēji sociālais – “Tiesas zāle”. 5. Bioloģiskais – noglaudīšanu saņemšana no Tiesneša un Zvērinātajiem. 6. Eksistenciālais – depresīva pozīcija “Man nekad nav taisnība”.

3. FRIGIDĀ SIEVIETE

Tēze. Tā gandrīz vienmēr ir laulāto spēle, jo grūti iedomāties, ka to varētu spēlēt milētāji, kurus nesaista laulības zvērests, vai, ka starp šīs spēles dalībniekiem pietiekami ilgu laiku varētu pastāvēt neformālas milas saites.

Vīrs tuvojas sievietai ar zināmu nolūku un tiek noraidīts. Pēc vairākiem atkārtotiem mēģinājumiem sieva pasludina, ka visi vīrieši ir lopi, ka vīrs viņu nemīl no visas sirds vai ka nemīl viņas pašas dēļ, jo viņu interesē tikai sekss. Kādu laiku vīrs atturas, bet tad mēģina vēlreiz un atkal tiek noraidīts. Palēnām viņš samierinās ar situāciju un vairs necenšas tuvoties sievietai. Pāriet nedēļas vai pat mēneši. Sievas uzvedība kļūst arvien vaļīgāka, un dažkārt viņa kļūst aizmāršīga. Piemēram, viņa pusapģērbta staigā pa guļamistabu vai, mazgājoties vannā, aizmirst paņemt tiru dvieli, un vīram tas ir viņai jāpasniedz. Ja viņa spēlē nopietni vai dzer daudz alkohola, tad var pat atļauties viesību laikā flirtēt ar citiem vīriešiem. Beidzot vīrs reaģē uz sievas izaicinošajiem gājieniem un vēlreiz mēģina viņai tuvoties. Viņš atkal tiek noraidīts, un seko spēle “Skandāls”, kuras laikā abas puses izsaka pārmetumus par partnera neseno uzvedību, pārspriež citu laulāto pāru un radnieku problēmas, savu finansiālo stāvokli un neveiksmes visās dzīves jomās. Spēle beidzas ar durvju aizciršanos.

Šajā brīdī vīrs nolemj, ka nu viņam ir diezgan un ka turpmāk viņi dzīvos bez sekса *modus vivendi**. Pāriet mēneši,

* *Modus vivendi* (latīņu val.) – noteikumi, kas dod iespēju nodibināt normālas un mierīgas attiecības starp divām pusēm. – Tulk.

vīra apņemšanos nespēj lauzt ne sievas vaļīgais apģērbs, ne manevrs ar aizmirsto dvieli. Sievas gājieni kļūst arvien provokatīvāki, viņas uzvedība arvien vaļīgāka, un viņa pati – arvien aizmāršīgāka, tomēr vīrs vēl pretojas. Tad kādu vakaru sieva pati tuvojas vīram un sāk viņu skūpstīt. Iesākumā viņš neatbild skūpstam, jo atceras savu apņemšanos, bet drīz vien pēc tik ilga atturības perioda daba gūst virsroku, un vīram sāk likties, ka beidzot viņš ir savu panācis. Viņa pirmie nedrošie tuvošanās mēģinājumi netiek noraidīti. Viņš kļūst arvien drošāks un uzstājīgāks. Bet tad tieši kritiskajā brīdī sieva viņu atgrūž un kliež: “Redzi, ko es tev teicu! Visi vīrieši ir lopi. Es gribēju, lai tu mani mīli, bet tevi interesē tikai sekss.” Seko spēle “Skandāls”, un šoreiz laulātie draugi var izlaist sākuma fāzes par abu pušu neseno uzvedību un radnieciskiem, un pāriet uzreiz pie finansiālajām problēmām.

Jāatzīmē, ka parasti šādos gadījumos, neskatoties uz visiem vīra apgalvojumiem vai iebildumiem, seksuālā tuvība viņam šķiet tikpat biedējoša kā sievietei. Viņš pats ir rūpīgi izvēlējis tādu sievu, lai līdz minimumam samazinātu briesmas pārvērtēt savu traumēto potenci un gūtu iespēju visu vainu uzvelt sievietei.

Ikdienā šo spēli spēlē dažāda vecuma neprecētas sievietes, kuras drīz vien par to iemanto zināmu žargona apzīmējumu. Šādos gadījumos tā bieži saplūst vai nu ar spēli, kurā tiek pausts sašutums, vai ar spēli “Dinamo”.

Antitēze. Šī ir bīstama spēle, un tikpat bīstama ir tās potenciālā antitēze. Pagādāt mīļāko vienmēr ir riskanti. No vienas puses, šādas stimulējošas konkurences apstākļos sieva var atteikties no savas spēles un pacensties uzsākt normālu laulības dzīvi, tomēr var izrādīties, ka ir jau par vēlu. No otras puses, sieva var mēģināt izmantot vīra sānsoli, bieži ar advokāta palīdzību, kā ieroci pret vīru spēlē “Beidzot iekriti, kuces dēļ tādš”. Rezultāts ir vienlīdz neprognozējams arī gadījumā, ja vīrs iziet psihoterapijas kursu, bet sieva to nedara. Vīra pašapziņas pieaugums var izjaukt sievas spēli un novest pie

veselīgākām laulāto attiecībām, tomēr, ja sieva spēlē nopietni, tad vīra stāvokļa uzlabošanās var beigties ar laulības šķiršanu. Vislabākais risinājums būtu (ja vien tas ir iespējams) abiem laulātajiem iesaistīties pāru psihoterapijas grupu nodarbībās. Tas ļautu atsegt spēles sniegtos ieguvumus un tās pamatā esošo seksuālo patoloģiju. Šādi sagatavoti, abi laulātie varētu ieinteresēties par individuālo psihoterapiju. Tās rezultātā viņi varētu stāties psiholoģiski jaunā laulībā. Ja tas neizdotos, viņi vismaz varētu mēģināt iejūtīgāk pielāgoties situācijai.

Piedienīga antitēze spēles ikdienas formai ir atrast citu sociālo partneri. Asākas un brutālākas antitēzes var būt nodošanās izvirtībai vai pat noziegums.

Radniecīgās spēles. Spēle ar mainītām lomām "Frigidais vīrietis" ir mazāk izplatīta, bet tai ir raksturīga tā pati gājienu secība ar nelielām izmaiņām atsevišķās detaļās. Spēles iznākumu nosaka abu dalībnieku dzīves scenārijs.

Izšķirošais brīdis spēlē "Frigidā sieviete" ir "Skandāla" beigu fāze. Tiklīdz tā ir iestājusies, par seksuālu tuvību vairs nevar būt ne runas, jo abas puses no "Skandāla" gūst perversu apmierinājumu, un zūd nepieciešamība pēc partnera kā seksuāla uzbudinājuma avota. Tādējādi vissvarīgākais anti-"Frigidās sievietes" punkts ir atteikšanās no "Skandāla". Šajā gadījumā sieva tiek atstāta seksuālas neapmierinātības stāvoklī, kas var būt tik nepanesams, ka viņa kļūst daudz piekāpīgāka. "Skandāla" dotie ieguvumi atšķir "Frigido sievieti" no spēles "Sit mani, tēt", kurā "Skandāls" veido daļu no priekšspēles. "Frigidajā sievietē" "Skandāls" ir seksuālā akta aizstājējs, bet spēlē "Sit mani, tēt" tas ir seksuālā akta nosacījums, sava veida fetišs, kas kāpina uzbudinājumu. Tiklīdz spēle "Frigidā sieviete" sasniedz "Skandāla" fāzi, tā epizode noslēdzas.

Agrīnā vecumā "Frigidajai sievietei" analogisku spēli mēdz spēlēt tāda tipa labi audzinātas mazas meitenes, ko aprakstījis Dikenss romānā "Lielās cerības". Meitene iznāk ārā tērpta iestīvinātā kleitiņā un lūdz mazam zēnam, lai viņš uztaisa

viņai smilšu kūku. Pēc tam viņa pavīpsnā par viņa netīrajām rokām un drēbēm un stāsta, cik pati ir tīra.

ANALĪZE

Tēze. Beidzot iekriti, kuces dēls tāds.

Mērķis. Sevis attaisnošana.

Lomas. Labā sieva, Neiejūtīgais vīrs.

Dinamika. Peņa skaudība.

Piemēri. 1." Paldies par smilšu kūku, mazais šmurguli." 2. Izaicinoša, frigida sieva.

Sociālā paradigma. Vecāki-Bērns.

Vecāki: "Es tev atļauju uztaisīt man smilšu kūku (noskūpstīt mani)."

Bērns: "Man tas patiktu."

Vecāki: "Paskaties, cik tu esi netīrs."

Psiholoģiskā paradigma. Bērns-Vecāki.

Bērns: "Redzēsim, vai jūs spēsiet mani iekārdināt."

Vecāki: "Mēģināsim, ja tu mūs laikā apstādināsi."

Bērns: "Jūs pirmie iesācāt."

Gājieni. 1. Kārdināšana – reakcija. 2. Noraidījums – samierināšanās. 3. Izaicinājums – reakcija. 4. Noraidījums – skandāls.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – atbrīvošanās no vainas izjūtas par sadistiskām fantāzijām. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no biedējošās atkailināšanās un penetrācijas. 3. Iekšēji sociālais – "Skandāls". 4. Ārēji sociālais – Ko iesākt ar netīriem maziem zēniem (vīriem)? 5. Bioloģiskais – seksuālas rotaļas apspiešana un kareivīgas transakcijas. 6. Eksistenčuālais – Es esmu tīra.

4. NOMOCĪTĀ MĀJSAIMNIECE

Tēze. Šo spēli spēlē darbiem pārkrauta mājaimniece. Viņas situācija prasa, lai viņa būtu nevainojama lietpratēja desmit vai divpadsmit dažādās jomās, vai, citiem vārdiem sakot, lai viņa acīm tīkamā veidā spēlētu desmit vai divpadsmit dažādas lomas. Laiku pa laikam avižu svētdienas pielikumos tiek

publicēti ne pārāk nopietni šo darbības jomu jeb lomu saraksti: mīļākā, māte, aukle, istabene utt. Tā kā parasti šīs lomas ir savstarpēji konfliktējošas un nogurdinošas, tad gadu gaitā to apzinīga izpilde noved sievieti pie stāvokļa, kam mēs varētu dot simbolisku nosaukumu "Mājsaimnieces ceļgali" (jo uz ceļgaliem viņa šūpo bērnu, berž grīdu, saliektiem ceļgaliem nes smagumus un vada mašīnu utt.). Šī stāvokļa simptomus īsi un kodolīgi raksturo frāze: "Esmu piekususi."

Ja mājsaimniece spēj izstrādāt savu darba ritmu un rast pietiekami lielu apmierinājumu mīlestībā pret vīru un bērniem, tad šo aptuveni divdesmit piecus gadus garo laika posmu viņa pavada ne tikai kalpojot, bet arī gūstot sava veida baudījumu. Jaunākā bērna aizbraukšana uz koledžu var viņā izraisīt pēkšņu vientulības izjūtu. Tomēr gadījumā, ja sieviete savu iekšējo Vecāku ietekmes rezultātā ir izvēlējusies kritiski noskaņotu vīru, kurš nemitīgi prasa atskaitīties par paveikto, un vienlaikus nespēj gūt pietiekami lielu apmierinājumu no mīlestības pret ģimeni, tad pamazām viņa var kļūt arvien nelaimīgāka. Iesākumā viņa var mēģināt sevi mierināt ar ieguvumiem no spēlēm "Ja nebūtu tevis" un "Kauna traips" (un patiesi, smagā situācijā pie tā var nonākt jebkura mājsaimniece), bet drīz tas vairs nespēs viņai palīdzēt. Tad viņai ir jāatrod cita izeja no situācijas, un tā ir spēle "Nomocītā mājsaimniece".

Spēles tēze ir ļoti vienkārša. Sieviete uzņemas padarīt visus darbus pēc kārtas un pat meklē vēl citus. Viņa piekrīt visām vīra kritiskajām piezīmēm un cenšas izdabāt visām bērnu prasībām. Ja viņai ir jāsarīko viesiem pusdienas, tad viņu neatstāj sajūta, ka viņai ir jābūt ne tikai nevainojamai sarunu biedrenei, nama pārvaldniecei, interjeristei, šefpavāram, skaistulei, ledus karalienei un diplomātei, bet arī rīta agrumā brīvprātīgi jāuzņemas pienākums izcept kūku un aizvest bērnus pie zobārsta. Ja viņa jau tad jūtas nomocīta, tad cenšas padarīt dienas gaitu vēl trakāku. Rezultātā viņa ap pusdienas laiku sabrūk, un neviens no daudzajiem darbiem netiek

padarīts. Viņa pamet novārtā vīru, bērņus un viņu viesus, turklāt visām viņas nelaimēm vēl pievienojas pašpārmetumi. Pēc tam, kad šāda notikumu gaita ir atkārtojusies divas vai trīs reizes, sievietes laulība ir briesmās, bērni jūtas apjukusi, viņa zaudē svaru, viņas mati ir nemazgāti, seja – sakritusies, kurpes – nodilušas. Tad viņa parādās psihoterapeita kabinetā, gatava tūlīt pat likties slimnīcā.

Antitēze. Loģiskā antitēze ir vienkārša: misis Vaita drikst nedēļas laikā spēlēt visas lomas, bet tikai pēc kārtas, proti, viņai nav atļauts spēlēt divas vai vairākas lomas vienlaikus. Kad viņa, piemēram, rīko kokteiļvakaru, tad drikst spēlēt vai nu Šefpavāru vai Aukli, bet ne abas lomas vienlaicīgi. Ja viņa cieš tikai no "Mājsaimnieces ceļgalu" sindroma, tad šādā ceļā var iemācīties sevi ierobežot.

Tomēr gadījumā, ja sieviete patiesi spēlē "Nomocīto mājsaimnieci", viņai būs grūti pieturēties pie šī principa. Viņa ir ļoti rūpīgi izvēlējusies tādu vīru, kurš, būdams visādā citādā ziņā saprātīgs cilvēks, kritizē sievu ik reizi, kad, pēc viņa domām, sieva nav rīkojusies tik lietpratīgi kā viņa māte. Būtībā viņa apprec vīrieti, kura Vecākos ir uz visiem laikiem iemūžināts mātes tēls, kas, starp citu, līdzinās viņas pašas fantāzijām par savu māti vai vecmāmiņu. Atrodot piemērotu partneri, sievietes Bērns rod izpausmi Nomocītās mājsaimnieces lomā, kas ir nepieciešams sievietes psihiskā līdzsvara uzturēšanas faktors, no kura viņa nav gatava atteikties. Jo vairāk laika vīrs pavada darbā, jo vieglāk abiem ir atrast Pieaugušā argumentus, uz kuru pamata saglabāt attiecību neveselīgos aspektus.

Kad situācija kļūst nepanesama (bieži tāpēc, ka oficiāli iejaucas skolas pārstāvji, kuri norūpējušies par nelaimīgajiem bērņiem), tiek meklēta psihoterapeita palīdzība, un var sākties spēle trim dalībniekiem. Te iespējami divi varianti: vai nu vīrs vēlas, lai psihoterapeits veiktu pamatīgu sievas veselības stāvokļa pārbaudi, vai arī sieva vēlas atrast psihoterapeitā sabiedroto cīņā pret vīru. Darbības turpmāko attīstības gaitu

nosaka psihoterapeita profesionālā meistarība un modrība. Pirmā fāze – sievas depresīvā stāvokļa atvieglošana – parasti norit bez sarežģījumiem. Izšķiroša ir otrā fāze, kuras laikā sievai ir jāatsakās no spēles "Nomocītā mājsaimniece", lai tās vietā spēlētu "Psihiatriju". Parasti šī fāze izraisa abu laulāto pretestību, kas dažkārt ir veikli nomaskēta, līdz beidzot pēkšņi, kaut arī ne negaidīti, izraisa sprādzienam līdzīgu efektu. Ja laulātie draugi pārcieš šo terapijas stadiju, tad turpmāk var norisināties reāls darbs pie spēļu analīzes.

Šajā situācijā ir nepieciešams atzīt, ka patiesais vainīgais ir sievas Vecāku Es stāvoklis, ko pārstāv viņas māte vai vecmāmiņa, bet vīrs ir tikai otrā plāna figūra, kas izvēlēta konkrētai lomai spēlē. Psihoterapeitam ir jācinās ne tikai pret sievas Vecākiem un vīru, kurš dod lielu ieguldījumu spēles realizēšanā, bet arī pret sociālo vidi, kas stimulē sievas piekāpīgo attieksmi. Nedēļas laikrakstos parādās raksti par tām daudzajām lomām, kas jāpilda mājsaimniecei. Svētdienas pielikumā rubrikā "Kā es tieku galā" tiek publicēts desmit punktu tests, ar kura palīdzību var noteikt, "cik jūs esat laba namamāte (sieva, māte, mājsaimniece, grāmatvede utt.)" Sieviete, kura spēlē "Nomocīto mājsaimnieci", šāds tests ir tas pats, kas uz mazas lapiņas rakstīti kādas bērnu spēles noteikumi. Tests var pasteidzināt "Nomocītās mājsaimnieces" attīstības gaitu, kas bez savlaicīgas iejaukšanās no ārpuses var beigties ar spēli "Psihiatriskā slimnīca" ("Vismazāk es vēlētos nokļūt slimnīcā").

Praktiska rakstura grūtības darbā ar šādiem pāriem rada tas apstākļi, ka vīrs parasti cenšas izvairīties no personiskas iesaistīšanās ārstniecības procesā un aprobežojas ar spēli "Redzi, cik ļoti es centos". Šādos gadījumos vīra psihiskais stāvoklis ir daudz vairāk traumēts, nekā viņš būtu gatavs atzīt. Tā vietā, lai pats piedalītos ārstniecības norisēs, vīrs sūta psihoterapeitam netiešas vēstis. Tās var būt, piemēram, dusmu lēkmes, par kurām viņš ir drošs, ka sieva tās atstāstīs psihoterapeitam. Tādējādi "Nomocītā mājsaimniece" var itin viegli pārtapt trešā līmeņa cīņā uz dzīvību un nāvi, kas var

beigties pat ar šķiršanos. Dzīves pusē cīnās viens pats psihiatrs, viņam palīdz tikai pacientes nomocītais Pieaugušais. Paciente ir ierauta cīniņā (kas var izrādīties nāvējošs) pret visiem trim vīra Es stāvokļiem, kuru pusē vēl cīnās viņas pašas Vecāki un Bērns. Tā ir dramatiska cīņa, kurā izredzes ir divi pret pieci. Tā ir pārbaudījums pat no spēlēm visbrīvākajiem un profesionālākajiem psihoterapeitiem. Ja ārsts nobīstas, tad viegli var atrast izeju, ziedojot pacientu uz šķiršanās altāra. Tas būtu tas pats, kas pateikt: "Es padodos. Nu, sakaujieties!"

5. JA NEBŪTU TEVIS

Tēze. Spēles detalizēta analīze jau ir dota grāmatas 5. nodaļā. Mūsu praksē tā bija otrā spēle, ko mums izdevās atklāt. Pirmo spēli "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ..." mēs iesākumā uzskatījām vienkārši par interesantu fenomenu, taču līdz ar spēles JNT atklāšanu mūsu priekšstati radikāli mainījās. Mēs sapratām, ka ir jābūt veselai grupai sociālo darbību, kas pamatojas uz slēptām transakcijām. Tas noveda pie aktīvākiem šādu saskarsmes formu meklējumiem, kā rezultātā tapa pašreiz piedāvātā spēļu kolekcija.

Isumā spēles JNT apraksts ir šāds: sieviete apprec autoritāra rakstura vīrieti, kurš ierobežo viņas darbošanos un tādējādi pasargā no biedējošām situācijām. Ja tā būtu vienkārši operācija, tad sieva varētu vīram pateikties par to, ko viņš dara viņas labā. Tomēr spēlē JNT sievas reakcija ir pilnīgi pretēja: viņa gūst labumu no situācijas, žēlojoties par viņai uzliktajiem ierobežojumiem; tas liek vīram justies neveikli, un viņš cenšas sievu dažādi atalgot. Spēle sniedz iekšēji psiholoģiskos ieguvumus. Ārēji psiholoģiskos ieguvumus piedāvā spēlei JNT radniecīgais laika kavēklis "Ja nebūtu viņa", ko sieva spēlē kopā ar savām līdzīgi domājošajām draudzenēm.

6. REDZI, CIK ĻOTI ES CENTOS!

Tēze. Visbiežāk izplatītajā klīniskajā formā tā ir spēle trim dalībniekiem, kurus pārstāv vīrs, sieva un psihoterapeits. Vīrs

(parasti) cenšas panākt šķiršanos, kaut arī skaļā balsī apgalvo, ka to nevēlas, bet sieva neliekuļoti grib saglabāt laulību. Vīrs apmeklē psihoterapeitu pret savu gribu un sarunā iesaistās tikai tāpēc, lai sievai nodemonstrētu savu gatavību sadarbīties. Parasti vīrs spēlē "Psihiatrijas" vai "Tiesas zāles" vieglo variantu. Tomēr palēnām viņa attieksme pret ārstu mainās: viņš vai nu šķietami piekāpjas, vienlaikus neslēpjot dusmas, vai arī agresīvi izaicina uz strīdu. Mājās viņš iesākumā izrāda vairāk "saprātnes" un savaldības, bet pēcāk viņa uzvedība kļūst ļaunāka nekā jebkad agrāk. Pēc vienas, piecām vai desmit vizītēm (atkarībā no psihoterapeita-meistarības) vīrs atsakās turpmāk apmeklēt ārstu un dodas uz medībām vai makšķerēt. Sievai neatliek nekas cits kā pieprasīt šķiršanos. Vīrs tagad ir bez vainas, jo iniciatīva ir sievas pusē, bet viņš, piekritot apmeklēt psihoterapeitu, ir nodemonstrējis savu labo gribu. Tas viņam dod tiesības jebkuram advokātam, tiesnesim, draugam vai radniekam pateikt: "Redzi, cik ļoti es centos!"

Antitēze. Psihoterapeitam ir jāpieņem abi laulātie draugi vienlaikus. Ja ir skaidri redzams, ka viens no viņiem, piemēram, vīrs, spēlē šo spēli, tad otram partnerim ir jānozīmē individuāls ārstniecības kurss, bet spēlētājs jāsūta mājās ar ticamu ieganstu, ka viņš ir mazāk sagatavots terapijai. Vīrs arvien vēl var panākt šķiršanos, tomēr tagad viņš nespēs apgalvot, ka ir patiesi un no visas sirds centies to novērst. Ja nepieciešams, sieva var uzsākt šķiršanās procedūru; viņas situāciju lielā mērā uzlabo tas, ka viņa ir patiesi centusies saglabāt laulību. Vēlamais rezultāts, ko ārsts šajā gadījumā cer panākt, būtu šāds: vīrs, kura spēle ir izjaukta, krīt izmisumā un meklē palīdzību citur, tikai šoreiz ar neviltotu motivāciju.

Ikdienas formā šo spēli var viegli novērot attiecībās starp vecākiem un bērniem. To spēlē divi dalībnieki – viens no vecākiem un bērns. Tās pamatā var būt divu veidu pozīcijas: "Esmu bezpalīdzīgs" vai "Esmu nevainīgs". Bērns cenšas kaut ko paveikt, bet dara to nemākulīgi vai arī viņam neveicas. Ja viņš spēlē Bezpalīdzīgo, tad mātei vai tēvam darbiņš būs

jāpadara bērna vietā. Savukārt, ja viņš spēlē Nevainīgo, tad vecākiem ir grūti atrast kādu saprātīgu iemeslu, lai viņu sodītu. Tas atklāj spēles elementu pastāvēšanu. Vecākiem ir jāmēģina saprast divas lietas: pirmkārt, kurš no viņiem iemācīja bērnam šo spēli, un, otrkārt, ko tieši viņi dara, lai spēle turpinātos.

Interesants, kaut arī dažkārt visai draudīgs, ir spēles "Redzi, kā es centos" nopietnais otrā vai trešā līmeņa variants. To ilustrē, piemēram, gadījums ar vīrieti, kurš smagi strādā un kuram ir kuņģa čūla. Pasaulē ir daudz cilvēku ar progresējošām fiziskām kaitēm, kuri dara visu, lai situāciju pārvarētu, un ar pilnām tiesībām saņem pienācīgu savas ģimenes atbalstu. Tomēr šādus apstākļus var izmantot arī slēptos nolūkos.

Pirmais līmenis. Vīrs atklāj sievai un draugiem, ka viņam ir čūla. Viņš arī paziņo, ka ir nolēmis turpināt strādāt. Tas izraisa apbrīnu. Var jau būt, ka slims cilvēks, kuru pastāvīgi moka sāpes, ir pelnījis mazliet uzmanības, kas kaut nedaudz kompensēs viņa ciešanas. Viņš ir pelnījis atzinību par to, ka nespēlē "Invalidu" un turpina pildīt savus pienākumus. Šajā gadījumā pieklājīga atbilde uz frāzi "Redzi, kā es cenšos" būtu "Jā, mēs visi apbrīnojam tavu gara spēku un apzinīgumu."

Otrais līmenis. Vīrs nesen ir uzzinājis, ka viņam ir čūla, bet slēpj to no sievas un draugiem. Viņš turpina strādāt un raizēties tikpat cītīgi kā agrāk, līdz beidzot kādu dienu darbā sabrūk. Kad to uzzina sieva, viņa acumirkli saprot, ka ir saņēmusi no vīra vēstījumu: "Redzi, cik Joti es centos!" Tagad vīrs gaida, lai sieva viņu novērtē kā nekad agrāk un izjūt nožēlu par visiem pagātnē izteiktajiem pārmētiem un pāridarījumiem. Īsi sakot, vīrs gaida, lai sieva viņu mīl, jo visi agrākie mēģinājumi pievērst sievas uzmanību bija izrādījušies neveiksmīgi. Vīram par nelaimi, šajā gadījumā sievas pieķeršanās apliecinājumus un gādību izraisa ne tik daudz mīlestība, cik vainas izjūta. Dziļi sirdī sieva var justies aizvainota, ka vīrs izmanto neatļautu paņēmienu un negodīgā

kārtā – slēpjot savu slimību – ticis pie ieguvumiem. Īsi sakot, mīlestības spēlē dimanta aprobe ir daudz godīgāks instruments nekā sāpošs vēders. Briljanta rokassprādzi sieviete var atsviest atpakaļ, bet kā lai piedienīgā veidā izliekas neredzam kuņģa čūlas sagādātās ciešanas? Ja sieva pēkšņi, bez brīdinājuma nonāk konfrontācijā ar nopietnu slimību, viņa drīzāk jūtas noķerta slazdā nevis iekarota.

Bieži šīs spēles pazīmes var noteikt jau uzreiz pēc tam, kad pacients uzzina par savu potenciāli progresējošo slimību. Ja viņš ir nolēmis spēlēt, tad jau pirmajā mirklī viņa prātā uzzibsnī viss spēles plāns. Rūpīgā psihiatriska situācijas analīze atklāj, ka brīdī, kad vīrs saprot, ka ir ticis pie spēcīga ieroča, viņa Bērns izjūt slepenu jaunu prieku, ko aizēno Pieaugušā raizes par slimības radītajām praktiska rakstura problēmām.

Trešais līmenis. Vēl draudīgāka un jaunprātīgāka ir pēkšņa, iepriekš nenojaušama pašnāvība, kuras iemesls ir nopietna slimība. Čūla attīstās par vēzi, un kādu dienu sieva, kura nekad nav bijusi informēta, ka ir noticis kas nopietns, ieiet vannasistabā un atrod vīru guļam mirušu. Atstātā zīmīte pietiekami skaidri pasaka: "Redzi, kā es centos." Ja kaut kas tamlīdzīgs sievietes dzīvē notiek divas reizes, tad viņai ir pienācis laiks noskaidrot, kādu spēli viņa spēlē.

ANALĪZE

Tēze. Nevienam nevar mani piespiest.

Mērķis. Sevis attaisnošana.

Lomas. Nelokāms cilvēks, Vajātājs, Autoritāte.

Dinamika. Anālā pasivitāte.

Piemēri. 1) Bērns gērbjas. 2) Vīrs (vai sieva) grib panākt šķiršanos.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais: "Laiks gērbties (apmeklēt psihoterapeitu)."

Pieaugušais: "Labi, es pacentīšos."

Psiholoģiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Vecāki: "Es tevi piespiedišu apgērbties (apmeklēt psihoterapeitu)."

Bērns: "Redzi, nekas nesanāk."

Gājieni. 1. Priekšlikums – pretošanās. 2. Spiediens – pakļaušanās. 3. Atzinīgs novērtējums – neveiksme.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – atbrīvošanās no vainas apziņas par agresiju. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no atbildības par ģimeni. 3. Iekšēji sociālais – Redzi, cik ļoti es centos. 4. Ārēji sociālais – tas pats. 5. Bioloģiskais – agresīvas transakcijas. 6. Eksistenciālais – Esmu bezpalīdzīgs (nevainīgs).

7. DĀRGĀ

Tēze. Šo spēli pilnā plaukumā vislabāk var novērot laulāto pāru grupu psihoterapijas agrīnajās stadijās, kad visas iesaistītās puses ieņem aizsardzības pozīciju. To var vērot arī sabiedrisku pasākumu laikā. Misters Vaitis izsaka it kā nenopietnu, bet patiesībā nievājošu piezīmi par mīsi Vaitu, un beigās piebilst: "Vai nav taisnība, dārgā?" Mīsi Vaita visticamāk atbildēs apstipriņoši divu šķietami Pieaugušā motivētu iemeslu dēļ: 1) smieklīgais atgadījums ir vispārējais vilcienos atstāstīts precīzi, un viņas iebildumi pret to, ko viņa attēlo kā maznozīmīgu detaļu (bet kas patiesībā ir transakcijas būtiskākais moments), varētu likties sikumaini; 2) klausītājiem varētu rasties iespaids, ka viņa ir īgna, ja nav vienisprātis ar vīru, kurš viņu nosaucis par "dārgo". Tomēr sievas piekrišanas psiholoģiskais iemesls ir viņas depresīvā pozīcija. Viņa apprecēja savu vīru tieši tāpēc, ka zināja, ka viņš izdarīs viņai šo pakalpojumu: atsegs viņas trūkumus un tādējādi pasargās no grūtībām atsegt tos pašai. Bērnībā viņai šo pakalpojumu izdarīja vecāki.

Pēc "Tiesas zāles" šī ir visbiežāk spēlētā spēle laulāto pāru grupās. Jo saspringtāka ir situācija un jo tuvāks brīdis, kad spēle atklāsies, jo rūgtāk izskan vārds "dārgā", līdz beidzot atsedzas tā pamatā esošais aizvainojums. Rūpīga analīze parāda, ka šī spēle ir radniecīga spēlei "Lempis", jo tajā ļoti

liela nozīme ir gājienam, kurā misis Vaita netieši izsaka piedošanu par mistera Vaita dusmām, kuras viņa visiem spēkiem cenšas nepamanīt. Tādējādi spēle anti-"Dārgā" norisinās analogiski anti-"Lempim": "Tu vari stāstīt nicinošas anekdotes par mani, bet, lūdzu, nesauc mani par "dārgo"." Šī antitēze ir tikpat riskanta kā anti-"Lempis". Daudz izsmalcinātāka un ne tik bīstama antitēze būtu atbilde: "Jā, mīļais!"

Citā gadījumā sieva nevis izrāda savu piekrišanu, bet gan atbild ar līdzīgu "Dārgās" tipa anekdoti par vīru, itin kā pasakot: "Tev ir netīra mute, dārgais."

Dažkārt mīļvārdiņi netiek pausti skaļi, bet vērīgs klausītājs tos var sadzirdēt arī tad, ja tie netiek izrunāti. Tas ir "Dārgās" mēmais variants.

ATSAUCE

¹ Bateson, G., et al. "Toward a Theory of Schizophrenia." *Behavioral Science*. 1: 251-264, 1956.

ASTOTĀ NODAĻA

Spēles sabiedriskos pasākumos

SABIEDRISKI PASĀKUMI ir domāti laika pakavēšanai, un laika kavēkļi ir domāti sabiedriskiem pasākumiem (pie tiem pieder arī cilvēku pulcēšanās pirms oficiālas tikšanās sākuma). Jo tuvāk cilvēki iepazīst cits citu, jo lielāku vietu viņu attiecībās ieņem spēles. Lempis un viņa upuris atpazīst viens otru gluži tāpat kā Lielais tētis un Mazais nabadziņš, un sākas labi pazīstamais, tomēr bieži nepamanītais savstarpējas atlases process. Šajā grāmatas nodaļā mēs apskatīsim četras spēles, kas raksturo tipiskas ikdienas dzīves situācijas: "Vai nav šausmīgi?", "Kauna traips", "Lempis" un "Kāpēc jūs ne ...? - Jā, bet ..."

1. VAI NAV ŠAUSMĪGI?

Tēze. Šai spēlei ir četras galvenās formas: Vecāku laika kavēklis, Pieaugušā laika kavēklis, Bērna laika kavēklis un spēle. Laika kavēkļos nav atrisinājuma vai ieguvuma, toties atklājas necienīgas jūtas.

1. "Mūsdienas" ir paštaisnu, nosodošu vai pat ļaunprātīgu Vecāku laika kavēklis. Socioloģiskā aspektā to pārstāv zināma tipa pusmūža sievietes ar nelieliem, tomēr pastāvīgiem ienākumiem. Viena šāda sieviete pameta psihoterapijas nodarbības pēc tam, kad viņas ievada gājienu pārējie grupas locekļi uzņēma ar klusēšanu un nevis sajūsmas pilnu atbalstu, pie kāda viņa bija pieradusi draugu lokā. Daudz labāk sagatavotie un pie spēļu analīzes pieradušie grupas dalībnieki demonstratīvi atteicās atbalstīt misis Vaitu, kad viņa piezīmēja: "Runājot par neuzticēšanos cilvēkiem, nav nekāds brīnums, ka mūsdienās nevienam nevar uzticēties. Es nesen ieskatījos viena mana īrnieka atvilknē, un jūs neticēsiet, ko es tur ieraudzīju."

Viņai bija gatavas atbildes uz gandrīz visiem sabiedriskās dzīves jautājumiem: par jaunatnes noziedzību (vecāki mūsdienās ir pārāk iecietīgi), šķiršanās problēmām (sievām mūsdienās tiek dota pārāk liela vaļa), noziedzības pieaugumu (mūsdienās pārāk daudz ārzemnieku apmetas uz dzīvi balto rajonos), cenu kāpumu (uzņēmēji mūsdienās ir pārāk alkātīgi). Viņa skaidri lika saprast, ka pati nebūt nav iecietīga pret savu neceļos noklaidušo dēlu vai nelietīgajiem īrniekiem.

Laika kavēklis "Mūsdienas" atšķirībā no vienkāršas patērzēšanas norisinās ar devīzi "Nav nekāds brīnums". Ievada gājieni abos gadījumos var būt līdzīgi ("Runā, ka Flosija Mergatroide ..."), bet "Mūsdienās" ir saskatāma virzība un noslēgums, kā arī var tikt piedāvāts "skaidrojums". Vienkāršas patērzēšanas dalībnieki viegli pāriet no vienas tēmas pie otras, līdz saruna zaudē pavedienu.

2. "Rēta" ir nedaudz labvēlīgāks Pieaugušā variants, kas norisinās ar devīzi "Cik žēl!", kaut gan tā pamatā esošās motivācijas ir tikpat nepievilcīgas. "Rētu" vispirmām kārtām raksturo asiņu šaltis; būtībā tā ir neformāla apspriede par medicīnas jautājumiem. Jebkuram dalībniekam ir tiesības izstāstīt savu atgadījumu – jo šausmīgāku, jo labāk –, kam seko dedzīga detaļu apspriešana. Pie iecienītākajiem tematiem pieder sasistas sejas, vēdera operācijas un grūtas dzemdības. Atšķirībā no vienkāršas patērzēšanas te valda sacensības gars un pārliecība par savu kompetenci medicīnas jautājumos. Sarunas dalībnieki sistemātiski apspriež patoloģiskās anatomijas jautājumus, uzstāda diagnozes, prognozē rezultātus un salīdzina dažādus slimību gadījumus. Laba prognoze ir pieņemama patērzēšanas reizē, bet "Rētas" būtība nav savienojama ar optimistisku skatu uz dzīvi, ja vien tā nav acīmredzama liekulības izpausme. Šajā ziņā grēkot nedrīkst; pretējā gadījumā tiks sasaukta Pilnvaroto sapulce, kas izstums no sava vidus spēlētāju, kurš *non particeps criminis**

3. "Atspirdzinājums" jeb "Kafijas pauze" ir Bērna laika

* *Non particeps criminis* (latīņu val.) – šeit: nepiedalās noziegumā. – Red.

kavēklis, kas norisinās ar devīzi "Skat, ko viņi mums nodara". Tas ir organizāciju variants. To var spēlēt pēc tumsas iestāšanās ar nosaukumu "Bāra lete", un tam raksturīgi samērā pavirši politiska un ekonomiska rakstura jautājumu iztirzājumi. Patiesībā tas ir laika kavēklis trim dalībniekiem, kurā visi dūži ir kādas bieži visai mīklainas figūras ar nosaukumu "Viņi" rokās.

4. "Vai nav šausmīgi?" spēles variants savu visdramatiskāko izpausmi rod tādu cilvēku vidū, kuri alkst nokļūt zem ķirurga naža. Šo cilvēku transakciju analīze ļauj raksturot spēles būtību. Tie ir tā dēvētie "ārstu pircēji", kuri aktīvi cenšas panākt, lai viņus operē pat pretēji ārstu lēmumam. Ieguvumus viņiem sniedz pats notikuma pārdzīvojums, hospitalizācija un tai sekojošā operācija. Iekšēji psiholoģiskos ieguvumus dod ķermeņa graizīšana, bet ārēji psiholoģiskos – izvairīšanās no jebkura veida intīmām attiecībām un pienākumiem, izņemot pilnīgu sevis nodošanu ķirurga rokās. Bioloģiskos ieguvumus tipiski raksturo medmāsu aprūpe. Iekšēji sociālos ieguvumus piedāvā ārsti un medmāsas, kā arī citi pacienti. Pēc tam, kad spēlētājs ir izrakstīts no slimnīcas, viņš pacenšas izraisīt apkārtējo ļaužu līdzjūtību un godbijību, šādi saņemot ārēji sociālos ieguvumus. Ekstremālā formā šo spēli spēlē profesionāli šimulanti, kuri sevi iztēlo par ārstu kļūdu upuriem un iedzīvojas no tišuprāt vai it kā nevilšus izraisītas darba nespējas. Viņi pieprasa ne tikai līdzjūtību, kā to darītu amatieri, bet arī kompensāciju par savām ciešanām. "Vai nav šausmīgi?" kļūst par spēli tajā brīdī, kad spēlētāji izrāda ārēju satraukumu, bet iekšēji jūt iepriecinājumu par izredzēm gūt apmierinājumu no savas nelaiemes.

Kopumā cilvēkus, kuri cieš no dažādām nelaimēm, var iedalīt trijās grupās.

1. Cilvēki, kuri ciešanas neizraisa tišuprāt un uzskata tās par nevēlamām. Sev adresēto līdzjūtību viņi var izmantot un var arī neizmantot. Dažas ciešanu kompensācijas formas ir gana dabiskas, un būtu jāuztver ar parasto pieklājību.

2. Cilvēki, kuri ciešanas tišuprāt neizraisa, tomēr pieņem ar pateicību, jo rod tajās iespēju izmantot citus cilvēkus. Šajā gadījumā spēles elementi parādās laika gaitā un sniedz "sekundārus ieguvumus" (Freida nozīmē).

3. Cilvēki, kuri paši meklē ciešanas, piemēram, vēlas par katru cenu tikt operēti. Viņi staigā no viena ķirurga pie cita līdz beidzot atrod kādu, kurš ir gatavs viņus operēt. Šajā gadījumā spēle notiek jau no paša sākuma.

2. KAUNA TRAIPS

Tēze. Ikdienas dzīvē šī spēle izraisa daudzas sikas domstarpības. Tās pamatā ir depresīva Bērna pozīcija "Es neesmu labs", kas pašaizsardzības nolūkos pārtop Vecāku pozīcijā "Viņi nav labi". Spēlētāja transakcionālā problēma ir pierādīt otrās tēzes patiesumu. Šī iemesla dēļ "Kauna traipa" spēlētāji jūtas neērti tikko iepazīta cilvēka sabiedrībā līdz brīdim, kad atrod viņā kādu "kauna traipu". Visnopietnākajā formā tā var izvērsties par totalitāru politisku spēli, ko spēlē "autoritāras" personas, un šajā gadījumā var izraisīt nopietnas vēsturiskas sekas. Acīmredzama ir spēles ciešā saistība ar laika kavēkli "Mūsdienas". Vietējās priekšpilsētas sabiedrībā pozitīvu pārliecību par savām spējām var gūt, spēlējot "Kā es tieku galā", bet "Kauna traips" sniedz negatīvu pašpārliecību. Daļēja analīze ļaus skaidrāk saskatīt atsevišķus spēles elementus.

Spēles premisas var būt ļoti dažādas – gan sīkumainas un paviršas ("Viņa valkā pagājušās sezonas cepuri"), gan ciniskas ("Viņam bankā nav 7000 dolāru"), ļaunprātīgas ("Viņš nav simtprocentīgs āriētis"), ezotēriskas ("Viņš nav lasījis Rilki"), intīmas ("Viņam ir problēmas ar erekciju") un sofistiskas ("Ko viņš cenšas pierādīt?"). Spēles psihodinamiskais pamats parasti ir seksuālā nedrošība, bet mērķis – pašapliecināšanās. Transakciju analīze atklāj reizēm neveselīgu ziņkāri un vēlmi bāzt degunu citu darīšanās, dažkārt Bērna prieku par nodarījumu maskējot ar liekulīgām Vecāku vai Pieaugušā

rūpēm. Spēles iekšēji psiholoģiskais ieguvums ir depresijas novēršana, bet ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no intīmas tuvības, kas varētu atsegt paša Vaita “kauna traipus”. Vaitis jūtas tiesīgs atraidīt nemoderni ģērbtu sievieti, vīrieti bez finansiāla nodrošinājuma, viņaprāt, zemākas rases pārstāvi, neizglītotu cilvēku, impotentu vīrieti vai cilvēku, kas jūtas nedrošs. Vienlaikus ziņkārība Vaitam ļauj veikt iekšēji sociālu darbību un gūt no tās bioloģisku labumu. Ārēji sociālais ieguvums pieder pie “kaimiņu tipa” spēļu “Vai nav šausmīgi?” sērijas.

Interesanti, ka Vaita premisas izvēle notiek neatkarīgi no viņa intelektuālajām spējām vai šķietamās spriestspējas. Piemēram, cilvēks, kurš ieņēmis atbildīgus amatus ārlietu resorā, paziņo klausītājiem, ka kāda valsts ir atpalikusi tāpēc, ka, cita starpā, vīrieši valkā žaketes ar pārāk garām piedurknēm. Pieaugušā Es stāvoklī šis cilvēks ir pilnīgi kompetents viņam uzticētajos jautājumos, un, tikai spēlējot tādu Vecāku spēli kā “Kauna traips”, viņš var izteikt tik nepiedienīgas piezīmes.

3. SCHLEMIEL JEB LEMPIS

Tēze. Nosaukums “schlemiel” radies nevis no Šamiso romāna¹ varoņa, kurš bija cilvēks bez ēnas, bet no populāra idiša vārda, kas saistīts ar vācu un holandiešu valodas vārdiem ar nozīmi “viltīgs”. *Schlemiel* upuris ir kaut kas līdzīgs Pola de Koka² “lādzīgajam zēnam”, kurš tiek dēvēts par *schlemazl*. Tipisku spēli “*Sclmiel*” jeb “Lempis” raksturo šāda gājienu secība:

1A. Vaitis uzlej kokteili uz namamātes vakartērpa.

1B. Bleks (namatēvs) iesākumā saniknojas, tomēr jūt (bieži vien neskaidri), ka gadījumā, ja viņš izrādīs dusmas, Vaitis būs guvis virsroku. Tāpēc Bleks savaldās un ļaujas ilūzijai, ka uzvarējis ir viņš.

2A. Vaitis saka: “Piedodiet.”

2B. Bleks nomurmina vai izkļudz piedošanas vārdus,

stiprinot ilūziju, ka patiesais uzvarētājs ir viņš.

3A. Vaitis turpina kaitēt Bleka īpašumam. Viņš saplēš priekšmetus, aplej tos ar dzērieniem un izraisa visdažādākās nekārtības. Pēc tam, kad Vaitis ar cigareti ir sadedzinājis galdautu, ar krēsla kāju saplēsis mežģiņu aizkarus un ar mērci aplējis paklāju, viņa Bērns jūtas lieliski, jo ir labi papriecājies un turklāt par visiem nodarījumiem saņēmis piedošanu, savukārt Blekam mierinājumu sniedz ciešanu pilnā pašsavaldība. Tādējādi abi spēlētāji gūst labumu no nelabvēlīgās situācijas, un Bleks nejut vēlmi pārtraukt draudzību ar Vaitu.

Līdzīgi kā tas notiek vairumā spēļu, arī šajā gadījumā Vaitis, kurš izdara pirmo gājienu, tā vai citādi gūst uzvaru. Ja Bleks izrāda dusmas, Vaitis jūt, ka viņam ir tiesības atbildēt ar to pašu. Ja Bleks savaldās, Vaitis var netraucēti baudīt laimīgā gadījuma piedāvātās iespējas. Tomēr patiesais spēles ieguvums ir nevis prieks par destruktīvo rīcību, kas Vaitam dod tikai papildu punktus, bet gan fakts, ka viņš saņem piedošanu.* Tas ļauj mums nonākt tieši pie antitēzes.

Antitēze. Spēlēt anti-“Lempi” nozīmē nedot Vaitam prasīto piedošanu. Kad Vaitis saka: “Piedodiet”, Bleks nevis nomurmina: “Būs jau labi”, bet saka: “Šovakar jūs drikstat nostādīt neveiklā situācijā manu sievu, plēst mēbeles un bojāt paklāju, tikai, lūdzu, neprasiet piedošanu.” * Šajā brīdī Bleks pārslēdzas no piedodošiem Vecākiem uz objektīvi noskaņotu Pieaugušo, kurš uzņemas pilnu atbildību par to, ka ir uzlūdzis ciemos Vaitu.

Vaita spēles intensitātes pakāpi atklāj viņa reakcija, kas var būt arī diezgan vētraina. Cilvēks, kurš spēlē anti-“Lempi”, riskē izraisīt tūlītēju pretreakciju vai, jebkurā gadījumā, iemantot ienaidnieku.

Bērni spēlē “Lempja” nepilno variantu. Viņi ne vienmēr ir pārliecināti, ka saņems piedošanu, bet vismaz gūst prieku no palaidnībām. Tomēr pakāpeniski apgūstot sabiedrībā

* Šis un nākamās spēles (KJNJB) piemēri atbilst iepriekš minētajiem nodaļā “Transakciju analīze”.

pieņemtās uzvedības normas, viņi var iemācīties gūt labumu no spēles, proti, saņemt piedošanu, kas ir galvenais mērķis pieklājīgu, labi audzinātu pieaugušo spēlē.

ANALĪZE

Tēze. Es varu uzvesties nejauki un tomēr saņemt piedošanu.

Mērķis. Piedošanas gūšana.

Lomas. Agresors, Upuris (Lempis *Shlemiel* un viņa upuris *Schlemazl*).

Dinamika. Anālā agresija.

Piemēri. 1) Bērni ar destruktīvām tieksmēm. 2) Neveikls viesis.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais: "Es esmu pieklājīgs, tāpēc arī jums jābūt pieklājīgam."

Pieaugušais: "Pareizi. Es jums piedodu."

Psiholoģiskā paradigma. Bērns-Vecāki.

Bērns: "Jums man jāpiedod, jo tas notika nejauši."

Vecāki: "Tev taisnība. Mūsu pienākums ir tev ierādīt labas manieres."

Gājieni. 1. Izaicinājums – dusmas. 2. Piedošanas lūgšana – piedošana.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – prieks par izraisītajām nekārtībām. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no soda. 3. Iekšēji sociālais – "Lempis" 4. Ārēji sociālais – "Lempis". 5. Bioloģiskais – izaicinošas un maigas noglaudišanas. 6. Eksistenciālais – Esmu nevainīgs.

4. KĀPĒC JŪS NE ...? – JĀ, BET ...

Tēze. Spēle "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ..." spēļu analizē ieņem īpašu vietu, jo, pateicoties tai, mēs pirmo reizi formulējām pašu spēles jēdzienu. Tā bija pirmā spēle, ko mēs izdalījām ārpus tās sociālā konteksta. Tā ir visilgāk pētītā un līdz ar to arī viena no vislabāk izprastajām spēlēm. Tā ir arī

viena no izplatītākajām spēlēm sabiedriskos pasākumos un jebkura veida grupu, arī psihoterapijas grupu, saietos un nodarbībās. Šīs spēles galvenās pazīmes raksturo šāds piemērs:

Misis Vaita: "Mans vīrs vienmēr grib pats remontēt māju, bet viņam viss sanāk greizi."

Misis Bleka: "Kāpēc viņš nepamācās pie meistara?"

Misis Vaita: "Jā, bet viņam nav laika."

Misis Bleka: "Kāpēc jūs viņam nenopērkat labus instrumentus?"

Misis Vaita: "Jā, bet viņš nezina, kā ar tiem rīkoties."

Misis Bleka: "Kāpēc jūs remontdarbus neuzticat meistaram?"

Misis Vaita: "Jā, bet tas izmaksātu pārāk dārgi."

Misis Bleka: "Kāpēc jūs vienkārši nepieņemat situāciju, kāda tā ir?"

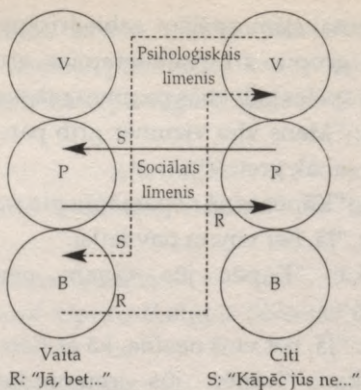
Misis Vaita: "Jā, bet viss te var sagāzties."

Vārdu pārmaiņai parasti seko klusuma brīdis, ko beidzot pārtrauc misis Grīna*, izsakoties apmēram šādi: "Vīrieši vienmēr grib izrādīties par lieliem meistariem."

KJNJB var spēlēt neierobežots dalībnieku skaits. Aģents piesaka problēmu. Pārējie sāk piedāvāt risinājumus, katru reizi iesākot ar vārdiem: "Kāpēc jūs ne ...?" Misis Vaita vienmēr iebilst: "Jā, bet ..." Labs spēles vadītājs prot atvairīt pārējo dalībnieku uzbrukumus, līdz beidzot visi padodas, un viņš gūst uzvaru. Daudzās situācijās misis Vaitai nākas noraidīt desmitiem priekšlikumu, kamēr iestājas nomācošs klusums, kas apliecina viņas uzvaru un paver ceļu jaunai spēlei. Iepriekš minētajā gadījumā misis Grīna pārslēgsies uz "Vecāku sapulces" variantu "Nelietīgais vīrs".

Tā kā visi risinājumi ar retiem izņēmumiem tiek noraidīti, kļūst acimredzams, ka spēle kalpo kādiem slēptiem nolūkiem. KJNJB spēlē nevis, lai sasniegtu ārēji šķietamo Pieaugušā mērķi – iegūt informāciju vai meklēt problēmas risinājumu –, bet gan, lai

* Green (angļu val.) – zaļš. – Tulk.



Kāpēc jūs ne...? – Jā, bet...

• 8. SHĒMA •

apmierinātu un iepriecinātu Bērnu. Formāla analīze atklāj sarunu starp Pieaugušajiem, taču novērojumi pēc būtības parāda, ka misis Vaita uzstājas kā Bērns, kurš nespēj tikt galā ar situāciju, bet pārējie spēles dalībnieki pārtop prātīgos, norūpējušos Vecākos, kuri cenšas pielietot savu gudrību viņas labā.

Šo sarunu ilustrē 8. shēma. Spēle var turpināties tāpēc, ka abos līmeņos transakcijas ir papildinošas: sociālajā līmenī stimul un reakcija nāk no Pieaugušajiem, bet psiholoģiskajā līmenī stimul ir vērsts virzienā Vecāki-Bērns ("Kāpēc jūs ne...?"), kas izraisa reakciju virzienā Bērns-Vecāki ("Jā, bet..."). Psiholoģisko līmeni parasti neapzinās abas puses, bet pārslēgšanos no viena Es stāvokļa uz citu (misis Vaitai no Pieaugušā uz "nespējīgu" Bērnu, bet pārējiem no Pieaugušā uz "prātīgiem" Vecākiem) modrs vērotājs noteiks pēc izmaiņām pozās, muskuļu tonusā, balsī un vārdu izvēlē.

Lai atsegtu spēles slēptos motīvus, ir nepieciešama minētās situācijas analīze.

Psihoterapeits: "Vai jūs dzirdējāt kādu priekšlikumu, ko pati vēl nebijāt iedomājusies?"

Misis Vaita: "Nē, patiesībā es jau biju izmēģinājusi visu, ko

viņi man ieteica. Es nopirku vīram dažus instrumentus, un viņš apmeklēja galdnieku kursus."

Šajā brīdī misis Vaita atklāj divus iemeslus, kāpēc viņas iebildumi sarunas dalībniekiem ir nenopietni. Pirmkārt, vairumā gadījumu misis Vaita ir tikpat saprātīga kā pārējie grupas locekļi, un būtu visai maz ticams, ka kāds no viņiem piedāvātu neparastu risinājumu. Ja kāds patiesi izteiktu oriģinālu piedāvājumu, tad misis Vaita to pieņemtu ar pateicību, ja vien spēlētu godīgi. Viņas "nespējīgais" Bērs atkāptos, ja vien kāds no sarunas dalībnieku piedāvātajiem risinājumiem būtu pietiekami asprātīgs, lai stimulētu viņas Pieaugušo. Tomēr parastie KJNJB spēlētāji, piemēram, jau pieminētā misis Vaita, reti spēlē godīgi. Otrkārt, pārāk liela gatavība likt lietā piedāvātos risinājumus rada aizdomas, vai aiz KJNJB neslēpjas spēle "Muļķīte".

Šis piemērs ir īpaši dramatisks, jo skaidri ilustrē otro apgalvojumu. Pat tad, ja misis Vaita ir patiesi centusies izmēģināt dažus no piedāvātajiem risinājumiem, viņa tik un tā tiem iebildīs. Spēles mērķis ir nevis saņemt ieteikumus, bet gan tos noraidīt.

Noteiktos apstākļos šo spēli var spēlēt gandrīz jebkurš cilvēks, jo tā labi palīdz strukturēt laiku. Taču rūpīgi spēles cienītāju rīcības novērojumi atklāj dažas interesantas nianšes. Pirmkārt, spēlētāji vienlīdz viegli iejūtas jebkurā no lomām. Lomu maiņa ir jebkuras spēles raksturīga pazīme. Ikdienā spēlētāji var dot priekšroku tai vai citai lomai, bet vienlaikus spēj mainīties lomām un nepieciešamības gadījumā uzņemties jebkuru no tām. (Atcerēsimies, piemēram, pārslēgšanos no Dzērāja uz Glābēju spēlē "Alkoholiķis".)

Otrkārt, klīniskā prakse ir pierādījusi, ka cilvēki, kuriem patīk KJNJB, pieder pie to pacientu grupas, kuri galu galā pieprasa, lai viņiem piemēro hipnozi vai sava veida hipnotisku injekciju, kas paātrina ārstēšanas procesu. Spēles laikā viņu mērķis ir nodemonstrēt, ka nevienam nav pa spēkam piedāvāt viņiem pieņemamu risinājumu, proti, ka viņi nekad

nepadosies. Savukārt attiecībā ar ārstu viņi pieprasa piemērot procedūru, kas viņus nostāda pilnīgas pakļautības stāvoklī. Tādējādi ir acīmredzams, ka KJNJB reprezentē sociālu risinājumu konfliktam, kas saistīts ar pakļaušanos.

Cita, vēl specifiskāka spēles iezīme ir tā, ka to iecienījuši cilvēki, kuri baidās nosarkt. To raksturo, piemēram, šāda saruna starp ārstu un pacientu:

Psihoterapeits: "Kāpēc jūs spēlējat "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ...", ja labi zināt, ka jums no tās nav nekāda labuma?"

Misis Vaita: "Ja es ar kādu cilvēku sarunājos, man visu laiku jādomā, ko atkal piebilst. Ja es neko nevaru izdomāt, tad nosarkstu. Izņemot, ja ir tumšs. Es nevaru paciest klusumu. Es to zinu, un mans vīrs to zina. Viņš man to vienmēr ir teicis."

Psihoterapeits: "Jūs gribat teikt, ka gadījumā, ja jūsu Pieaugušais nav aizņemts, jūsu Bērns izmanto iespēju gūt virsroku un jūs apmulsināt?"

Misis Vaita: "Tieši tā. Tāpēc, ja es varu dot kādam ieteikumus vai panākt, lai viņš dod ieteikumus man, es jūtos labi un droši. Ja es spēju kontrolēt savu Pieaugušo, tad varu novērst apmulsuma iestāšanos."

Šajā brīdī misis Vaita skaidri norāda, ka viņu biedē nestrukturēts laiks. Viņas Bērns neatklāsies tikmēr, kamēr Pieaugušais būs aizņemts sociālā situācijā, un spēle piedāvā piemērotu veidu, kā nodarbināt Pieaugušo. Taču, lai uzturētu misis Vaitas interesi, spēlei ir jābūt arī pietiekami motivētai. Viņas izvēli spēlēt KJNJB nosaka ekonomijas princips: viņas Bērns, kas atrodas konfliktā saistībā ar fizisko pasivitāti, šajā spēlē gūst maksimālu daudzumu iekšējo un ārējo ieguvumu. Misis Vaita var vienlīdz aizrautīgi spēlēt gan viltīgu Bērnu, kurš neļauj gūt pār sevi virsroku, gan prātīgu Vecākus, kuri veltīgi cenšas ietekmēt partnera Bērnu. Spēles moto skan šādi: "Nekrīti panikā, Vecāki nekad neuzvarēs."

Tādējādi var secināt, ka, kaut arī misis Vaita priecājas par

katru gājienu, kas ļauj viņai noraidīt kādu ieteikumu, tomēr patiesais spēles ieguvums ir klusums vai maskēts klusums, kas iestājas pēc tam, kad pārējie dalībnieki ir beiguši lauzīt galvas un piekusuši problēmas risinājumu meklējumos. Klusuma brīdis ievēsta misis Vaitas uzvaru un apliecina, ka nespējīgi ir viņi, pārējie. Ja klusumu nemēģina maskēt, tas var ilgt vairākas minūtes. Iepriekš minētajā gadījumā misis Grīna aptumšoja misis Vaitas triumfa brīdi, jo dedzīgi vēlējās uzsākt jaunu, pati savu spēli; tieši tāpēc viņa nepiedalījās misis Vaitas spēlē. Turpmāk sarunas gaitā misis Vaita demonstratīvi dusmosies uz misis Grīnu par to, ka tā saīsinājusi viņas triumfa mirkli.

Cita šīs spēles īpatnība ir tā, ka iekšējās un ārējās spēles norisinās pilnīgi vienādi, tikai mainītām lomām. Ārējā formā, kas novērota klīniskajā praksē, misis Vaitas Bērns ir nespējīgs palīdzības meklētājs spēlē ar daudziem dalībniekiem. Iekšējā formā, kas ir daudz intīmāka spēle diviem dalībniekiem un visbiežāk norisinās mājas apstākļos starp laulātajiem draugiem, misis Vaitas Vecāki uzstājas kā labi, prātīgi padomdevēji. Šāda lomu maiņa parasti nenotiek uzreiz, jo saderināšanās laikā misis Vaita mēdza spēlēt bezpalīdzīgu Bērnu, un tikai medusmēneša beigās sāka atklāties viņas Vecāki, kuriem patīk izriktot. Kāzu laikam tuvojoties, var gadīties, ka viņa sevi nodod, taču līgavainis to nepamana, jo dedzīgi vēlas apprecēt savu rūpīgi izvēlēto līgavu. Ja viņš tomēr to pamana, tad saderināšanās "pamatotu iemeslu" dēļ var tikt atsaukta, un misis Vaita noskumusi, taču ne gudrāka, atsāk piemērota laulātā drauga meklējumus.

Antitēze. Ir acīmredzams, ka tie cilvēki, kuri atbild uz misis Vaitas pirmo gājienu jeb "problēmas" uzstādījumu, spēlē kādu "Es tikai cenšos jums palīdzēt" (ETCJP) variantu. Patiesībā KJNJB ir ETCJP apvērsta forma. Spēlē ETCJP darbojas ārsts un daudzi pacienti, bet KJNJB – viens pacients un daudzi "ārsti". Tādējādi KJNJB klīniskā antitēze ir izvairīšanās no spēles ETCJP. Ja ievada gājiens skan apmēram šādi: "Ko jūs darāt, lai...?" (KJDL), ieteicamā atbilde būtu šāda: "Tā ir sarežģīta

problēma. Ko jūs darāt, lai to risinātu?" Ja ievada gājiens ir aptuveni šāds: "X visu dara nepareizi", tad atbildei vajadzētu būt: "Tas ir ļoti slikti." Abas atbildes ir pietiekami pieklājīgas, lai misis Vaitu atstātu zaudētājos vai vismaz izraisītu krustenisko transakciju, kas atsegtu un pēcāk ļautu analizēt viņas frustrāciju. Psihoterapijas grupās tā ir laba prakse attiecībā uz šo spēli iecienījušiem pacientiem, lai atturētu viņus pieņemt uzaicinājumu spēlēt ETCTP. Tad ne tikai misis Vaita, bet arī citi grupas locekļi var mācīties no anti-KJNJB, kas ir tikai anti-ETCJP apvērsta forma.

Sociālā situācijā, ja spēle norit draudzīgi un nekaitīgi, nav iemesla, lai tajā nepiedalītos. Ja tas ir mēģinājums izmantot profesionālas zināšanas, varētu būt nepieciešams antitēzes gājiens, bet jāņem vērā, ka tas izraisa aizvainojumu, jo tiek atsegtis misis Vaitas Bērns. Vispieklājīgāk būtu izvairīties no atbildes uz ievada gājienu un pameklēt kādu iedvesmojošāku spēli, piemēram, pirmā līmeņa "Dinamo".

Radniecīgās spēles. "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ..." ir jāprot atšķirt no tās pretstata "Kāpēc jūs ne ...? – Nē, bet ..." (KJNNB), kurā uzvaru gūst Vecāki, bet Bērns ir spiests aizstāvēties un beigās samulsis atkāpjas, kaut gan arī šajā gadījumā formāla analīze var parādīt šķietami racionālu sarunu līmenī Pieaugušais-Pieaugušais. KJNNB ir cieši saistīta ar spēli "Turklāt".

KJNJB apvērsta forma pirmajā brīdī atgādina spēli "Zemnieks", kurā Vaita izaicina psihoterapeitu dot viņam padomus, kurus viņš nevis noraida, bet gan nekavējoties pieņem. Tikai pēc tam, kad psihoterapeits ir dziļi iestudizis spēlē, viņš aptver, ka Vaita ar viņu manipulē. Tas, kas izskatījās pēc "Zemnieka", noslēdzas kā intelektuālā tipa "Dinamo". Klasiskais paņēmieni šajā situācijā ir pārslēgties no pozitīvā uz negatīvo pārnēsumu ortodoksālās psihoanalīzes kursā.

KJNJB var spēlēt arī kā spēles "Izdari man kaut ko" nopietno otrā līmeņa variantu. Piemēram, paciente atsakās veikt mājas darbus, un katru vakaru, kad vīrs atgriežas no darba, viņi uzsāk KJNJB. Lai ko vīrs teiktu, sieva ignē atsakās

mainīt savu uzvedību. Dažkārt īgnums var būt slimības pazīme un prasa rūpīgu psihiatrisku novērtējumu. Tomēr šajā gadījumā ir jāņem vērā arī spēles aspekts, jo rodas jautājums par vīra lomu – kāpēc viņš izvēlējās šādu sievu un kāds ir viņa ieguldījums situācijas uzturēšanā.

ANALĪZE

Tēze. Redzēsim, vai jūs spēsiet piedāvāt risinājumu, kas man šķitis nevainojams.

Mērķis. Pašpārliecības gūšana.

Lomas. Bezpalīdzīgs cilvēks, Padomdevēji.

Dinamika. Pakļaušanās konflikts (orāls).

Piemēri. 1. "Jā, bet es nevaru izpildīt mājas darbus, jo ..." 2. Bezpalīdzīga sieva.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais: "Ko jūs darāt, ja ...?"

Pieaugušais: "Kāpēc jūs ne ...?"

Pieaugušais: "Jā, bet ..."

Psiholoģiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Vecāki: "Es varu tevi piespiest izrādīt pateicību par manu palīdzību."

Bērns: "Nu, pamēģini."

Gājieni. 1. Problēma – risinājums. 2. Iebildums – risinājums. 3. Iebildums – apmulsums.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – pārliecības gūšana. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no pakļautības. 3. Iekšēji sociālais – KJNJB, Vecāku loma. 4. Ārēji sociālais – KJNJB, Bērna loma. 5. Bioloģiskais – racionāla diskusija. 6. Eksistenciālais – Visi grib man uzkundzēties.

ATSAUCES

¹ von Chamisso, Adelbert. *Peter Schlemihl*. David McKay & Company, Philadelphia, 1929.

² Pols de Koks bija viens no 19. gs. populārākajiem libretistiem un romānistiem, kura darbā "Lādzīgais zēns" stāstīts par kādu visai vieglprātīgu cilvēku.

Seksuālās spēles

Dažas spēles cilvēki spēlē, lai ļautu vaļu savām seksuālajām tieksmēm vai apspiestu tās. Tādējādi šīs spēles ir seksuālo instinktu pervesijas izpausmes – spēlētājiem apmierinājumu sniedz nevis pats seksuālais akts, bet kritiskās transakcijas, kas ļauj iegūt laimestu spēlē. To ne vienmēr var uzskatāmi pierādīt, jo šādas spēles parasti norisinās intīmos apstākļos. Kliniskā informācija par tām tiek iegūta lielākoties pastarpinātā ceļā, un ne vienmēr ir iespējams pietiekami novērtēt informācijas devēja aizspriedumus. Piemēram, visai apšaubāma ir psihiatriskā koncepcija par homoseksualitāti, jo agresīvākie un veiksmīgākie "spēlētāji" ne pārāk bieži izvēlas psihiatrisku ārstēšanu, un klīniskā materiāla avots ir galvenokārt pasīvie partneri.

Šajā nodaļā mēs apskatīsim piecas spēles: "Nu, sakaujieties!", "Perversija", "Dinamo", "Zeķe" un "Skandāls". Vairumā gadījumu aģents ir sieviete. Seksuālo spēļu nopietnās formas, kurās aģents ir vīrietis, robežojas ar kriminālām darbībām vai pat reprezentē šādas darbības un tāpēc iederas citā, proti, kriminālo spēļu grupā. Tomēr seksuālās spēles un laulāto spēles bieži savstarpēji pārklājas, un šajā nodaļā aprakstītās spēles vienlīdz var spēlēt gan precēti, gan neprecēti pāri.

1. NU, SAKAUJIETIES!

Tēze. "Nu, sakaujieties!" var būt manevrs, rituāls vai spēle. Jebkurā gadījumā NS pamatā ir sievietes psiholoģija. NS raksturīga iezīme ir dramatisms, tāpēc pasaules literatūrā rodami daudzi piemēri – gan labi, gan slikti.

1. Romantisks manevrs. Sieviete izdara manevru jeb izaicina divus vīriešus uz cīņiņu, ļaujot nojaust, ka viņa

piederēs uzvarētājam. Kad cīņa beigusies, viņa izpilda savu solījumu. Tā ir godīga transakcija, un var pieņemt, ka sieviete un viņas izredzētais dzīvos ilgi un laimīgi.

2. Rituāls, kas var beigties tragiski. Saskaņā ar paradumu divi vīrieši var cīnīties par sievieti arī tad, ja viņa to nevēlas, vai pat tad, ja viņa jau ir izdarījusi izvēli. Gadījumā, ja uzvar neīstais vīrietis, sievietei ir jāpieder uzvarētājam. Šajā reizē NS ierosina nevis sieviete, bet gan apkārtējā sabiedrība. Ja sieviete to atbalsta, tad transakcija ir godīga. Ja viņa to nevēlas vai jūtas vilusies, tad viņai paveras plašas iespējas spēlēt spēles, piemēram, "Nemsim un piekrāpsim Džo".

3. Komiska spēle. Sieviete pamudina divus vīriešus uz sacensību, bet, kamēr viņi cīnās, aizbēg ar trešo. Sievietes un viņas izredzētā iekšējie un ārējie psiholoģiskie ieguvumi izriet no pozīcijas, ka godīga sacensība ir domāta tikai muļķiem. Komiskais notikums abu mīlētāju dzīvē rada pamatu iekšējiem un ārējiem sociāliem ieguvumiem.

2. PERVERSIJA

Tēze. Heteroseksuālas perversijas, piemēram, fetišisms, sadisms un mazohisms ir simptomātiskas apmulsušam Bērnā un ir attiecīgi ārstējamas. Spēju analīzes ietvaros var aplūkot šo perversiju transakcionālos aspektus, kas atklājas reālās seksuālās situācijās. Tos var pakļaut sociālai kontrolei, tādējādi, pat ja perversie seksuālie impulsi paliek nemainīgi, tie tiek neutralizēti un līdz ar to zaudē iedarbības spēku.

Cilvēki, kuri cieš no vieglām sadistiskām vai mazohistiskām perversijām, tiecas ieņemt primitīvu pozīciju, kas šķietami apliecina viņu garīgo veselību. Viņi jūt sevi spēcīgas seksuālas tieksmes un nojauš, ka ilgstoša atturība var izraisīt nopietnas sekas. Nevienam no šiem secinājumiem nav obligāti jābūt patiesam, taču tie veido pamatu spēlei "Invalids" ar aizbildinājumu: "Ko jūs varat gaidīt no cilvēka, kam ir tik spēcīgas seksuālas tieksmes kā man?"

Antitēze. Tās būtība ir attiecināt uz sevi un savu partneri

parastās pieklājības normas, proti, atturēties no verbālas vai fiziskas šausmīšanas un aprobežoties ar vispārpieņemtām seksuālās tuvības formām. Ja Vaitam patiesi ir raksturīgas perversas tieksmes, tās atsegs spēles otrais elements, kas bieži skaidri izpaužas viņa sapņos: Vaitu maz interesē pats seksuālais akts, jo īsto apmierinājumu viņam sniedz priekšspēles laikā gūtā pazemojuma izjūta. Tas ir kaut kas tāds, par ko viņš nav varējis atzīties pat sev. Bet tagad viņam kļūst skaidrs, ka viņa sūdzība skan šādi: "Pēc visām šīm pūlēm man vēl ir jāpacieš milēšanās!" Šis ir labvēlīgs brīdis, lai uzsāktu specifisku psihoterapijas kursu, kas ļaus atcelt daudzas pašattaisnošanās un izvairības izpausmes. Iepriekš teiktais attiecas uz klīniskajā praksē parastiem "seksuāliem psihopātiem", nevis uz ļaundabīgas šizofrēnijas vai noziedzīgas perversijas gadījumiem. Tas neattiecas arī uz cilvēkiem, kuru seksuālā aktivitāte aprobežojas ar fantāzijām.

Dažās zemēs spēle "Homoseksuālisms" ir iestrādāta subkultūrā, bet citās ir tikusi ritualizēta. Daudzi homoseksuālista izraisīti seksuālās nespējas gadījumi ir attīstījušies tieši tāpēc, ka tikuši pārvērsti par spēli. Izaicinoša uzvedība, kas paver ceļu tādām spēlēm kā "Policisti un zagļi", "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mums?", "Vainīga ir sabiedrība, kurā mēs dzīvojam", "Visi izcilie vīri bija homoseksuālisti" u.c., bieži ir pakļaujama sociālai kontrolei, kas līdz minimumam samazina tās priekšrocības. "Profesionāls homoseksuālists" patērē milzum daudz laika un enerģijas, ko varētu izmantot citiem mērķiem. Viņa iecienīto spēļu analīze var palīdzēt viņam uzsākt mierīgu dzīvi, kas ļaus brīvi baudīt visus pilsoniskās sabiedrības labumus, nevis visu mūžu nodoties kāda pašizgudrota spēles "Vai nav šausmīgi?" varianta spēlēšanai.

3. DINAMO

Tēze. Šī spēle parasti norisinās starp vīrieti un sievieti. Tās pieklājīgākie apzīmējumi, vismaz attiecībā uz vieglākajām formām, varētu būt "Noskūpstī un tinies prom" vai

"Sašutums". Šai spēlei raksturīgi dažādi intensitātes līmeņi.

1. Pirmā līmeņa "Dinamo" jeb "Noskūpsti un tinies prom" ir izplatīta spēle sabiedriskos pasākumos, un tās pamatā ir viegls flirts. Mis Vaita ļauj vīrietim nojaust, ka ir pieejama, un gūst prieku, vērojot viņa tuvošanās mēģinājumus. Tiklīdz vīrietis ir apliecinājis savu interesi, spēle ir beigusies. Ja sieviete ir pieklājīga, tad var diezgan atklāti pateikt: "Es augstu vērtēju jūsu izteiktos komplimentus, un esmu jums ļoti pateicīga", un pēc tam doties jauna upura meklējumos. Ja viņa nav tik augstsirdīga, tad vienkārši pamet vīrieti vienu. Veikla spēlētāja plaša sabiedriskā pasākuma laikā var ilgstoši turpināt spēli, bieži mainot savu atrašanās vietu, savukārt vīrietim ir jāveic sarežģīti manevri, lai, sievieti izsekojot, lieki nepievērstu apkārtējo cilvēku uzmanību.

2. Otrā līmeņa spēlē "Dinamo" jeb "Sašutums" mis Vaita no Bleka tuvošanās mēģinājumiem gūst tikai otršķirīgu baudījumu. Galveno iepriecinājumu viņai sniedz Bleka noraidīšana, tāpēc ikdienā šī spēle ir pazīstama ar nosaukumu "Liecies mierā, bezkauņa tāds!". Mis Vaita panāk, ka Bleks uzņemas daudz nopietnākas saistības nekā vieglais flirts pirmā līmeņa spēlē, un gūst baudu, vērojot vīrieša apmulsumu pēc atraidīšanas. Bleks, protams, nav nemaz tik bezpalīdzīgs, kā varētu likties, un ir daudz pūlējies, lai iesaistītos spēlē. Parasti viņš spēlē kādu "Sitiet mani!" variantu.

3. Trešā līmeņa "Dinamo" ir ļaunprātīga spēle, kas beidzas ar slepkavību, pašnāvību vai tiesas procesu. Mis Vaita pavedina Bleku uz kompromitējošiem fiziskiem sakariem un pēc tam skaļi paziņo, ka Bleks ir viņu izvarojis vai nodarījis kādu nelabojamu ļaunumu. Spēles visciniskākajā formā mis Vaita var pat atļaut Blekam pabeigt seksuālo aktu un pirms viņa apsūdzēšanas pati gūt seksuālu apmierinājumu. Apsūdzība var sekot nekavējoties, piemēram, kā nepamatots kļiedziens par izvarošanu, vai pēc ilga laika, piemēram, kā pašnāvība vai slepkavība pēc ilgstošiem mīlas sakariem. Ja sieviete izvēlas spēlēt izvarošanu, tad viņai nav grūti atrast

sabiedrotos ar savtīgām vai patoloģiskām interesēm, piemēram, presi, policiju, advokātus un radniekus. Tomēr dažkārt šie malā stāvētāji var ciniski vērsties pret pašu sievieti, kā rezultātā viņa zaudē iniciatīvu un kļūst par ieroci viņu spēlē.

Dažkārt malā stāvētāji pilda citu funkciju. Viņi piespiež mis Vaitu iesaistīties spēlē "Dinamo" pret viņas gribu, jo viņiem ir padomā spēle "Nu, sakaujieties!" Viņi nostāda mis Vaitu tāda stāvoklī, ka, lai glābtu savu dzīvību vai reputāciju, viņa ir spiesta saukt, ka viņu izvaro. Īpaši bieži tas mēdz atgadīties ar nepilngadīgām meitenēm, kuru mīlas sakari ir nonākuši atklātībā. Viņas tos labprāt turpinātu, taču ārēja spiediena rezultātā pārvērš tos par trešā līmeņa spēli "Dinamo".

Kādā visiem labi pazīstamā situācijā piesardzīgais Jāzeps neļāva sevi ievilināt spēlē "Dinamo", bet Potifara sieva izdara klasisku pārslēgšanos uz spēli "Nu, sakaujieties!". Šis piemērs lieliski parāda, kā nopietns spēlētājs reaģē uz antitēzi, un vienlaikus brīdina par briesmām, kas draud cilvēkam, kurš atsakās spēlēt spēles. Abu minēto spēļu savienojums veido labi pazīstamo spēli "Šantāža", kurā sieviete pavedina Bleku un pēc tam kliez, ka viņu izvaro. Šajā brīdī uzbrukumā dodas viņas vīrs, kurš apsūdz Bleku, lai izspiestu no viņa naudu.

Viena no visnelabvēlīgākajām un asākajām trešā līmeņa "Dinamo" formām samērā bieži norisinās starp homoseksuāliem svešiniekiem, kuri aptuveni stundas laikā spēj to novest līdz slepkavībai. Šīs spēles ciniskākās un noziedzīgākās variācijas bieži apraksta dzeltenās preses slejās.

"Dinamo" prototips bērnībā ir tāds pats kā "Frigidajai sievietei", kurā maza meitene pamudina mazu zēnu nonākt pazemojošā situācijā vai notraipīties un pēc tam par viņu pavīpsnā. Šādas klasiskas situācijas ir aprakstītas Moema romānā "Cilvēcisko kaislību jūgā" un jau minētajā Dikensa romānā "Lielās cerības". Tās ir otrā līmeņa spēles. Nopietnāku variantu, kas tuvojas trešajam spēles līmenim, var spēlēt deklasētu ģimeņu atvases.

Antitēze. Cilvēka prasmi izvairīties no iesaistīšanās spēlē

vai saglabāt kontroli pār to nosaka viņa spēja atšķirt neviltotas jūtas no gājieniem spēlē. Ja viņš spēj kontrolēt situāciju, tad var gūt lielu prieku no vieglā flirta spēlē "Noskūpstī un tinies prom". No otras puses, ir grūti iedomāties citu pilnīgi drošu antitēzi pret Potifara sievas manevru, kā vien steidzamu bēgšanu nezināmā virzienā. 1938. gadā šo rindu autors Halebā satika kādu jau pavecu Jāzepu, kurš pirms trīsdesmit diviem gadiem steigā bija pametis viesnīcu Konstantinopolē pēc tam, kad darījumu vizītes laikā Jildizas harēmā viņu iedzina stūrī viena no sultāna sievām. Viņš bija atstājis savu veikalu, vien paspējot paņemt līdzī slepeni iekrātos zelta frankus, un nekad vairs neatgriezās.

Radniecīgās spēles. Tās "Dinamo" versijas, kurās vadošais spēlētājs ir vīrietis, ir bēdīgi slavenas saistībā ar tirgošanos: piemēram, "Režisors" (aktrise pārguļ ar režisoru un tomēr nesaņem kāroto lomu) un "Augšup caur gultu" (sieviete pārguļ ar šefu, kurš viņu pēcāk atlaiž no darba).

ANALĪZE

Piedāvātā analīze attiecas uz trešā līmeņa "Dinamo", jo šajā gadījumā spēles elementi ir daudz dramatiskāki.

Mērķis. Ļaunprātīga atriebība.

Lomas. Pavedēja, Vilks.

Dinamika (trešā līmeņa spēlē). Peņa skaudība, orāla vardarbība. Spēlei "Noskūpstī un tinies prom" ir raksturīgi falliski, bet spēlei "Sašutums" – spēcīgi anāli elementi.

Piemēri. 1. Es tevi nosūdzēšu, mazais, netīrais puika. 2. Pieviltā sieviete.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais (vīrietis): "Piedodiet, ka gāju tālāk, nekā jūs vēlējāties."

Pieaugušais (sieviete): "Jūs mani piespiedāt ar varu, un jums par to nāksies samaksāt."

Psihologiskā paradigma. Bērns-Bērns.

Bērns (vīrietis): "Redzi, cik es esmu neatvairāms."

Bērns (sieviete): "Iekriti gan, kuces dēls tāds."

Gājieni. 1. Sieviete: pavedināšana; vīrietis: arī pavedināšana. 2. Sieviete: pakļaušanās; vīrietis: uzvara. 3. Sieviete: uzbrukums; vīrietis: zaudējums.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – naida izrādīšana un vainas projekcija. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no emocionālas seksuālas tuvības. 3. Iekšēji sociālais – "Iekriti gan, kuces dēls tāds." 4. Ārēji sociālais – "Vai nav šausmīgi?", "Tiesas zāle", "Nu, sakaujieties!" 5. Bioloģiskais – seksuālas un agresīvas transakcijas. 6. Eksistenciālais – "Esmu nevainīgs".

4. ZEĶE

Tēze. Šī spēle pieder pie "Dinamo" tipa spēļu grupas, un tās raksturīgākā iezīme ir ekshibicionisms, kas ir histērisks pēc savas būtības. Piemēram, sieviete, kas nonākusi nepazīstamu ļaužu sabiedrībā, pēc īsa brīža izaicinoši pārļiek kāju pār celi un piezīmē: "Ak vai, mana zeķe ir sapļūsusi." To viņa dara ar aprēķinu pievērst sev vīriešu seksuālu uzmanību un izraisīt dusmas citās sievietēs. Ja kāds no klātesošajiem iebilst pret šādu rīcību, mis Vaita izliekas pilnīgi nevainīga vai izvirza līdzīgu apsūdzību. Tiktāl spēle atgādina "Dinamo" klasisko variantu. Svarīga pazīme ir mis Vaitas nespēja pielāgoties situācijai. Viņa nespēj pacietīgi gaidīt, lai noskaidrotu, kādu ļaužu vidū ir nonākusi, vai, lai izvēlētos savam manevram piemērotu brīdi. Tādējādi viņas gājiens ir situācijai pilnīgi nepiemērots un negatīvi iespaido viņas attiecības ar klātesošajiem. Par spīti šķietamai "izsmalcinātībai" mis Vaita nespēj aptvert, kas notiek viņas dzīvē, jo viņas spriedumi par cilvēkiem ir pārāk ciniski. Viņas mērķis ir pierādīt, ka citiem prātā ir tikai baudkāre, tādējādi viņas Pieaugušais nonāk pretrunā ar Bērnu un Vecākiem (parasti baudkāru māti), ignorējot gan pašas izaicinošo uzvedību, gan daudzo viņas satikto cilvēku veselo saprātu. Tāpēc spēle kļūst pašiznīcinoša.

Šis ir spēles potenciālais falliskais variants, kura saturu nosaka tā pamatā esošie garīgie traucējumi. "Orālo" variantu

mēdz spēlēt, piemēram, sievietes ar dziļāku patoloģiju un lielām krūtīm. Šādas sievietes bieži sēž, aizlikušas rokas aiz galvas, lai krūtis izvirzītos uz priekšu. Viņas var pievērst vēl papildus uzmanību savām krūtīm, izsakot piezīmes par to apmēriem vai kādu patoloģiju, piemēram, sacietējumu, kura likvidēšanai nepieciešama operācija. Dažas ķermeņa pozas raksturo spēles anālo variantu. Spēles būtība ir tā, ka sieviete uzskatāmi demonstrē savu seksuālo pieejamību. Spēle var norisināties arī simboliskā formā, piemēram, sievietes, kas zaudējušas vīru, ar spēles palīdzību liekulīgi "izrāda" savu atraitnību.

Antitēze. Šīm sievietēm līdzās sliktām adaptācijas spējām raksturīga arī neiecietība pret jebkuru antitēzi. Ja, piemēram, šāda sieviete iesaistās psihoterapijas grupas nodarbībā, bet labi sagatavotie grupas locekļi viņas spēli ignorē vai tai pretojas, viņa var pamest grupu uz neatgriešanos. Antitēze šajā spēlē ir rūpīgi jānošķir no represijām, jo tās apliecina mis Vaitas uzvaru. Spēlē "Zeķe" antitēzes gājienus daudz prasmīgāk izvēlas sievietes nevis vīrieši, kas patiesībā nav motivēti spēli pārtraukt. Tādējādi antitēzi vislabāk ir atstāt klātesošo sieviešu ziņā.

5. SKANDĀLS

Tēze. Klasiskajā variantā spēle norisinās starp autoritāru tēvu un meitu pusaudzes vecumā, turklāt māte ģimenē parasti ir seksuāli vēsa. Tēvs pārnāk mājās no darba un izsaka meitai aizskarošas piezīmes. Meita rupji atbild tēvam. Pirmo gājienu var izdarīt arī meita, kas bezkaunīgi uzvedas, un tādējādi izpelnās tēva piezīmi. Balsis kļūst arvien skaļākas, un konflikts arvien saasinās. Spēles iznākums ir atkarīgs no tā, kura pusē ir iniciatīva. Pastāv trīs iespējamie varianti: a) tēvs ieiet savā guļamistabā un aizcērt durvis, b) meita ieiet savā guļamistabā un aizcērt durvis c) abi ieiet katrs savā guļamistabā un aizcērt durvis. Jebkurā gadījumā "Skandāla" noslēguma fāzi raksturo durvju aizciršanās. "Skandāls" piedāvā mokošu, bet efektīvu

risinājumu seksuālām problēmām, kas dažās ģimenēs rodas attiecībās starp tēvu un pusaudzi meitu. Bieži viņi spēj dzīvot vienā mājā tikai ar nosacījumu, ka pastāvīgi dusmojas viens uz otru, bet aizcirstās durvis abiem simbolizē faktu, ka viņi guļ atsevišķās istabās.

Deklasētās ģimenēs spēle var risināties visai draudīgā un atbaidošā formā. Tēvs uzglūn meitai, kura atgriežas mājās no satikšanās ar puisi. Viņš rūpīgi pārbauda meitas drēbes un viņu pašu, lai pārliecinātos, ka viņai nav bijušas seksuālas attiecības. Vismazākās aizdomas var izraisīt visšausmīgāko strīdu, kas var beigties pat ar to, ka tēvs nakts vidū padzen meitu no mājām. Agri vai vēlu, bet daba prasa savu – ja ne tajā naktī, tad nākamajā vai aiznākamajā. Tēva aizdomas "apstiprinās", un viņš žēlojas mātei, kas līdz tam tikai "bezpaldzīgi" visā noraudzījiesies.

Vispār "Skandālu" var spēlēt jebkuri divi cilvēki, kas cenšas izvairīties no seksuālas tuvības. Tā, piemēram, ir raksturīga "Frigidās sievietes" noslēguma fāze. Samērā reti to var novērot pusaugu zēnu un viņu sieviešu kārtas radnieču attiecībās, jo zēniem ir vairāk iespēju vakaros pamest māju nekā pārējiem ģimenes locekļiem. Agrīnā vecumā brāļi un māsas parasti "kaujas", kas viņiem ļauj uzstādīt efektīvas barjeras un gūt daļēju apmierinājumu. Šim uzvedības modelim dažādos vecumos ir atšķirīgas motivācijas. Amerikā šo pusrituālo "Skandāla" formu ir sankcionējusi gan televīzija, gan autoritatīvi pedagogi un pediatri. Anglijas augstākajā sabiedrībā to uzskata par neaudzinātības pazīmi, tāpēc šo aprindu pārstāvji uzkrāto enerģiju liek lietā spēļu laukumos, kur vērojamas pareizi noregulētas "Skandāla" formas.

Antitēze. Tēvam šī spēle nav nemaz tik nepatīkama, kā viņš pats varbūt vēlētos domāt, un parasti antitēzes gājienu izdara meita, stājoties priekšlaicīgā vai uzspiestā laulībā. Ja tas ir psiholoģiski iespējams, tad antitēzes gājienu var izdarīt māte, atsakoties no savas relatīvās vai absolūtās frigiditātes. Spēle var rimties arī tad, ja tēvs atrod citu seksuālas intereses objektu

ārpus mājas, taču tas var radīt cita veida sarežģījumus. Gadījumā ar precētiem pāriem antitēze ir tāda pati kā "Frigidajā sievietē" vai "Frigidajā vīrietī".

Piemērotos apstākļos "Skandāls", protams, noved pie "Tiesas zāles".

Kriminālās pasaules spēles

Gan tiesu sistēmā, gan noziedznieku uzraudzības un labošanas iestādēs arvien aktīvāk darbojas tā dēvētie "palīdzības dienesti". Vienlaikus ir vērojama kriminologu un izpildvaras ierēdņu izglītības līmeņa paaugstināšanās. Tāpēc šiem cilvēkiem būtu derīgi iepazīt kriminālajā pasaulē – gan cietumā, gan ārpus tā sienām – visvairāk izplatītās spēles: "Policisti un zagļi", "Kā izkļūt no cietuma?" un "Ņemsim un piekrāpsim Džo".

1. POLICISTI UN ZAGĻI

Tēze. Tā kā daudzi noziedznieki ienīst policistus, tad bieži viņiem lielu apmierinājumu sagādā ne tikai nolaupītie materiālie labumi, bet arī iespēja pārspēt viltībā policistus. Pastrādātie noziegumi Pieaugušā līmenī ir spēles nolūkā gūt materiālu labumu jeb laupījumu, bet Bērna līmenī noziedzniekus sajūsmīna draudīgā pakalīdzīšanās un prasme no tās izvairīties.

Lai cik tas būtu dīvaini, spēles "Policisti un zagļi" prototips bērnībā ir nevis rotaļa policistos un laupītājos, bet gan paslēpes. Rotaļas būtiskākais elements ir bērna apbēdinājums par to, ka viņš ir atrasts. Jaunāki bērni labprāt paši sevi nodod. Ja tēvs viņus atrod pārāk ātri, tad apbēdinājums iestājas, bet spēle nav sagādājusi daudz jautrības. Taču, ja tēvs ir labs spēlētājs, tad zina, ko darīt: viņš izliekas, ka nevar atrast dēlu, līdz mazais zēns pats viņu uzvedina uz pēdām, piemēram, pasauc tēvu, nomet zemē kādu priekšmetu vai rībina ar kājām. Šādi zēns piespiež tēvu viņu atrast, tomēr izliekas apbēdināts. Šajā reizē viņš ir guvis vairāk prieka, jo tēvs ir paildzinājis spriedzes mirkli. Ja tēvs nevar zēnu atrast un padodas, tad

bērns parasti izjūt vilšanos, nevis prieku par uzvaru. Tā kā viņš ir varējis priecāties par slēpšanos, tad acimredzamais vilšanās iemesls ir fakts, ka tēvs viņu nav atradis. Kad pienāk tēva kārta slēpties, viņš zina, ka drīkst pārspēt dēlu viltībā tikai tik daudz, lai tas sagādātu jautrību, un ir gudrs diezgan, lai pēc atrašanas izliktos apbēdināts. Drīz vien kļūst skaidrs, ka pretinieka atrašana ir nepieciešamais spēles ieguvums.

Tādējādi paslēpes nav vienkārši laika kavēklis, bet gan īsta spēle. Sociālajā līmenī tā ir sacensība atjautībā, kas vislielāko gandarijumu sniedz tad, ja katra spēlētāja Pieaugušais ir licis lietā visas savas spējas. Tomēr psiholoģiskajā līmenī tā ir kā nepārvarama azartspēle, kurā Vaita Pieaugušais ir spiests zaudēt, lai uzvarētu viņa Bērns. Pretinieka neatrašana patiesībā ir antitēze. Lielāku bērnu vidū tas, kurš paslēpjas tā, ka citi viņu nevar atrast, netiek uzskatīts par labu rotaļu biedru, jo ir sabojājis visu spēli. Viņš ir apvaldījis sevi Bērnu un pārvērtis notiekošo par Pieaugušā procedūru. Viņš vairs nespēlē prieka pēc. Šajā ziņā viņš līdzinās kazino īpašniekam vai tiem profesionālajiem noziedzniekiem, kuri patiešām laupa naudas dēļ un nevis sporta pēc.

Šajā aspektā mēs varam izšķirt divus dažādus recidīvistu tipus: tie, kuri noziegumus pastrādā, lai gūtu galvenokārt materiālu labumu, un tie, kuriem pirmajā vietā ir spēle. Liela daļa noziedznieku atrodas pa vidu starp abām galējībām. "Mūžīgais uzvarētājs", lielas naudas ieguvējs, kura Bērns patiesi nevēlas tapt notverts, spriežot pēc ziņojumiem, ir reti sastopama parādība; viņš ir nenotverams, jo savu darbu vienmēr paveic nevainojami. Toties "Mūžīgais zaudētājs", kurš spēlē "Policistus un zagļus" (PUZ), ļoti reti ir finansiāli labi nodrošināts. Gadās arī izņēmumi, taču tad bieži lielāka nozīme ir veiksmei, nevis amata prasmei, turklāt parasti ilgākā laika posmā pat veiksminieki beidz spēli tā, kā to pieprasa viņu Bērns – drīzāk slidot lejup, nevis kāpjot augšup.

PUZ spēlētājs savā ziņā atgādina Alkoholiķi. Viņš var pārslēgties no vienas lomas uz otru – no Policista uz Zagli un

no Zagļa uz Policistu. Dažkārt viņš spēlē Vecāku tipa Policistu dienā un Bērna tipa Zagli pēc tumsas iestāšanās. Daudzos Zagļos mīt Policists, un daudzos Policistos mīt Zaglis. Ja bijušais noziedznieks "labojas", viņš var uzņemties Glābēja lomu, kļūstot par sociālo darbinieku vai iesaistoties kādā žēlsirdības misijā, taču Glābējam PUZ ir daudz mazāka nozīme nekā "Alkoholiķi". Tomēr visbiežāk spēles dalībnieka liktenīgā loma ir tieši Zaglis, un katram Zaglim ir savs *modus operandi**, kā tikt pieķertam. Viņš var atvieglot Policistu darbu un var to arī sarežģīt.

Līdzīgā situācijā ir arī azartspēlmaņi. Sociālajā vai socioloģiskajā aspektā "profesionāls" spēlmanis ir cilvēks, kura galvenās intereses dzīvē ir saistītas ar azartspēlēm. Savukārt psiholoģiskajā aspektā profesionālos azartspēlmaņus var iedalīt divās atšķirīgās grupās. Pie pirmās grupas pieder tie spēlmaņi, kuri pavada laiku spēlējot, proti, izaicinot Likteni. Šajos cilvēkos Pieaugušā alkas uzvarēt var pārspēt tikai Bērna vajadzība spēli zaudēt. Pie otrās grupas pieder spēļu zāļu īpašnieki, kuri pelna iztiku (parasti ļoti labu), nodrošinot iespēju spēlmaņiem spēlēt. Kazino īpašnieki paši nespēlē un cenšas izvairīties no spēlēšanas, kaut gan reizēm zināmos apstākļos aizraujas un izbauda spēles prieku gluži tāpat, kā aukstasinīgs noziedznieks reizēm uzspēlē "Policistus un zagļus".

Tas ļauj saprast, kāpēc socioloģiskie un psiholoģiskie pētījumi par noziedzniekiem kopumā ir bijuši pretrunīgi un neproduktīvi. Šo pētījumu gaitā ir aplūkoti divi dažādi cilvēku tipi, ko nevar adekvāti diferencēt parasto teorētisko un empīrisko struktūru ietvaros. To pašu var attiecināt uz pētījumiem par azartspēlmaņiem. Transakciju un spēļu analīze piedāvā tūlītēju problēmas risinājumu. Tā novērš pretrunas, ar transakciju palīdzību ļaujot noteikt atšķirību starp "spēlētājiem" un "aukstasinīgiem profesionāļiem" ne vien sociālajā, bet arī psiholoģiskajā līmenī.

* *Modus operandi* (latīņu val.) – darbošanās veids. – Red.

Pāriesim no vispārīgās tēzes pie atsevišķiem piemēriem. Daži kramplauži paveic savu darbu bez nevienas liekas kustības. "Policistos un zagļos" kramplauzis atstāj savu vizītkarti, veicot bezjēdzīgus vandalisma aktus, piemēram, nosmērējot dārgas drēbes ar sjaudekļiem un ekskrementiem. Spriežot pēc ziņojumiem, aukstasinīgs banku aplaupītājs veic visus iespējamus piesardzības pasākumus, lai izvairītos no vardarbības, savukārt spēlē PUZ bankas aplaupītājs tikai meklē iegāsti, lai izgāztu savas dusmas. Tāpat kā jebkurai profesionālim, arī aukstasinīgam noziedzniekam patīk, ja darbs ir paveikts tik tīri, cik vien noteiktos apstākļos iespējams. Spēlē PUZ noziedzniekam ir nepārvarama tieksme darba gaitā "nolaist tvaiku". Pastāv uzskats, ka īstens profesionālis nekad nesāk darboties, pirms nav apsvēris visus sīkumus. PUZ spēlētājs grib stāties preti likumam kailām rokām. Aukstasinīgi profesionāļi labi apzinās spēles PUZ pastāvēšanu. Ja gangsteru bandas loceklis pārlieku interesējas par spēli, proti, izrāda gatavību riskēt vai, it īpaši, nepieciešamību tapt noķertam, tad pārējie bandas locekļi liek lietā radikālus līdzekļus, lai novērstu tādas rīcības atkārtošanos. Varbūt tieši tāpēc, ka profesionāļi nespēlē PUZ, viņus reti izdodas pieķert un pakļaut socioloģiskai, psiholoģiskai un psihiatriskai izpētei. Tas pats attiecas uz azartspēlmaņiem. Tādējādi lielākā daļa mūsu rīcībā esošo klīniska rakstura zināšanu par noziedzniekiem un azartspēlmaņiem attiecas uz spēlētājiem nevis profesionāļiem.

Par spēles PUZ izplatību liecina kleptomāni (kuri jāatšķir no profesionāliem veikalu apzadzējiem). Pastāv varbūtība, ka Rietumu pasaulē liels skaits cilvēku ir vismaz fantāzijā spēlējuši PUZ un ka tieši šī iemesla dēļ mūsu zemeslodes pusē cilvēki aizraujas ar avižu lasīšanu. Fantāzija bieži realizējas sapņa formā par "ideālu slepkavību", kas tiek izspēlēta visnopietnākajā formā un kurā noziedznieks pārspēj viltībā policistus.

PUZ variācijas ir "Auditori un zagļi", ko spēlē naudas izšķērdētāji un ko raksturo tie paši spēles noteikumi un ieguvums, "Muitnieki un zagļi", ko spēlē kontrabandisti, un

citas līdzīgas spēles. Īpaši interesants ir "Tiesas zāles" kriminālais variants. Par spīti visiem piesardzības pasākumiem var gadīties, ka profesionālu noziedznieku tomēr izdodas arestēt un tiesāt. Profesionālam noziedzniekam "Tiesas zāle" ir procedūra, kuru viņš veic saskaņā ar savu juridisko padomdevēju sniegtajām instrukcijām. Advokātiem, ja viņi ir "Mūžīgie uzvarētāji", "Tiesas zāle" būtībā ir spēle ar zvērinātajiem. Spēles mērķis ir uzvara nevis zaudējums, turklāt lielākā daļa sabiedrības to uzskata par konstruktīvu spēli.

Antitēze. Tā vairāk iederas kvalificētu kriminologu, nevis psihiatru darbības sfērā. Policija un tiesu aparāts antitēzi nerealizē, bet spēlē savas lomas atbilstoši sabiedrības piedāvātajiem noteikumiem.

Viena lieta būtu jāuzsver īpaši. Pētnieki kriminologi reizēm joko, ka daži noziedznieki uzvedas tā, it kā priecātos par pakaldzīšanos un vēlētos tapt noķerti. Pētnieki lasa grāmatas, kurās paustas līdzīgas idejas, un piekrīt tām aiz cieņas pret autoru. Tomēr kopumā kriminologi nemēdz uzskatīt šādu "akadēmisku" faktoru par izšķirošu savā "nopietnajā" praktiskajā darbā. Pirmkārt, tas ir tāpēc, ka psiholoģisko pētījumu standartmetodes nedod iespēju atsegt šo elementu, proti, pētnieks to nevar apstrādāt ar viņa rīcībā esošajiem līdzekļiem. Tādējādi pētniekam ir vai nu jāatstāj tas neievērots, vai arī jāmaina pašas analīzes metodes. Lidz šim standartmetodes nav līdzējušas atrisināt nevienu kriminoloģijas problēmu. Tāpēc pētniekiem labāk vajadzētu atteikties no vecajām metodēm un palūkoties uz problēmu ar svaigām acīm. Kamēr pētnieki kriminologi uzskatīs PUZ vienkārši par interesantu anomāliju, nevis par lietas būtību, viņi turpinās atrāžot triviālas doktrīnas, nodarbosies ar virspusīgiem un nevajadzīgiem jautājumiem.¹

ANALĪZE

Tēze. Redzēsim, vai jūs varēsiet mani noķert.

Mērķis. Pašapliecināšanās.

Lomas. Laupītājs, Policists (Tiesnesis).

Dinamika. Falliska uzmācība, t.i., 1) paslēpes, izsekošana, 2) noziegums.

Sociālā paradigma. Vecāki-Bērns.

Bērns: "Redzēsim, vai jūs varēsiet mani noķert."

Vecāki: "Tas ir mūsu pienākums."

Psihologiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Bērns: "Jums mani jānoķer."

Vecāki: "Re, kur tu esi."

Gājieni. 1. A: izaicinājums. B: sašutums. 2. A: paslēpšanās. B: neveiksmīgi meklējumi. 3. A: provokācija. B: uzvara.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – materiāla kompensācija par senām netaisnībām. 2. Ārēji psiholoģiskais – pretošanās fobijai. 3. Iekšēji sociālais – "Redzēsim, vai jūs varēsiet mani noķert." 4. Ārēji sociālais – "Es gandrīz tiku cauri sveikā." (Laika kavēklis: "Viņi gandrīz tika cauri sveikā.") 5. Bioloģiskais – slikta slava. 6. Eksistenciālais – "Es vienmēr esmu zaudētājs."

2. KĀ IZKĻŪT NO CIETUMA?

Tēze. Sen zināms, ka cietuma apstākļos labāk izdzīvo tie ieslodzītie, kuri strukturē savu laiku ar kādas darbības, laika kavēkļa vai spēles palīdzību. To acīmredzot labi zina politiskā policija, kas prot salauzt cietumnieku garu, vienkārši radot viņiem piespiedu bezdarbības apstākļus vai turot viņus sociālas deprivācijas stāvoklī.

Vieninieku kamerās ieslodzīto cietumnieku mīļākā nodarbība ir grāmatu lasīšana vai rakstīšana, bet iecienītākais laika kavēklis – bēgšana. Daži bēgļi, piemēram, Kazanova un barons Trenks, ir kļuvuši slaveni.

Iecienītākā spēle ir "Kā izkļūt no cietuma?" ("Gribu laukā"), ko var spēlēt arī psihiatrisko slimnīcu pacienti. Spēle ir jāatšķir no tai līdzīgās operācijas (skat. 48.lpp.) ar nosaukumu "Laba uzvedība". Ieslodzītais, kurš patiesi vēlas izkļūt brīvībā, noteikti atradis veidu, kā izpildīt varas iestāžu prasības un

panākt iespējami ātrāku atbrīvošanu. Mūsdienās to bieži var panākt, prasmīgi spēlējot grupu terapijas tipa spēli "Psihiatrija". Tomēr spēli "Gribu laukā" spēlē tie ieslodzītie vai pacienti, kuru Bērns nevēlas izklūt brīvībā. Viņi simulē "Labu uzvedību", bet kritiskajā brīdī tišuprāt izdara kādu pārkāpumu, lai netiktu atbrīvoti. Tādējādi operācijā "Laba uzvedība" Vecāki, Pieaugušais un Bērns sadarbojas, lai panāktu atbrīvošanu, bet spēlē "Gribu laukā" Vecāki un Pieaugušais izpilda visus priekšrakstus līdz kritiskajam brīdim, kad Bērns, kuru patiesi baida izredzes nostāties aci pret aci ar viņam svešo pasauli, gūst virsroku un visu sabojā. 20. gadsimta 30. gados Amerikā "Gribu laukā" bieži spēlēja imigranti no Vācijas, kuri kļuva psihotiski. Viņi varēja palēnām atveseļoties un lūgties, lai viņus laiž ārā no slimnīcas, taču, jo vairāk tuvojās atbrīvošanas diena, jo biežāk no jauna parādījās psihozes simptomi.

Antitēze. Vēriģi darbinieki pazīst gan "Labo-uzvedību", gan "Gribu laukā" un prot tās apkarot vadības līmenī. Taču iesācēji grupu terapijas nodarbībās bieži iesaistās spēlē. Pieredzējis grupu psihoterapeits, kurš labi pārzina psihiski slimo cietumnieku raksturīgākās manipulācijas, novēros pacientus un diagnosticēs novirzes jau sākuma fāzē. Tā kā "Laba uzvedība" ir godīga operācija, pret to var izturēties tikpat godīgi, un atklātas pārrunas par to nenodarīs neko jaunu. Toties "Gribu laukā" prasa aktīvu terapiju, ja ir nepieciešams ārstēt kādu baiļu pārņemtu ieslodzīto.

Radniecīgās spēles. Ļoti līdzīga spēlei "Gribu laukā" ir operācija ar nosaukumu "Jums mani jāuzklausa". Šajā gadījumā cietumnieks vai piespiedu ārstēšanai pakļautais pacients pieprasa sev tiesības pažēloties. Sūdzības bieži ir nepamatotas. Ieslodzītā galvenais mērķis ir pārliecināties, ka vadība viņu uzklausa. Ja administrācija pieļauj kļūdu, domājot, ka ieslodzītais gaida no tās konkrētu rīcību, un tāpēc viņu neuzklausa, tad var pieredzēt nepatīkšanas. Ja vadība izpilda ieslodzītā prasības, viņš tās palielina. Ja vadības pārstāvji tikai pacietīgi uzklausa ieslodzīto un izrāda interesi par viņa teikto,

taid "Jums mani jāuzklausā" spēlētājs jūtas apmierināts, ir gatavs sadarboties un neko vairāk neprasa. Darbiniekam ir jāprot atšķirt "Jums mani jāuzklausā" no nopietniem lūgumiem pēc palīdzības.²

Cita šīs grupas spēle ir "Man piesēja lietu". Aukstasinīgs noziedznieks var kļūgt "Man piesēja lietu", patiesi cenšoties tikt brīvībā. Šajā gadījumā tā ir daļa no procedūras. Ieslodzītais, kurš spēlē "Man piesēja lietu", nedarbojas pietiekami efektīvi un necenšas izkļūt brīvībā, jo gadījumā, ja viņš tiešām tiks laukā no cietuma, viņam vairs nebūs ar ko attaisnot savu kļūgāšanu.

3. NĒMSIM UN PIEKRĀPSIM DŽO!

Tēze. Šīs spēles prototips ir ilglaicīga krāpnieku spēle "Lielveikals", bet NUPDŽ spēlē siki blēži vai pat šantāžisti. NUPDŽ var zaudēt tikai tāds cilvēks, kuram zagšana ir asinīs, jo pirmais Bleka gājiens ir pateikt Vaitam, ka muļķīgi godīgais Džo tikai gaida, lai kāds viņu piekrāptu. Ja Vaitis būtu pilnīgi godīgs, viņš vai nu atteiktos no spēles, vai arī brīdinātu Džo, tomēr viņš to nedara. Brīdī, kad Džo būtu jāiekrit lamatās, kaut kas noiet greizi, un Vaitis atklāj, ka ir palicis zaudētājos. Līdzīga situācija atkārtojas arī šantāžas spēlē. Džo ienāk istabā tieši tajā brīdī, kad sievai vajadzētu viņam "uzlikt ragus", bet Vaitis, kurš šķietami spēlē pēc saviem noteikumiem, atklāj, ka patiesībā ir spēlējis pēc Džo noteikumiem, un tāpēc jūtas sāpināts.

Lai cik tas būtu dīvaini, no upura sagaida, lai viņš zinātu NUPDŽ noteikumus un spēlētu pēc tiem. Krāpnieki rēķinās ar iespējamo risku, ka Džo varētu viņus nodot policijai. Viņi Vaitu par to nenosoda, gluži pretēji, viņi pat ļauj, lai Vaitis nedaudz samelo policijai nolūkā glābt savu ādu. Taču gadījumā, ja Vaitis aiziet par tālu un, piemēram, nepatiesi apvaino viņus zādzībā, tas jau ir noteikumu pārkāpums, un viņi to ņem ļaunā. Savukārt bandas loceklis, kurš tiek pieķerts pēc tam, kad aptīrījis kādu piedzērušo, nepelna savu biedru

līdzjūtību, jo viņam bija jāzina, ka šādi gājieni nav atļauti. Līdzjūtību nepelna arī tāds krāpnieks, kurš bijis tik liels muļķis, ka izvēlēties par upuri cilvēku ar labu humora izjūtu, jo ir labi zināms, ka šādiem ļaudīm nevar uzticēt godīgā cilvēka lomu spēlē *ŅUPDŽ* līdz pat tās noslēguma fāzei "Policisti un zagļi". Pieredzējuši blēži piesargājas no upuriem, kas pēc apkrāpšanas smejas.

Jāatzīmē, ka kāda cilvēka izjokošana nav spēle *ŅUPDŽ*, jo izjokošanas gadījumā cietējs ir Džo. Spēlē *ŅUPDŽ* Džo gūst uzvaru, bet cietēja lomā ir Vaits. Izjokošana ir laika kavēklis, savukārt *ŅUPDŽ* ir spēle, kurā izjokots beigās tiek pats krāpnieks.

Ir acīmredzams, ka *ŅUPDŽ* ir spēle trim vai četriem dalībniekiem, kurā ceturtais spēlētājs ir policija. Tai radniecīga spēle ir "Nu, sakaujieties!"

PIEZĪME

Gribu pateikties dr. Franklinam Ernstam no Kalifornijas Medicīnas centra Vakavilā, Viljamam Kolinsam no Kalifornijas Rehabilitācijas centra Norko un Lorensam Minam no Kalifornijas Cilvēka institūta Tehačapi par viņu ieguldījumu spēles "Policisti un zagļi" izpētē un viņu sniegto palīdzību un kritiskajām piezīmēm.

ATSAUCES

¹ Frederiks Vaizmens rakstā "Psihiatrija un likums: psihiatrijas pozitīvie un negatīvie aspekti slepkavību izmeklēšanā" (*American Journal of Psychiatry*. 118: 289–299, 1961.) izklāsta skaidru un traģisku "Policistu un zagļu" nopietnā varianta piemēru. Kāds divdesmit trīs gadus vecs vīrietis nošāva savu līgavu un pēc tam pats pieteicās policijā. Viņam nebija viegli to izdarīt, jo policisti viņa stāstam noticēja tikai pēc tam, kad viņš to bija atkārtojis četras reizes. Pēcāk viņš sacīja: "Es visu mūžu esmu domājis, ka man ir lemts beigt dzīvi uz elektriskā krēsla. Ja reiz man tā šķita, tad tam tā arī vajadzēja notikt." Raksta autors izsaka domu, ka būtu nenopietni prasīt no nespeciālistiem zvērinātajiem, lai viņi izprastu tik sarežģītu psihiatrisku liecību, kas tiesā tika izklāstīta specifiskā psihiatrijas valodā. Spēļu analīzes valodā runājot, galveno domu var izteikt dažos vienkāršos vārdos: deviņpadsmit gadus vecs zēns nolemj (lēmuma iemeslus skaidri atsedza tiesas prāva), ka viņam ir lemts beigt dzīvi uz elektriskā krēsla. Atlikušo mūžu viņš dara visu, lai sasniegtu šo mērķi, un izmanto līgavu kā līdzekli, lai radītu attiecīgo situāciju.

² Papildu informācijai par spēli "Policisti un zagļi" un ieslodzīto praktizētajām spēlēm skat. Ernst, F. H., Keating, W. C., "Psychiatric Treatment of the California Felon." *American Journal of Psychiatry*. 120: 974-979, 1964.

Spēles konsultāciju kabinetā

Profesionālam spēļu analītiķim ir ļoti svarīgi apzināties, kādas spēles pastāvīgi tiek spēlētas ar terapiju saistītās situācijās. Šo spēļu gaitu psihoterapeits var viegli novērot pats savā kabinetā. Atkarībā no aģenta lomas var izdalīt trīs šo spēļu veidus:

1. Spēles, kuras spēlē psihoterapeiti un citi medicīniskā personāla pārstāvji, piemēram, "Es tikai cenšos jums palīdzēt" un "Psihiatrija".

2. Spēles, kuras spēlē profesionāli sagatavoti psihoterapeitisko grupu pacienti, piemēram, "Siltumnīca".

3. Spēles, kuras spēlē vienkāršie pacienti un klienti, piemēram, "Trūcumcietējs", "Zemniece", "Muļķītis" un "Invalids".

1. SILTUMNĪCA

Tēze. Šī spēle ir "Psihiatrijas" variants, ko visnopietnākajā formā spēlē jauni zinātnieki, sociālo zinātņu, piemēram, klīniskās psiholoģijas pārstāvji. Šie jaunie cilvēki savu kolēģu sabiedrībā labprāt uzspēlē "Psihoanalīzi", bieži komiskā formā, izsakoties apmēram šādi: "Te izpaužas jūsu naidīgums" vai "Cik automātiska var būt aizsardzības mehānismu darbība?" Šādas sarunas parasti ir nekaitīgs un patīkams laika kavēklis. Tas ir normāls posms jauno zinātnieku mācību procesā. Ja grupā ir pāris īpatņu, spēle var sagādāt lielu jautrību. (Autora iecienītākā frāze skan šādi: "Redzu, ka atkal pienākusi Nacionālā kļūdišanās nedēļa.") Nonākot psihoterapijas grupu pacientu lomā, šie cilvēki sliecas jau daudz nopietnāk kritizēt cits citu. Tā nav produktīva pieeja, tāpēc psihoterapeits var ievirzīt sarunu citā gultnē. Šādā gadījumā viņi var uzsākt spēli "Siltumnīca".

Tikko augstskolu beigušiem jauniem cilvēkiem ir raksturīga tendence izrādīt pārspīlētu respektu pret to, ko viņi sauc par "istām jūtām". Šo jūtu atklāsni var ievadīt svinīgs paziņojums, kam seko pašu jūtu apraksts. Visticamāk, grupas locekļi ar tām tiek iepazīstināti kā ar retu ziedu, kas jāuzlūko ar godbijību. Grupas dalībnieki atgādina lietpratīgus botāniskā dārza apmeklētājus, kuru sniegtās atsauksmes tiek uztvertas ar pienācīgo svinīgumu. Spēļu analīzes valodā runājot, viņi šķietami risina problēmu, vai šīs jūtas ir gana labas, lai tiktu izstādītas Nacionālajā jūtu galerijā. Ja psihoterapeits uzdod jautājumus, tad pacienti viņa iejaukšanos var ņemt ļaunā: psihoterapeits, viņuprāt, rīkojas kā bezjūtīgs nejēga, kurš ar saviem neveiklajiem pirkstiem sagumza reta, eksotiska zieda trauslās ziedlapas. Savukārt psihoterapeits, gluži dabiski, jūt, ka, lai izprastu zieda anatomiju un fizioloģiju, būtu nepieciešams to preparēt.

Antitēze. Antitēzei ir izšķiroša nozīme veiksmīga psihoterapijas procesa nodrošināšanā. Tās būtība slēpjas ironiskā attieksmē pret iepriekš raksturoto situāciju. Ja spēlei tiek ļauta vaļa, tā var nemainīgā formā turpināties gadiem ilgi. Rezultātā pacients var iedomāties, ka ir guvis "psihoterapeitisku pieredzi", kuras laikā ir "paudis naidīgumu" un iemācījies "izprast savas jūtas", un tāpēc justies pārāks par citiem, ne tik veiksmīgiem pacientiem. Tomēr patiesībā pacienta stāvoklī nav vērojamas gandrīz nekādas dinamiskas izmaiņas, un ārstēšanai veltītais laiks nav izmantots, lai gūtu maksimālu terapeitisku efektu.

Ironija šajā situācijā tiek vērsta nevis pret pacientiem, bet pret viņu skolotājiem un to kultūras vidi, kas veicina šādu pārsmalcinātību. Istajā brīdī izteikta skeptiska piezīme var veiksmīgi palīdzēt atbrīvoties no ģeķīgās Vecāku ietekmes un nonākt pie ne tik pašapmierinātas un daudz veselīgākas attieksmes pret citiem cilvēkiem. Tā vietā, lai kultivētu jūtas sasmakušā siltumnīcas atmosfērā, pacienti var vienkārši ļaut tām dabiski attīstīties un plūkt šo jūtu augļus pēc tam, kad tie būs nogatavojušies.

Uzskatāmākā spēles priekšrocība ir ārēji psiholoģiskā, proti, tā ļauj izvairīties no intīmas tuvības, radot situāciju, kurā jūtu izpausmes ir pieļaujamas tikai īpašos apstākļos, un vienlaikus īpaši ierobežojot klātesošo cilvēku atbildes reakcijas.

2. ES TIKAI CENŠOS JUMS PALĪDZĒT

Tēze. Šo spēli var spēlēt jebkuras profesijas pārstāvji, ne tikai psihoterapeiti vai palīdzības dienestu darbinieki. Tomēr visbiežāk un aktīvāk to spēlē tie sociālie darbinieki, kas guvuši noteikta veida apmācību. Spēles būtība man kļuva skaidra visai neparastos apstākļos, proti, pokera spēles laikā. Visi spēlētāji jau bija nolikuši kārtis, un spēli turpināja tikai divi dalībnieki – zinātnieks psihologs un biznesmenis. Biznesmenis, kuram bija ļoti labas kārtis, nosauca likmi, bet psihologs, kuram bija nepārspējama kombinācija, to vēl paaugstināja. Biznesmenis šķita samulsis, un psihologs atjautīgi piezīmēja: "Neraizējieties, es tikai cenšos jums palīdzēt!" Biznesmenis vēl brīdi šaubījās, bet tad izlika savas kārtis. Psihologs parādīja savu veiksmīgo kombināciju, un viņa partneris riebumā nometā kārtis. Pārējie klātesošie pasmējās par psihologa joku, bet zaudētājs nožēlas pilnā balsī piezīmēja: "Jūs patiesi bijāt ļoti izpalīdzīgs!" Psihologs man uzmeta daudznozīmīgu skatienu, it kā apliecinot, ka joks patiesi ir bijis profesionāli veiksmīgs gājiens. Šajā brīdī man kļuva skaidra spēles struktūra.

Sociālais darbinieks vai psihoterapeits dod klientam vai pacientam kādus padomus. Pacients atgriežas un ziņo, ka ieteikums nav devis vēlamu rezultātu. Darbinieks parausta plecus, samierinās ar neveiksmi un mēģina vēlreiz. Ja viņš vēl rīgāk ielūkojas sevī, tad šajā brīdī var izjust zināmu bezcerību, taču tas viņu nekavē izdarīt jaunu mēģinājumu. Parasti viņš nejūt lielu nepieciešamību noskaidrot savu motivāciju, jo zina, ka daudzi viņa kolēģi, kas guvuši līdzīgu apmācību, darītu tāpat. Viņš apzinās, ka ievēro "pareizu" procedūru un ka priekšniecība viņu pilnībā atbalstīs.

Ja darbiniekam ir gadījies saskarties ar nopietnu, piemēram, naidīgi obsesīvā tipa spēlētāju, tad viņam būs arvien grūtāk un grūtāk kontrolēt savas izjūtas. Viņš ir nonācis neapskaužamā situācijā, kas turklāt tikai pasliktināsies. Visļaunākajā gadījumā viņš var nonākt aci pret aci ar niknu paranoiķi, kurš vienā jaukā dienā ārkārtīgās dusmās iedrāzīsies viņa kabinetā un klieds: "Redziet, cik tālu jūs mani novedāt!" Darbinieka izmisums kļūs acīmredzams, un viņš skaļi noteiks (vai klusībā nodomās): "Bet es tikai centos jums palīdzēt!" Redzot cilvēku nepateicību, viņš apmulsīs un varbūt izjutīs lielas ciešanas, kas norādīs uz viņa paša uzvedības sarežģīto motivāciju. Šis apmulsums ir spēles ieguvums.

Cilvēkus, kuri spēlē "Es tikai cenšos jums palīdzēt" (ETCJP), nevajadzētu jaukt ar īstiem palīgiem. "Manuprāt, mēs varam kaut ko darīt lietas labā", "Es zinu, ko iesākt", "Mani nozīmēja jums palīdzēt" un "Mans honorārs par palīdzību būs..." atšķiras no "Es tikai cenšos jums palīdzēt." Pirmie četri gadījumi pārstāv labticīgu Pieaugušā piedāvājumu izmantot savu profesionālo meistarību ciešanu māktā pacienta vai klienta labā, savukārt ETCJP raksturo slēpts motīvs, kas spēles iznākumu ietekmē daudz lielākā mērā nekā profesionālā amata prasme. Šis motīvs pamatojas uz pozīciju, ka visi cilvēki ir nepateicīgi un sagādā tikai vilšanos. Izredzes uz veiksmīgu iznākumu rada trauksmi sociālā darbinieka Vecākos un vienlaikus aicina uz pretdarbību, jo veiksmē apdraudētu viņa depresīvās pozīcijas pastāvēšanu. ETCJP spēlētājam ir nepieciešams pārliecināties, ka, neskatoties uz visām viņa pūlēm, palīdzība tik un tā netiks pieņemta. Klients atbild: "Redziet, cik ļoti es cenšos" vai "Jūs man nekādi nevarat palīdzēt". Elastīgāki spēlētāji var piekrist kompromisam, proti, viņi pieļauj, ka cilvēki varētu pieņemt viņiem sniegto palīdzību, bet tikai ar noteikumu, ka tas nenotiek uzreiz. Tāpēc psihoterapeiti sliecas justies vainīgi, ja rezultāts sasniegts pārāk ātri, jo zina, ka daži kolēģi darbinieku sapulcēs viņus par to kritizēs. Pretstats nopietniem ETCJP spēlētājiem, kas

atrodami sociālo darbinieku vidū, ir labi advokāti, kuri palīdz saviem klientiem bez personiskas ieinteresētības un sentimentalitātes. Šajā gadījumā liekulīgas piepūles vietā stājas amata prasme.

Dažas sociālo darbinieku skolas atgādina profesionālu ETCJP spēlētāju akadēmijas, un to beidzējiem nav viegli atturēties no spēlēšanas. Piemērs, kas palīdzēs ilustrēt dažus no iepriekš minētajiem apgalvojumiem, tiks dots nākamajā nodaļā, kurā aprakstīta papildinošā spēle "Trūkumcietējs".

Spēli ETCJP un tās variantus var viegli novērot ikdienas dzīvē. To spēlē ģimenes draugi un radnieki (t.i., "Es varu jums to sagādāt par izpārdošanas cenu"), kā arī pieaugušie, kuri sabiedriskā kārtā strādā ar bērniem. Tā ir bērnu vecāku iecienīta spēle, un papildinošā spēle, ko mīl spēlēt viņu atvases, ir "Redziet, cik tālu jūs mani novedāt!" Sabiedrisku pasākumu laikā tā var norisināties kā "Lempja" variācija, kurā kaitējums tiek nodarīts drīzāk izpalīdzības nevis impulsivitātes rezultātā. Šajā gadījumā klientu aizstāj upuris, kurš var spēlēt "Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani?" vai kādu no šīs spēles variantiem.

Antitēze. Profesionāla rīcībā ir vairāki paņēmieni, kas ļauj izvairīties no iesaistīšanās spēlē, un izvēle būs atkarīga no attiecību veida starp viņu un pacientu, īpaši no tā, kādu nostāju ieņem pacienta Bērns.

1. Visiespaidīgākā ir klasiskā psihoanalītiskā antitēze, ko pacientam paciest ir visgrūtāk. Psihoterapeits pilnībā ignorē viņa ielūgumus uzspēlēt spēli. Pacients cenšas vēl un vēl, taču palēnām viņu pārņem izmisums, kas izpaužas kā dusmas vai depresija. Tā ir raksturīga pazīme, ka spēle ir izjukusi. Šī situācija var izrādīties pacientam labvēlīga un palīdzēt viņam ieskatīties acīs patiesībai.

2. Pirmajam ielūgumam uzspēlēt ETCJP var sekot maigāka (bet ne manierīga) pretošanās pacientam. Psihoterapeits paziņo, ka viņš ir pacienta ārsts nevis priekšnieks.

3. Vēl maigāka procedūra paredz pacienta iesaistīšanu

psihoterapijas grupā. Antitēzes realizācija tiek uzticēta citiem pacientiem.

4. Gadījumā ar ļoti traumētiem pacientiem var būt nepieciešams uzspēlēt ETCJP vismaz sākuma fāzē. Šos pacientus vajadzētu ārstēt psihiatram, kurš var izrakstīt gan zāles, gan higiēniskās procedūras, kas savu nozīmi slimnieku ārstēšanā nav zaudējušas pat šajos trankvilizatoru laikos. Ja ārsts iesaka pacientam higiēnisku režīmu, kas līdzās zāļu lietošanai paredz arī, piemēram, vannas, vingrinājumus, atpūtas periodus un regulāras ēdienreizes, tad pacients var 1) ievērot režīmu un justies labāk, 2) pedantiski ievērot režīmu un žēloties, ka tas viņam nepalīdz, 3) it kā starp citu piezīmēt, ka viņš piemirsis ievērot norādījumus vai ir atteicies ievērot režīmu, jo tas nav devis nekādu labumu. Otrajā un trešajā gadījumā psihiatram ir jāpieņem lēmums, vai šajā brīdī viņš var sākt pacientam piemērot spēļu analīzi, vai arī ir nepieciešama cita ārstēšanas forma, kas pacientu sagatavotu vēlākajai psihoterapijai. Pirms lēmuma pieņemšanas par turpmāko ārstēšanas gaitu psihiatram vajadzētu rūpīgi novērtēt attiecības starp režīma atbilstību un pacienta tendenci spēlēt spēles.

Savukārt pacients var piemērot šādu antitēzi: "Nesakiet man, ko darīt, lai es palīdzētu pats sev. Es pateikšu, kas jums jādara, lai man palīdzētu." Ja psihoterapeits ir pazīstams kā Lempis, pareizā antitēze no pacienta puses būtu: "Nepalīdzi man, palīdzi viņam." Taču nopietniem "Es tikai cenšos jums palīdzēt" spēlētājiem parasti trūkst humora izjūtas. Antitēzes gājieni no pacienta puses tiek uzņemti nelabvēlīgi un var beigties ar to, ka psihoterapeits kļūst par pacienta nāvīgu ienaidnieku. Šādus gājienu nevajadzētu uzsākt arī ikdienas dzīvē, ja vien cilvēks nav sagatavojies tos īstenot līdz galam un uzņemties atbildību par sekām. Piemēram, nicīga izturēšanās pret radnieku, kurš "var sagādāt to par izpārdošanas cenu", var radīt nopietnus sarežģījumus ģimenes dzīvē.

ANALĪZE

Tēze. Nevieni nekad neņem vērā manus padomus.

Mērķis. Vainas izjūtas mazināšana.

Lomas. Palīgs, Klients.

Dinamika. Mazohisms.

Piemēri. 1. Bērni mājās, vecāki iejaucas. 2. Sociālais darbinieks un klients.

Sociālā paradigma. Vecāki-Bērns.

Bērns: "Ko lai es tagad daru?"

Vecāki: "Lūk, kas tev jādara."

Psihologiskā paradigma. Vecāki-Bērns.

Vecāki: "Redziet, cik es lietpratīgs."

Bērns: "Es tevi piespiedišu justies nelietpratīgam."

Gājieni. 1. Prasība dot norādījumus – norādījumi tiek doti. 2. Procedūra tiek izjaukta – pārmetums. 3. Tiek uzskatāmi parādīts, ka procedūra ir kļūdaina – netieša atvainošanās.

Ieguvumi. 1. Iekšēji psihologiskais – mocekliba. 2. Ārēji psihologiskais – izvairīšanās atzīt savu nelietpratību. 3. Iekšēji sociālais – projektīvā tipa "Vecāku sapulce"; nepateicība. 4. Ārēji sociālais – projektīvā tipa "Psihiatrija". 5. Bioloģiskais – iepļaukāšana no klienta, noglaudīšanas no priekšniecības puses. 6. Eksistenciālais – "Visi cilvēki ir nepateicīgi."

3. TRŪKUMCIETĒJS

Tēze. Šis spēles tēzi visprecīzāk ir raksturojis Henrijs Millers savā grāmatā "Marusi koloss": "Tas notika tajā gadā, kad es cītīgi meklēju darbu, taču nejutu ne mazāko vēlēšanos pieņemt kādu no piedāvājumiem. Tas man atgādināja, ka, par spīti šķietamajam izmisumam, es pat necentos pārskatīt darba piedāvājumu slejas."

"Trūkumcietējs" ir viena no "Es tikai cenšos jums palīdzēt" (ETCJP) papildinošajām spēlēm. To iecienījuši sociālie darbinieki, kuri ar tās palīdzību nopelna sev iztiku. Tikpat profesionāli "Trūkumcietēja" spēlētāji ir viņu klienti, kuri arī šādā ceļā tiek pie iztikas līdzekļiem. Mana pieredze

"Trūkcietēja" analizē ir visai ierobežota, tāpēc ziņojumu par šo spēli sagatavoja viena no manām labākajām studentēm. Tajā raksturota spēles būtība un tās vieta mūsu sabiedrībā.

Mis Bleka bija sociālā darbiniece un strādāja kādā darbā iekārtošanas aģentūrā. Aģentūras uzdevums, kura veikšanai tā saņēma valdības subsīdijas, bija trūkcietēju ekonomiskā rehabilitācija, proti, aģentūras darbinieki palīdzēja saviem klientiem atrast un saglabāt labi apmaksātu darbu. Oficiālās atskaitēs tika ziņots, ka aģentūras klienti pastāvīgi "progresē", tomēr tikai dažus no viņiem ir izdevies patiesi "rehabilitēt". Pārskatos tam tika rasts skaidrojums: daudzi cilvēki jau vairākus gadus staigāja no vienas aģentūras uz citu, dažkārt viņi vienlaikus apmeklēja piecas vai sešas aģentūras, un tādējādi bija acīmredzams, ka tie ir "smagi gadījumi".

Mis Bleka bija apguvusi spēļu analīzi, tāpēc drīz vien atklāja, ka aģentūras personāls pastāvīgi spēlē ETCJP. Viņa sāka interesēties, kādas ir klientu atbildes reakcijas, un katru nedēļu iztaujāja savus klientus, lūdzot pastāstīt, cik daudzas no iespējamām darba vietām viņi ir patiešām apmeklējuši. Mis Bleka atklāja interesantu faktu: kaut gan teorētiski tika pieņemts, ka klienti dienu pēc dienas cītīgi meklē darbu, tomēr patiesībā viņi tam veltīja ļoti maz pūļu, un dažkārt viņu centieni bija tik niecīgi, ka varēja izraisīt vienīgi ironisku smaidu. Piemēram, kāds vīrs stāstīja, ka darba meklējumos ir interesējies vismaz par vienu piedāvājumu dienā. "Par kāda veida darbu?" mis Bleka vaicāja. Vīrs atbildēja, ka vēlēties kļūt par pārdošanas aģentu. "Vai jūs atbildējāt tikai uz šāda veida darba piedāvājumiem?" viņa jautāja. Viņš atbildēja apstiprināti un piebilda, ka diemžēl rausta valodu, un tas nav ļāvis īstenot izvēlēto karjeru. Aptuveni šajā pašā laikā aģentūras vadībai kļuva zināms, ka mis Bleka uzdod klientiem šāda veida jautājumus, un viņai tika izteikts aizrādījums par "pārmērīga spiediena" izdarīšanu uz klientiem.

Mis Bleka tomēr nolēma turpināt iesākto un panākt dažu aģentūras klientu rehabilitāciju. Viņa izvēlējās tos, kuri

izskatījās veseli un kuriem šķietami nebija pamatota iemesla, lai arī turpmāk saņemtu sociālo pabalstu. Ar šo atlasīto grupu viņa pārrunāja spēles ETCJP un "Trūkumcietējs". Brīdī, kad klienti izrādīja gatavību piekāpties, mis Bleka paziņoja, ka gadījumā, ja viņi neatradīs darbu, viņa pārtrauks tiem izmaksāt sociālo pabalstu un nosūtīs uz cita veida aģentūru. Vairāki klienti gandrīz nekavējoties atrada darbu, turklāt daži to paveica pirmo reizi vairāku gadu laikā. Taču viņi jutās sašutuši par šādu mis Blekas attieksmi, un daži no viņiem sūdzējās aģentūras vadībai. Vadītājs izsauca mis Bleku un izteica vēl nopietnāku aizrādījumu, ko pamatoja ar apgalvojumu, ka, kaut arī viņas bijušie klienti ir atraduši darbu, tomēr nav tikuši "patiesi rehabilitēti". Vadītājs norādīja, ka, iespējams, nevarēs paturēt mis Bleku darbā aģentūrā. Mis Bleka, cik vien taktiski iespējams, lai vēl vairāk nepasliktinātu savu stāvokli, tomēr uzdrīkstējās apvaicāties, ko tieši, pēc aģentūras vadības domām, nozīmē "pilnīga rehabilitācija". Atbildi viņa nesaņēma. Viņai tika pateikts, ka viņa "izdara pārmērīgu spiedienu" uz cilvēkiem, bet fakts, ka šie cilvēki pirmo reizi vairāku gadu laikā ir guvuši iespēju paši uzturēt savas ģimenes, netika uzskatīts par viņas nopelni.

Mis Blekai šis darbs bija nepieciešams, un, tā kā draudēja briesmas to zaudēt, daži draugi nolēma viņai palīdzēt. Kāds ļoti cienijams psihiatriskās klinikas vadītājs uzrakstīja vēstuli aģentūras vadītājam, kurā paziņoja, ka ir dzirdējis par mis Blekas īpašajiem panākumiem darbā iekārtošanas jomā, kā arī lūdza atļaut viņai uzstāties ar ziņojumu klinikas darbinieku konferencē. Aģentūras vadītājs atļauju nesniedza.

Šajā gadījumā spēles "Trūkumcietējs" noteikumus uzstādīja aģentūra, un tie papildināja jau esošos iekšējos ETCJP noteikumus. Starp sociālo darbinieku un klientu pastāvēja klusa vienošanās, kas skanēja apmēram šādi:

D: "Es centīšos jums palīdzēt (ar noteikumu, ka jums nepaliks labāk)."

K: "Es meklēšu darbu (ar noteikumu, ka man to nevajadzēs atrast)."

Ja klients šo norunu neievēroja, proti, ja viņam izdevās uzlabot dzīves apstākļus, tad aģentūra zaudēja klientu, savukārt klients zaudēja sociālo pabalstu, un rezultātā abas puses jutās sodītas. Ja tāds darbinieks kā, piemēram, mis Bleka lauza vienošanos, liekot klientam patiesi sameklēt darbu, tad aģentūra saņēma sodu klienta sūdzību veidā. Sūdzības varēja kļūt zināmas augstākstāvošām instancēm, bet klients, līdzīgi kā pirmajā gadījumā, zaudēja sociālo pabalstu.

Kamēr abas puses paklausīgi ievēroja nerakstītos likumus, tās ieguva to, ko vēlējās. Klients saņēma pabalstu un drīz vien saprata, ko aģentūras vēlas saņemt preti, proti, iespēju "sniegt palīdzību" (kā daļu no ETCJP) plus "klīnisko materiālu" (ko stādīt priekšā "uz klientu centrētās" darbinieku konferencēs). Klients labprāt izpildīja šīs prasības, jo pats process viņam sagādāja tikpat lielu prieku kā aģentūrai. Tādējādi abas puses jutās viena ar otru apmierinātas, un neviena no tām nevēlējās pārtraukt šīs tik patīkamās attiecības. Savukārt mis Bleka nevis "sniedza palīdzību", bet "patiešām palīdzēja", un ieteica sasaukt "uz sabiedrību centrētu", nevis "uz klientu centrētu" konferenci. Tas izraisīja visu iesaistīto pušu neapmierinātību, un neviens neņēma vērā, ka mis Bleka tikai cenšas sasniegt oficiāli deklarētos mērķus.

Te jāatzīmē divas lietas. Pirmkārt, "Trūkumcietēju" kā spēli (un nevis fiziskas, garīgas vai ekonomiskas nespējas izraisītu stāvokli) spēlē tikai ierobežots skaits sociālo aģentūru klientu. Otrkārt, to atbalsta tikai tie sociālie darbinieki, kas apmācīti spēlēt ETCJP, bet to nepacietis pārējie darbinieki.

Radniecīgas spēles ir "Veterāns" un "Klīnika". Spēlē "Veterāns" ir vērojamas tās pašas simbiotiskās attiecības, šoreiz starp Veterānu biedrību un līdzīgām organizācijām no vienas puses un noteiktu skaitu "profesionālo veterānu", kuri iemantojuši likumīgas invalīdu privilēģijas, no otras puses.

"Kliniku" spēlē noteikts skaits pacientu, kuri apmeklē lielo slimnīcu ambulances. Pretēji "Trūkumcietēja" un "Veterāna" spēlētājiem, pacienti, kuri spēlē "Kliniku", saņem nevis finansiālu atlīdzību, bet cita veida ieguvumus. Viņi veic sabiedrībai derīgu darbu, jo labprātīgi iesaistās medicīniskā personāla apmācības procesā un ļauj novērot slimības gaitu. Šādi viņi gūst pamatotu Pieaugušā apmierinājumu, kas nav pieejams "Trūkumcietēja" un "Veterāna" spēlētājiem.

Antitēze. Antitēzes būtība, ja vien nav nevēlamu blakus parādību, ir nedot spēlētājiem iespēju gūt materiālu labumu. Atšķirībā no daudzām citām spēlēm primārais riska avots ir nevis pats spēlētājs, bet gan spēles atbilstība kultūras tradīcijai un fakts, ka to veicina papildinošās ETCJP spēlētāji. Draudus rada profesionāli kolēģi un ziņkārīgā publika, valdības aģentūras un tiesību aizsardzības organizācijas. Žēlabas, kas seko anti-"Trūkumcietējam", var novest pie skaļiem saucieniem: "Jā, jā, ko jūs par to teiksiet?", ko var uzskatīt par veselīgu, konstruktīvu operāciju vai laika kavēkli, pat ja tas reizēm attur no vaļširdības uzplūdiem. Patiesībā visa Amerikas politiskā demokrātisko brīvību sistēma pamatojas uz tiesībām (ko nedod citas valsts pārvaldes sistēmas) uzdot šo jautājumu. Bez šādas iespējas sabiedrības progress var tikt nopietni apdraudēts.

4. ZEMNIECE

Tēze. "Zemnieces" prototips ir kāda neliela Bulgārijas ciemata iedzīvotāja, kas slimoja ar artrītu un pārdeva savu vienīgo govī, lai par iegūto naudu apmeklētu universitātes kliniku Sofijā. Zemnieci izmeklēja kāds profesors, kurš viņas slimības gadījumu uzskatīja par tik interesantu, ka to nodemonstrēja medicīnas studentiem. Viņš raksturoja ne tikai patoloģiju, simptomus un diagnozi, bet arī sīki izklāstīja ārstēšanas gaitu. Šīs procedūras laikā sievieti pārņēma godbijības jūtas. Pirms aiziešanas profesors viņai izsniedza recepti un sīki izskaidroja, kādas procedūras jāveic. Sieviete

sajūsminājās par viņa zināšanām un apbrīnas pilnā balsī teica: "Jūs, profesors, esat brīnišķīgs!" Tomēr recepti viņa tā arī nekad neizmantoja. Pirmkārt, viņas ciemā nebija aptiekas; otrkārt, pat ja aptieka būtu, viņa nekad neizlaistu no rokām tik vērtīgu papīra lapu. Viņai arī nebija nekādu iespēju veikt pārējās procedūras, piemēram, ievērot diētu, izdarīt ūdensmasāžas utt. Zemniece turpināja dzīvot tikpat kropla kā agrāk, taču tagad viņa jutās laimīga, jo varēja visiem stāstīt par brīnišķīgo ārstēšanu, ko viņai nozīmējis izcilais profesors no Sofijas. Katru vakaru viņa ar lielu pateicību pieminēja profesoru savās lūgšanās.

Pēc vairākiem gadiem profesors sliktā garastāvoklī brauca cauri ciemam, lai apmeklētu kādu bagātu, taču ļoti prasīgu pacientu. Viņš atcerējās zemnieci, kura metās klāt, lai noskūpstītu viņam roku. Zemniece atgādināja profesoram par apbrīnojamo ārstēšanu, ko viņš ieteicis pirms daudziem gadiem. Profesors žēlīgi uzklausa viņas cieņas apliecinājumus, un jutās īpaši gandarīts, kad zemniece stāstīja, cik ļoti ārstēšana viņai palīdzējusi. Profesors bija tik aizgrābts, ka nemaz nepamanīja to, ka sieviete klibo vēl vairāk nekā agrāk.

Sociālā situācijā "Zemnieci" var spēlēt gan nevainīgā, gan liekulīgā formā; abos gadījumos spēles moto ir "Ak, cik jūs esat brīnišķīgs, mister Mergatroid!" (CJEBMM). Nevainīgajā formā misters Mergatroids patiešām ir lielisks. Viņš ir slavens dzejnieks, gleznotājs, filantrops vai zinātnieks, un naivas jaunas sievietes bieži veic garu ceļu cerībā viņu sastapt. Dievināšanas pilnām acīm viņas sēž pie viņa kājām un romantizē viņa trūkumus. Apķērīgāka sieviete var labprātīgi izvēlēties šādu taktiku, lai varbūt apprecētu vīrieti, kuru viņa patiesi ciena un apbrīno. Viņa var pilnībā apzināties viņa vājības un pat tās izmantot, lai iegūtu to, ko vēlas. Spēles pamatā ir vīrieša trūkumu romantizācija vai izmantošana (atkarībā no sievietes tipa), bet nevainība izpaužas viņas neviltotajā apbrīnā par vīrieša sasniegumiem, kurus viņa spēj pareizi novērtēt.

Liekulīgajā formā misters Mergatroids var būt brīnišķīgs, bet var arī tāds nebūt, taču jebkurā gadījumā sieviete (iespējams, augstas klases prostitūta) nespēj novērtēt viņa labās īpašības. Viņa spēlē "Mazo nabadziņu" un izmanto CJEBMM, lai, neslēpti glaimojot vīrietim, panāktu savu. Sirds dziļumos viņa jūtas apmulsusi vai arī smejas par viņu. Taču pats vīrietis sievietei nerūp; viss, ko viņa vēlas, ir vīrieša sagādātie materiālie labumi.

Klīniskā situācijā "Zemnieci" var spēlēt divās līdzīgās formās ar moto "Cik jūs esat brīnišķīgs, profesors!" (CJEBP). Nevainīgajā formā pacientes stāvoklis var uzlaboties, kamēr viņa turpina ticēt CJBP, kas ārstam uzliek lielu atbildību būt pilnīgi nevainojamam gan publiskajā, gan privātajā dzīvē. Liekulīgajā formā paciente cer, ka psihoterapeits uzspēlēs ar viņu CJEBP, un domā: "Jūs esat neparasti apķērīgs" (JENA). Tiklīdz viņai ir izdevies nostādīt ārstu šādā pozīcijā, viņa var par viņu pasmieties un pēc tam pāriet pie cita psihoterapeita. Ja ārsts nav tik viegli apmuļķojams, viņš var pacientei patiešām palīdzēt.

Vienkāršākais ceļš, kā pacientei gūt uzvaru CJEBP, ir neatvaseļoties. Ja paciente ir ļaunprātīga, viņa var spert radikālus soļus, lai nostādītu psihoterapeitu muļķa lomā. Kāda sieviete spēlēja CJEBP ar savu psihiatru, bet slimības simptomi nemazinājas. Beidzot viņa pameta ārstu ar daudziem atvadu un atvainošanās vārdiem. Tad sieviete vērsās pēc palīdzības pie godājama garīdznieka un sāka spēlēt CJEBP ar viņu. Pēc dažām nedēļām viņa pavadināja garīdznieku spēlēt otrā līmeņa "Dinamo". Sarunā ar kaimiņieni sievieti it kā nevilšus atklāja lielu noslēpumu: viņa, lūk, izjutusi lielu vilšanos, kad tik jauks cilvēks kā reverends Bleks vājuma mirklī uzmācies tik nevainīgai un nepievilcīgai sievietei kā viņa. Protams, pazīstot mācītāja sievu, viņa varot viņam piedot, taču ... utt. Viņa esot izrunājusies pilnīgi netišām, un tikai pēcāk "sev par lielām šausmām" atcerējusies, ka kaimiņiene ir draudzes vecākā. Spēlēt ar psihiatru viņa guva uzvaru tādējādi, ka neatvaseļojās;

spēlē ar garīdznieku viņa uzvarēja tādējādi, ka pavedināja viņu, kaut arī nevēlējās to atzīt. Taču nākamais psihiatrs, pie kura sieviete griezās, iesaistīja viņu psihoterapijas grupā, kur viņai neizdevās īstenot iepriekšējos manevrus. Tagad ārstēšanai veltīto laiku vairs neaizpildīja spēles CJEBP un JENA, tāpēc sieviete sāka uzmanīgāk analizēt savu uzvedību un ar grupas locekļu palīdzību spēja atteikties no abām spēlēm – CJEBP un "Dinamo".

Antitēze. Psihoterapeita pirmais uzdevums ir noteikt spēles formu. Ja spēle norisinās nevainīgajā formā, tad pacientes labā ir pieļaujama tās turpināšanās līdz brīdim, kad viņas Pieaugušais būs pietiekami nostabilizējies, lai attaisnotos risks darboties pret to. Ja spēle norisinās liekulīgajā formā, tad pret to jārikojas pēc iespējas ātrāk, taču jāatceras, ka pacientei ir jābūt pietiekami labi sagatavotai, lai spētu saprast, kas ar viņu notiek. Psihoterapeitam ir stingri jāatsakās dot viņai jebkādus padomus. Kad paciente sāk protestēt, viņam jāpaskaidro, ka tā nav vienkārši "pokera spēle psihiatrijā", bet gan labi pārdomāta ārstēšanas stratēģija. Istajā brīdī izteikts atteikums var vai nu satracināt pacientī, vai arī veicināt akūtas trauksmes simptomu parādīšanos. Nākamais solis ir atkarīgs no tā, cik ļaundabīgs ir pacientes stāvoklis. Ja viņa reagē pārāk satraukti, tad būtu jāpiemēro atbilstošas psihiatriskas vai analītiskas procedūras, lai nostabilizētu psihoterapeitisko situāciju. Liekulīgās spēles gadījumā pirmais uzdevums ir nošķirt pacientes Pieaugušo no liekulīgā Bērna, lai būtu iespējams veikt spēles analīzi.

Sociālās situācijās būtu nepieciešams izvairīties no ciešas saskarsmes ar nevainīgiem CJEBMM spēlētājiem, piemēram, jebkurš saprātīgs aktieru aģents savam klientam paskaidrotu, ka tuvas attiecības ar pielūdzējām ir nevēlamas. Taču sievietes, kuras spēlē liekulīgo CJEBMM variantu, dažkārt var būt interesantas un inteligēntas sarunu biedres. Ja viņas spēj atteikties no CJEBMM, tad var kļūt par jaukām ģimenes draudzenēm.

5. PSIHIATRIJA

Tēze. Psihiatrija kā procedūra ir jāatšķir no "Psihiatrijas" kā spēles. Spriežot pēc mūsu rīcībā esošajiem faktiem, kas tīri klīniskā formā izklāstīti zinātniskās publikācijās, psihisko slimību ārstēšanā tiek izmantotas šādas efektīvas metodes: šoka terapija, hipnoze, medikamenti, psihoanalīze, ortopsihiatrija un grupu psihoterapija. Ir arī citas, mazāk izplatītas metodes, kuras mēs šeit neapskatīsim. Spēlē "Psihiatrija" var izmantot jebkuru no šīm metodēm. Spēle pamatojas uz pozīciju "Esmu dziednieks", ko var nostiprināt ārsta diploms: "Te rakstīts, ka es esmu dziednieks." Jāatzīmē, ka jebkurā gadījumā tā ir konstruktīva, labvēlīga pozīcija un cilvēki, kas spēlē "Psihiatriju", var paveikt daudz laba ar noteikumu, ka ir guvuši profesionālu apmācību.

Tomēr pastāv iespēja, ka ārstēšanas rezultāti tikai uzlabotos, ja psihoterapeits mazliet iegrožotu savu dedzību. Antitēzi vislabāk ir noformulējis Ambruāzs Parē jau pirms vairākiem gadsimtiem: "Es viņus ārstēju, bet izdziedina Dievs." Katrs medicīnas students apgūst šo aforismu līdzās citiem, piemēram, *primum non nocere** vai *vis medicatrix naturae***. Savukārt tie psihoterapeiti, kas nav guvuši medicīnisku izglītību, visticamāk nav tikuši iepazīstināti ar šiem senajiem brīdinājumiem. Pozīcija "Es esmu dziednieks, jo te rakstīts, ka es esmu dziednieks" var izrādīties ļoti kaitīga, un būtu vēlams to aizstāt ar pozīciju: "Es piemērošu man zināmās terapeitiskās procedūras cerībā, ka tās dos kādu labumu." Tas palīdzētu izvairīties no iesaistīšanās spēlēs, kuru pamatā ir pozīcija "Es esmu dziednieks, tāpēc jūs pats esat vainīgs, ja neatveseļojaties" (t.i., "Es tikai cenšos jums palīdzēt") vai "Tā kā jūs esat dziednieks, es atveseļošos, pateicoties jums." (t.i., "Zemniece"). Protams, jebkurš saprātīgs ārsts principā to apzinās. Patiesi, šādu atziņu ir guvis katrs ārsts, kurš kaut reizi

* *Primum non nocere* (latīņu val.) – galvenais ir nekaitēt. – Red.

** *Vis medicatrix naturae* (latīņu val.) – dabas dziedinošais spēks. – Red.

praktizējis klīnikā ar labu reputāciju. Attiecīgi var teikt, ka laba klīnika ir tā, kurā ārsti darbojas atbilstoši šādiem principiem.

Savukārt spēli "Psihiatrija" vairāk ir iecienījuši tie pacienti, kurus iepriekš ārstējuši ne visai kompetenti psihoterapeiti. Piemēram, daži pacienti cītīgi izvēlas vājus psihoanalitiķus. Viņi staigā no viena ārsta pie cita un tādējādi uzskatāmi apliecina faktu, ka ir nedziedināmi, bet vienlaikus apgūst arvien jaunus un viltīgākus "Psihiatrijas" spēles paņēmienus. Pakāpeniski tas noved pie tā, ka pat visaugstākās klases klīnicistiem kļūst grūti atšķirt graudus no pelavām. Dubultā transakcija no pacienta puses ir šāda.

Pieaugušais: "Esmu atnācis, lai jūs mani izdziedinātu."

Bērns: "Jūs mani nekad neizdziedināsiet, bet jūs man iemācīsiet kļūt par vēl lielāku neirotiķi (vēl labāk spēlēt "Psihiatriju")."

Līdzīgā veidā norisinās spēle "Garīgā veselība", kurā Pieaugušā apgalvojums skan šādi: "Stāvoklis uzlabosies, ja es ņemšu vērā garīgās veselības principus, par kuriem esmu lasījis un dzirdējis." Kāda paciente iemācījās spēlēt "Psihiatriju" pie viena psihoterapeita, "Garīgo veselību" – pie otra, bet trešā ārsta pūļu rezultātā sāka diezgan prasmīgi spēlēt "Transakciju analīzi". Kad ārsts atklāti pārrunāja ar pacientu viņas stāvokli, viņa piekrita atteikties no spēles "Garīgā veselība", bet lūdza atļauju turpināt spēli "Psihiatrija", jo tā viņai ļāva justies apmierinātai. Transakciju psihiatrs piekrita. Tādējādi sieviete vēl vairākus mēnešus atstāstīja savus sapņus un ik pēc nedēļas tos interpretēja. Visbeidzot, varbūt daļēji aiz tīrās pateicības, viņa nolēma, ka varētu būt interesanti noskaidrot, kas ar viņu notiek patiesībā. Viņa nopietni ieinteresējās par transakciju analīzi un guva labus panākumus.

"Psihiatrijas" variants ir "Arheoloģija" (šai spēlei nosaukumu deva dr. Normans Raiders no Sanfrancisko), kurā paciente ieņem tādu pozīciju ka, ja vien viņa noskaidrotu, kuram

piederējusi poga, viss pēkšņi nostātos savās vietās. Rezultātā viņa nemitīgi "atgremo" bērnības notikumus. Dažkārt paciente var ievilināt psihoterapeitu spēlē "Kritika", kurā paciente apraksta savas izjūtas dažādās situācijās, un psihoterapeits skaidro, kas tajās bijis nepareizs. Dažās psihoterapijas grupās iecienīta spēle ir "Pašizpaušme", kas pamatojas uz dogmu "Visas jūtas ir labas". Piemēram, pacients, kurš lieto vulgārus lamuvārdus, var saņemt aplausus vai vismaz netiešus slavinājumus. Tomēr labi sagatavotas grupas dalībnieki drīz vien sapratis, ka tā ir spēle.

Daži psihoterapijas grupu dalībnieki diezgan labi prot noteikt "Psihiatrijas" spēles variantus. Jaunpienācējam viņi jau ļoti drīz liek saprast, ka viņš spēlē "Psihiatriju" vai "Transakciju analīzi" nevis izmanto grupas nodarbības, lai gūtu patiesu ieskatu par savu stāvokli. Kāda sieviete pārgāja no "Pašizpaušmes" grupas vienā pilsētā uz daudz labāk sagatavotu grupu citā pilsētā. Viņa izstāstīja jaunajiem grupas biedriem, ka bērnībā pārdzīvojusi incestu. Sieviete bieži bija atkārtojusi šo stāstu, taču šoreiz gaidītās godbijības vietā saskārās ar grupas biedru pilnīgu vienaldzību. Tas viņu sanikvoja. Viņa pārsteigta atklāja, ka jauno grupu vairāk interesēja nevis senais incesta gadījums, bet gan viņas transakcionālās dusmas. Niknā tonī viņa izteica vārdus, ko acīmredzot pati uzskatīja par vislielāko apvainojumu: viņa apsūdzēja grupas biedrus, ka viņi nav freidisti. Protams, pats Freids psihoanalīzi uztvēra daudz nopietnāk un izvairījās pārvērst to par spēli; viņš sevi par freidistu nesauca.

Nesen tika atklāts jauns "Psihiatrijas" variants, kas saucas "Pasaki man to" un nedaudz atgādina sabiedriskos pasākumos iecienīto laika kavēkli "Divdesmit jautājumi". Vaits pārstāsta sapni vai kādu atgadījumu, un citi dalībnieki, bieži ieskaitot psihoterapeitu, cenšas to interpretēt, uzdodot attiecīgus jautājumus. Kamēr Vaits atbild uz jautājumiem, pārējie dalībnieki turpina iztaujāšanu, līdz beidzot kāds no viņiem izdomā jautājumu, uz ko Vaits nespēj atbildēt. Tad Bleks

atsēžas krēslā ar viszinīgu skatienu, kas it kā saka: "Aha! Ja jūs spētu atbildēt uz šo jautājumu, tad jūsu stāvoklis noteikti uzlabotos. Es savu esmu paveicis." (Attāli radniecīga spēle ir "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ..."). Dažu psihoterapijas grupu nodarbības gandrīz pilnībā pamatojas uz šo spēli, kas var turpināties gadiem ilgi ar minimālam izmaiņām vai panākumiem. "Pasaki man to" piedāvā lielu izteiksmes brīvību pacientam Vaitam, kurš, piemēram, var piespēlēt pārējiem, jūtot, ka viņa atbildes ir neapmierinošas. Viņš var arī spēlēt pretī, atbildot uz visiem uzdotajiem jautājumiem; šajā gadījumā citu spēlētāju apmulsums un dusmas drīz vien kļūs acīmredzamas, jo Vaitis it kā saka: "Es atbildēju uz visiem jūsu jautājumiem, bet jūs neesat mani izdziedinājuši. Ko tas liecina par jums?"

"Pasaki man to" mēdz spēlēt arī skolās, kur skolēni zina, kā "pareizi" atbildēt uz noteikta tipa skolotāja uzdotu jautājumu. Skolēni nevis operē ar viņiem zināmajiem faktiem, bet mēģina uzminēt, kuru no vairākām iespējamām atbildēm vēlas dzirdēt skolotājs. Spēles pedantiskais variants ir vērojams sengrieķu valodas stundās, kurās skolotājs vienmēr gūst pārsvaru pār skolēnu, jo var viņu nostādīt muļķa lomā, pierādot, ka skolēns nav izpratis kādu neskaidru vietu tekstā. To bieži mēdz spēlēt arī senebreju valodas stundās.

6. MUĻĶĪTIS

Tēze. Maigākajā formā spēles tēze ir šāda: "Es smejos kopā ar jums par savu neveiklību un muļķību." Cilvēki ar nopietniem garīgiem traucējumiem var spēlēt drūmo variantu ar tēzi: "Esmu muļķis; tāds nu es esmu, dariet ar mani kaut ko." Abu spēles formu pamatā ir depresīva pozīcija. "Muļķītis" ir jāatšķir no "Lempja", kurā spēlētāja pozīcija ir daudz agresīvāka un neveiklība tiek izmantota ar mērķi panākt piedošanu. To nepieciešams atšķirt arī no "Klauna", kas ir nevis spēle, bet laika kavēklis, un nostiprina pozīciju "Esmu apķērīgs un nekaitīgs". Kritisko transakciju "Muļķīti" realizē

Vaits, kurš piespiež Bleku nosaukt viņu par muļķi vai arī reaģē tā, it kā būtu muļķis. Tādējādi Vaits rikojas līdzīgi Lempim, tikai nelūdz piedošanu. Patiesībā piedošanas saņemšana liktu viņam justies neveikli, jo apdraudētu viņa pozīciju. Vaits var uzvesties kā klauns, tikai bez mazākās norādes uz tīši bērnišķīgu uzvedību. Viņš vēlas, lai viņa rīcība tiktu uztverta nopietni, proti, kā patiesas muļķības apliecinājums. Šī spēle piedāvā vērā ņemamu ārēju ieguvumu: jo trūcīgākas ir Vaita zināšanas, jo efektīvāka viņa spēle. Tādējādi skolā viņam nav nepieciešams mācīties, bet darbā viņam nav jādara nekas tāds, kas varētu sekmēt viņa paaugstināšanu. Jau no mazām dienām Vaits zina, ka visi būs apmierināti ar viņu, kamēr viņš būs muļķītis, par spīti tam, ka vārdos varbūt apliecinās pretējo. Cilvēki jūtas pārsteigti, kad saspringtā situācijā, ja vien Vaits nolemj tikt ar to galā, izrādās, ka viņš nebūt nav muļķis – ne dumjāks par trešo tēva dēlu pasakā.

Antitēze. Maigākajā spēles formā antitēze ir vienkārša. Ja anti-“Muļķīša” spēlētājs Vaitam nepiespēlē, proti, nesmejas par viņa neveiklību vai nerāj par muļķību, tad var kļūt par viņa draugu uz mūžu. Viena no spēles niansēm ir tā, ka to bieži spēlē ciklotimiskas vai maniakāli depresīvas personības. Kad šādus cilvēkus pārņem eiforija, rodas iespaids, ka viņi patiesi vēlas, lai apkārtējie par viņiem smietos. Bieži ir patiešām grūti par viņiem nesmieties, jo šķiet, ka pretējā gadījumā viņi apvainosies. Zināmā mērā tas atbilst patiesībai, jo nesmiešanās apdraudētu viņu pozīciju un sabojātu spēli. Taču, kad viņus pārņem depresija un aizvainojums pret tiem, kas smējušies kopā ar viņiem vai par viņiem, tad cilvēks, kurš atturējies no smiekliem, saprot, ka ir rikojies pareizi. Viņš var izrādīties vienīgais, ar kuru pacients vēlas arī turpmāk satīties vai aprunāties, bet visi bijušie “draugi”, kurus spēle uzjautrināja, tagad ir kļuvuši par ienaidniekiem.

Nav nekādas nozīmes teikt Vaitam, ka viņš patiesībā nemaz nav muļķis. Iespējams, ka viņš patiešām nav apveltīts ar labām spriešanas spējām un to labi apzinās; varbūt tieši tāpēc

viņš ir uzsācis šo spēli. Tomēr var būt īpašas jomas, kurās Vaits ir pārāks par citiem; bieži viena no tām ir psiholoģija. Būtu vēlams izrādīt cieņu pret viņa apdāvinātību nevis neveikli mēģināt viņam "iedvest pārliecību par savām spējām". Atskārsme, ka citi cilvēki ir pat vēl muļķīgāki, Vaitam varētu sniegt skaudru apmierinājumu, taču būtu visai mazs mierinājums. Patiesi, šādā ceļā gūta "pašpārliecība" nav saprātīga psihoterapeitiska procedūra; parasti tas ir gājiens spēlē "Es tikai cenšos jums palīdzēt". Spēles "Muļķītis" antitēze ir nevis tās aizstāšana ar citu spēli, bet gan pilnīga atteikšanās no spēlēšanas.

Drūmā spēles varianta antitēze ir daudz problemātiskāka, jo drūmais spēlētājs cenšas izprovocēt nevis smieklus vai zobošanos, bet gan partneru bezpalīdzības izjūtu vai uzbudinājumu; ar to viņš labi tiek galā, pateicoties savai prasībai "Dariet ar mani kaut ko". Tādējādi viņš gūst uzvaru jebkurā gadījumā. Ja Bleks neko nedara, tad tāpēc, ka jūtas bezpalīdzīgs; ja viņš kaut ko mēģina iesākt, tad tāpēc, ka ir uzbudināts. Šādiem cilvēkiem ir raksturīga tendence spēlēt arī "Kāpēc jūs ne ...? – Jā, bet ...", kā rezultātā viņi gūst līdzīgu, tikai maigākā formā izteiktu apmierinājumu. Šādos gadījumos nav viegli rast risinājumu. Iespējams, ka tas izdosies tikai tad, kad mēs labāk izpratisim spēles psihodinamiku.

7. INVALIDS

Tēze. Visdramatiskākā "Invalida" forma ir "Aizbildināšanās ar vājprātu". Transakciju valodā to var pārtulkot šādi: "Ko jūs varat gaidīt no tik emocionāli traumēta cilvēka kā es? Kā lai es atturos no slepkavošanas?" No zvērīnātajiem tiek gaidīta atbilde: "Patiešām, to mēs no jums nevaram prasīt!" Amerikas kultūrā "Aizbildināšanās ar vājprātu" ir sabiedrībā atzīta juridiska spēle, ko nepieciešams atšķirt no gandrīz visā pasaulē pieņemtā principa, ka cilvēks patiešām var būt psihiski slims un tādējādi no viņa nevar prasīt atbildību par noteiktu rīcību. Savukārt, piemēram, Japānā jebkura veida varmācīgu

uzvedību var aizbaidināt ar dzērumu, bet Krievijā kara laikā to varēja attaisnot ar militāru nepieciešamību (spriežot pēc autora rīcībā esošās informācijas).

“Invalida” tēze ir “Ko jūs varat gaidīt no invalida?” Saprotams, ka vairums ļaužu no invalida gaida tikai to, lai viņš pats stūrētu savu ratiņkrēslu. Taču Otrā pasaules kara laikā kāds vīrs ar koka kāju armijas hospitāļu amputācijas centros mēdza uzstāties, ļoti prasmīgi dejojot džīterbagu. Ir aklie, kuri strādā par advokātiem vai darbojas politikā (manā dzimtajā pilsētā šādu cilvēku ievēlēja par pilsētas mēru), kurliē, kuri strādā par psihietriem, un cilvēki ar amputētām rokām, kuri iemācījušies rakstīt ar rakstāmmašīnu.

Kamēr cilvēks ar reālu, pārspilētu vai pat tikai iztēlotu invaliditāti jūtas apmierināts ar savu dzīvi, nevienam nav tiesību iejaukties. Taču brīdī, kad viņš vērsas pēc palīdzības pie psihiatra, rodas jautājums, vai viņš gūst no dzīves labāko, ko tā var sniegt, un vai viņš spēj pacelties pāri saviem fiziskajiem trūkumiem. Šajā zemē (t.i. Amerikā – *tulk. piez.*) psihoterapeits ir spiests oponentēt viedoklim, ko pārstāv plaši izglītotās publikas slāņi. Pat pacienta tuvākie radnieki, kuri visskaļāk sūdzas par viņa slimības radītajām neērtībām, var galu galā paust neapmierinātību ar psihoterapeitu, ja pacienta stāvoklis ievērojami uzlabojas. Spēju analītiķim šāda situācija ir labi saprotama, bet viņa uzdevums no tā vieglāks nekļūst. Visi cilvēki, kuri spēlē “Es tikai cenšos jums palīdzēt”, izjūt pastāvīgus draudus, ka viņu spēle varētu pēkšņi aprauties, ja patients izrādītu vēlēšanos tikt galā pats saviem spēkiem. Dažkārt viņi izmanto visai radikālas metodes, lai apturētu pacienta atveseļošanos.

Abu pušu nostāju ilustrē nodaļā “Trūkumcietējs” aprakstītais gadījums ar mis Blekas klientu, kurš raustīja valodu. Šis cilvēks spēlēja klasisko “Invalida” variantu. Savu nespēju atrast darbu viņš pilnīgi pareizi saistīja ar faktu, ka rausta valodu, jo saskaņā ar paša teikto viņu interesēja tikai un vienīgi komivojažiera darbs. Kā brīvam pilsonim viņam bija

tiesības izvēlēties nodarbošanos pēc paša ieskatiem, taču, tā kā viņš raustīja valodu, viņa izvēle raisīja pamatotu jautājumu par motīvu skaidrību. Kad mis Bleka centās pārtraukt spēli, izpalīdzīgās aģentūras reakcija izrādījās viņai ļoti nelabvēlīga.

Īpaši lielu kaitējumu spēle "Invalids" nodara klīniskajā praksē, jo pacients var atrast psihoterapeitu, kurš tāpat iecienījis šo spēli un izmanto tos pašus aizbaidinājumus, kā rezultātā pacienta atveseļošanās kļūst pilnīgi neiespējama. Samērā viegli izmantojami ir "Ideoloģiski aizbaidinājumi", piemēram: "Ko jūs varat gaidīt no cilvēka, kurš dzīvo tādā sabiedrībā kā mūsējā?" Kāds pacients to apvienoja ar "Psihosomatisku aizbaidinājumu": "Ko jūs varat gaidīt no cilvēka ar psihosomatiskiem simptomiem?" Viņš ārstējās pie vairākiem psihoterapeitiem, no kuriem katrs atzina vienu aizbaidinājumu, bet noliedza pārējos. Neviens no viņiem nespēja panākt, lai pacients vai nu justos apmierināts ar savu stāvokli, atzīstot abus viņa aizbaidinājumus, vai arī panākt stāvokļa izmaiņas, tos noliedzot. Tādējādi pacients pierādīja, ka psihiatrija cilvēkiem palīdzēt nespēj.

Daži no aizbaidinājumiem, kurus pacienti izmanto, lai attaisnotu savu simptomātisko uzvedību, ir saaukstēšanās, galvas savainojumi, situatīvais stress, mūsdienu dzīves tempa radīts stress, Amerikas kultūra un ekonomiskā sistēma. Izglītots cilvēks viegli atrod autoritāšu atbalstu: "Es dzeru tāpēc, ka esmu irs" vai "Tas nenotiktu, ja es dzīvotu Krievijā vai Taiti." Patiesībā psihiatrisko kliniku pacienti Krievijā un Taiti daudz neatšķiras no pacientiem Amerikas klīnikās.1 Tādus īpašus aizbaidinājumus kā "Ja nebūtu viņu" vai "Man piesēja lietu" vienmēr vajadzētu ļoti rūpīgi novērtēt gan klīniskajā praksē, gan sociālajos pētījumos.

Nedaudz izsmalcinātāki ir tādi aizbaidinājumi kā, piemēram, "Ko jūs varat gaidīt no cilvēka, kurš a) audzis šķirtā ģimenē, b) ir neirotiķis, c) ārstējas pie psihoanalītiķa, d) cieš no alkoholisma slimības. Tos vainago apsvērumi: "Ja es pār-

traukšu to darīt, es vairs nespēju to analizēt, un man nekad nepaliks labāk."

"Invalidu" papildinoša spēle ir "Rikša", kas pamatojas uz tēzi: "Ja vien šajā pilsētā būtu rikšas (pīļknābji; meitenes, kas runā senēģiptiešu valodā), es nekad neiekultos tādās nepatikšanās."

Antitēze. Anti-"Invalidu" realizēt nav grūti, ja psihoterapeits spēj skaidri nošķirt pats savus Vecākus no Pieaugušā un ja psihoterapijas mērķi precīzi izprot abas puses.

Vecāku pusi var pārstāvēt "labie" vai "skarbie" Vecāki. "Labie" Vecāki spēj pieņemt pacienta aizbaidinājumus, īpaši tad, ja tie atbilst viņu pašu uzskatiem. Iespējams, šo nostāju papildina racionāls arguments, ka cilvēki nav atbildīgi par savu rīcību, kamēr nav pabeiguši psihoterapijas kursu. "Skarbie" Vecāki var neņemt vērā aizbaidinājumus un iesaistīties sacensībā ar pacientu. Abi attiecību veidi "Invalida" spēlētājam ir labi pazīstami. Viņš arī zina, kā gūt maksimālu apmierinājumu katrā no tiem.

Psihoterapeita Pieaugušais noliedz abas šīs iespējas. Kad pacients jautā: "Ko jūs varat gaidīt no neirotiķa?" (vai izmanto jebkura cita veida aizbaidinājumu), atbilde skan: "Es neko negaidu; jautājums ir par to, ko jūs pats no sevis gaidāt." Vienīgā prasība, ko psihoterapeits izvirza pacientam, ir sniegt nopietnu atbildi uz šo jautājumu, un viņa vienīgā piekāpšanās ir atvēlēt pacientam saprātīgu laika sprīdi, lai viņš spētu sagatavot atbildi. Tas var ilgt no sešām nedēļām līdz sešiem mēnešiem, atkarībā no attiecībām starp ārstu un pacientu, kā arī no pacienta iepriekšējās sagatavotības.

ATSAUCE

1 Berne, E. "The Cultural Problem: Psychopathology in Tahiti." *American Journal of Psychiatry*. 116: 1076-1081, 1960.

Labās spēles

7 may be
 Psihiatra profesija ir, iespējams, vienīgā, kas ļauj veikt adekvātu spēļu analīzi. Diemžēl klīniskajā praksē psihiatrs sastopas galvenokārt ar cilvēkiem, kuri iecienījuši destruktīvas spēles. Tāpēc mūsu rīcībā esošie klīniskie novērojumi lielākoties attiecas uz tā dēvētajām "sliktajām" spēlēm. Saskaņā ar definīciju spēle ir darbība, kas pamatojas uz slēptām transakcijām, un nepieciešami ietver elementu, kas spēlētājam ļauj izmantot situāciju savā labā. Tādējādi gan praktiska, gan teorētiska iemesla dēļ "labo" spēļu meklēšana ir visai grūts uzdevums. "Labās" spēles raksturīga pazīme ir pozitīvā sociālā ieguldījuma pārsvars pār motivācijas neviennozīmību, īpaši gadījumā, ja spēlētājs ar savu motivāciju samierinās nopietni un bez cinisma. Tādējādi "laba" spēle vadošajam spēlētājam ļauj apliecināt savas labās īpašības un vienlaikus veicināt citu spēles dalībnieku labklājību. Mūsu uzdevums ir meklēt arvien jaunus "labās" spēles, jo spēles aizņem lielāko daļu no pat vislabākajām sociālās saskarsmes un organizācijas formām. Šajā nodaļā mēs apskatīsim vairākus "labo" spēļu piemērus, vienlaikus atzīstot to skaitlisko un analīzes nepietiekamību. Mēs aplūkosim šādas "labās" spēles: "Lietišķa cilvēka brīvdienas", "Kavalieris", "Priecājos, ka varu jums palīdzēt", "Ciema gudrais" un "Viņi priecāsies, ka pazina mani".

♦ 1. LIETIŠĶA CILVĒKA BRĪVDIENAS

Tēze. Precizitātes labad jāatzīst, ka tā ir ne tik daudz spēle, cik laika kavēklis. Tas ir acīmredzami konstruktīvs laika kavēklis, jo visi dalībnieki gūst no tā kādu labumu. Piemēram, pastnieks amerikānis dodas uz Tokiju, lai palīdzētu savam

japāņu kolēģim iznēsāt pastu, vai arī amerikānis otolaringologs pavada atvaļinājumu, strādājot kādā Haiti slimnīcā. Visticamāk, viņš jutīsies tikpat atpūties un būs guvis tikpat daudz interesantu iespaidu kā tad, ja būtu devies medīt uz Āfriku vai braucis mašīnā pa autostrādi no vienas kontinenta malas līdz otrai. Raksturīgs "Lietišķa cilvēka brīvdienu" piemērs ir Miera korpusa darbība.

"Lietišķa cilvēka brīvdienas" kļūst par spēli gadījumā, ja darbam ir tikai sekundāra nozīme, proti, ja darbs tiek veikts ar slēptu motivāciju un kalpo par aizsegu citiem mērķiem. Tomēr pat šādos apstākļos spēle nezaudē konstruktivitāti, un ir viens no pozitīvākajiem cita veida darbību (kas arī var būt konstruktīvas) aizsegiem.

2. KAVALIERIS

Tēze. "Kavalieri" spēlē vīrieši, kuriem nav seksuālu mērķu attiecībā pret konkrētu sievieti. Dažkārt to spēlē jauni vīrieši, kurus apmierina viņu laulība vai neformālie mīlas sakari, tomēr visbiežāk to spēlē vecāka gadagājuma vīrieši, kuri labprātīgi samierinājušies ar monogāmām attiecībām vai celibātu. Kad Vaitis sastop piemērotu sievieti kārtas būtni, viņš izmanto katru iespēju, lai paslavētu viņas labās īpašības, tomēr nekad nepārkāpj robežas, ko uzliek sievietes stāvoklis sabiedrībā, konkrētā situācija un labā toņa prasības. Taču šo robežu ietvaros Vaitis ļauj vaļū savam radošajam garam, entuziasmam un oriģinalitātei. Vīrieša mērķis ir nevis pāvedināt sievieti, bet gan demonstrēt savu virtuozitāti komplimentu teikšanas mākslā. Iekšējais sociālais ieguvums ir prieks, ko sievietei sagādā Vaita nevainīgā mākslinieciskā meistarība, un viņas atsaucīgā vēlme to pozitīvi novērtēt. Piemērotos gadījumos, kad gan vīrietis, gan sieviete apzinās spēles būtību, abpusējas sajūsmas rezultātā spēle var sasniegt ekstravagances robežu. Protams, sabiedrības cilvēks zina, kurā brīdī jāapstājas. Viņš pārtrauks spēli, ja jutis, ka vairs nespēj sievieti uzjautrināt (ņemot vērā viņas intereses) vai ka viņa

izteiktie komplimenti sāk zaudēt pievilcību viņas acīs (ņemot vērā savu amata meistara lepnumu). Ārēji sociālo mērķu labad "Kavalieri" mēdz spēlēt, piemēram, dzejnieki, kuri, protams, vēlas gūt savas mūzas atzinību, taču tikpat lielā mērā, ja ne vēl lielākā, ir ieinteresēti gūt pozitīvu novērtējumu no profesionālu kritiķu vai plašas publikas puses.

Eiropieši ir daudz romantiskāki nekā amerikāņi (īpaši briti, pateicoties savai romantiskajai dzejai), tāpēc vienmēr ir bijuši arī daudz prasmīgāki "Kavaliera" spēlētāji. Mūsu valstī (Amerikā – tulk. piez.) šī spēle ir atstāta lielākoties tā dēvētās "Augļu stenda" dzejas skolas ziņā: jūsu acis ir kā avokado, jūsu lūpas ir kā gurķīši utt. "Augļu stenda" tipa "Kavalieris" diez vai spēj mēroties elegancē ar Herika vai Lavleisa sacerējumiem, vai pat ar ciniskajiem, tomēr tēlainajiem Ročestera, Roskomona un Dorseta darbiem.

Antitēze. Lai sieviete labi spēlētu savu lomu, viņai jābūt gudrai un pietiekami izsmalcinātai. No "Kavaliera" spēles pilnībā atteiksies tikai īgna un muļķīga sieviete. Pareizākais Vaitam veltītais kompliments būtu: "Ak, cik jūs esat brīnišķīgs, mister Mergatroid!" (CJEBMM), kas nozīmētu: "Es apbrīnoju jūsu darbus, mister M." Ja sieviete ir nejutīga un bez iztēles, viņa var atbildēt ar vienkāršu CJEBMM, neaptverot, ka Vaitis vēlas, lai sieviete apbrīnotu viņa dzeju, nevis viņu pašu. Brutāla antitēze no īgnas sievietes puses ir otrā līmeņa "Dinamo" spēle ("Liecies mierā, bezkauņa tāds!"). Ja sieviete sadomā spēlēt trešā līmeņa "Dinamo", tad šādos apstākļos no viņas puses tā ir neizsakāmi zemiska rīcība. Ja sieviete ir vienkārši muļķe, tad spēlē pirmā līmeņa "Dinamo": viņa uzklausu komplimentus, lai gandarītu savu patmīlību, un atstāj bez ievēribas vai nespēj novērtēt Vaita radošos centienus un talantu. Kopumā spēle ir sabojāta, ja sieviete pret to attiecas kā pret pavedināšanas mēģinājumu nevis kā pret literāro sasniegumu demonstrāciju.

Radniecīgās spēles. "Kavalieris" kā spēle ir jāatšķir no operācijām un procedūrām, kas ir vienkāršas transakcijas bez

slēptas motivācijas un tiek veiktas ar tiešu mērķi iekarot sievieti. "Kavaliera" pretējais variants, kurā vadošā spēlētāja ir sieviete, saucas "Pielūdžēja", jo to bieži spēlē galantas īru lēdijas savas dzīves novakarē.

DAĻĒJA ANALĪZE

Mērķis. Savstarpēja apbrīnošana.

Lomas. Dzejnieks, Apbrīnotā sieviete.

Sociālā paradigma. Pieaugušais-Pieaugušais.

Pieaugušais (vīrietis): "Redziet, cik labi jūs jūtaties manā sabiedrībā."

Pieaugušais: (sieviete): "Patiesi, jūs man liekat justies labi."

Psiholoģiskā paradigma. Bērns-Bērns.

Bērns (vīrietis): "Redziet, kādas dzejas rindas es protu radīt."

Bērns (sieviete): "Jūs patiesi esat apveltīts ar radošu garu."

Ieguvumi. 1. Iekšēji psiholoģiskais – radošu spēju izpausme un pārliecināšanās par savas pievilcības spēku. 2. Ārēji psiholoģiskais – izvairīšanās no atteikuma stāties nevajadzīgās seksuālās attiecībās. 3. Iekšēji sociālais – "Kavalieris". 4. Ārēji sociālais – no tā var atteikties. 5. Bioloģiskais – savstarpējas noglaidīšanas. 6. Eksistenciālais – "Es protu dzīvot skaisti."

3. PRIECĀJOS, KA VARU JUMS PALĪDZĒT

Tēze. Vaitis pastāvīgi palīdz citiem cilvēkiem, tomēr dara to ar kādu slēptu mērķi. Varbūt viņš cenšas izpirkt pagātnes grēkus, slēpj tagadējās ļaunprātības, cenšas iegūt draugus, lai pēcāk viņus izmantotu, vai nostiprināt stāvokli sabiedrībā. Taču, lai kādi arī būtu Vaita motīvi, viņa rīcība ir vērtējama pozitīvi. Galu galā cilvēki var slēpt pagātnes grēkus, kļūstot vēl samaitātāki, izmantot citus cilvēkus, iedvešot viņiem bailes nevis pateicības jūtas, vai nostiprināt stāvokli sabiedrībā, darot citiem jaunu nevis labu. Dažus filantropus vairāk interesē

sacensība nevis sabiedrības labvēlība: "Es ziedoju vairāk naudas (mākslas darbu, zemes gabalu) nekā tu." Taču arī šajā gadījumā, pat ja viņu motīvi ir apšaubāmi, tomēr darbība ir bijusi konstruktīva; jāņem vērā, ka daudzi cilvēki izvēlas destruktīvu sacensības veidu. Lielākā daļa cilvēku (vai valstu), kas spēlē "Pricājos, ka varu jums palīdzēt", iemanto gan draugus, gan ienaidniekus, turklāt abos gadījumos pilnīgi pamatoti. Ienaidnieki apšaubā viņu motīvus un noniecina viņu nopelnus, savukārt draugi jūtas pateicīgi par viņu rīcību, bet par motīviem cenšas nedomāt. Tādējādi "objektīva" diskusija par šo spēli ir praktiski neiespējama. Cilvēki, kuri šķietami ieņem neitrālu pozīciju, drīz vien uzskatāmi nostājas vienā vai otrā pusē.

Amerikā uz šo spēli (kā manevru ar mērķi izmantot citus cilvēkus) pamatojas lielākā daļa "sabiedrisko attiecību". Taču patērētāji labprāt tajā piedalās, un, iespējams, tā ir vispatīkamākā un konstruktīvākā no komerciālajām spēlēm. Citā attiecību jomā tā gūst nosodāmu formu, piemēram, kā ģimenes spēle trim dalībniekiem, kurā māte un tēvs sacenšas par savas atvases labvēlību. Taču jāatzīmē, ka "Pricājos, ka varu tev palīdzēt" nav pati sliktākā vecāku izvēle, jo pastāv arī daudz neglītu paņēmieni, kā noskaņot bērnu savā labā, piemēram: "Māmiņa nav tik vesela kā tētis" vai "Kāpēc tu viņu mīli vairāk nekā mani?"

4. CIEMA GUDRAIS

Tēze. Pareizāk būtu teikt, ka tā ir nevis spēle, bet dzīves scenārijs ar spēles elementiem. Labi izglītots un gudrs cilvēks līdzās savām profesionālajām iemaņām apgūst arī zināšanas daudzās citās jomās. Beidzot darba gaitas, viņš no lielpilsētas, kur ieņēma atbildīgu amatu, pārceļas uz dzīvi mazā pilsētiņā. Drīz vien visi tās iedzīvotāji uzzina, ka var pie viņa vērsties pēc palīdzības visdažādākajos jautājumos, sākot ar troksni mašīnas motorā un beidzot ar problēmām, ko sagādā vecīgs radnieks. Ļaudis zina, ka viņš vai nu palīdzēs pats, ja vien to spēs, vai arī prātis ieteikt kādu speciālistu. Tādējādi viņš drīz vien iejūtas

jaunajā vidē un kļūst pazīstams kā "Ciema gudrais". Viņš neizvirza nekādas pretenzijas, bet vienmēr ir gatavs citus uz klausīt. Vislabākajā formā "Ciema gudro" spēlē cilvēki, kuri uzņēmušies grūtības apmeklēt psihoterapeitu, lai noskaidrotu savu motivāciju un uzzinātu, no kādām kļūdām vēlams izvairīties, spēlējot šo lomu.

5. VIŅI PRIECĀSIES, KA PAZINA MANI

Tēze. Tas ir visvērtīgākais spēles "Es viņiem parādīšu" variants. Spēlei "Es viņiem parādīšu" var būt divas formas. Destruktīvajā formā Vaitis "viņiem parāda", nodarot kādu kaitējumu. Viņš veic noteiktus manevrus, lai iegūtu augstāku stāvokli, nevis ar mērķi gūt prestižu vai materiālu atlīdzību, bet ar mērķi iegūt varu, kas viņam ļautu iespītēt citiem. Konstruktīvajā formā Vaitis smagi strādā un pieliek visas pūles, lai sasniegtu noteiktu stāvokli. Viņa mērķis ir nevis pilnveidot savu meistarību vai gūt atzinību par saviem sasniegumiem (tam var būt sekundāra nozīme), vai tieši kaitēt saviem ienaidniekiem, bet gan panākt, lai šos ienaidniekus pārņemtu skaudība un nožēla par to, ka viņi pret Vaitu ir tik slikti izturējušies.

Spēlē "Viņi priecāsies, ka pazina mani" Vaitis darbojas nevis pretēji bijušo biedru interesēm, bet gan viņu labā. Viņš vēlas pierādīt, ka viņiem ir pamats izturēties draudzīgi un ar cieņu, un viņu pašu labā nodemonstrēt, ka šāds viņu spriedums ir pareizs. Lai gūtu drošu uzvaru spēlē, Vaita izvēlētajiem līdzekļiem un mērķiem jābūt godājamiem; tieši tāpēc šī spēle ir pārāka par "Es viņiem parādīšu". Iespējamās situācijas, kurās gan "Es viņiem parādīšu", gan "Viņi priecāsies, ka pazina mani" ir ne tik daudz spēles, cik vienkārši sekundāri panākumu rezultāti. Par spēlēm tās kļūst brīdī, kad Vaitu vairāk interesē nevis paši panākumi, bet gan to iespaids uz viņa ienaidniekiem vai draugiem.

TREŠĀ DAĻA

Aiz spēļu robežas

THE HISTORY OF THE

REIGN OF KING CHARLES THE FIRST

BY JOHN BURNET

IN TWO VOLUMES

VOLUME THE FIRST

FROM THE ORIGINAL MANUSCRIPTS

AND THE BEST EDITIONS

BY JOHN BURNET

AND

THE HISTORY OF THE

REIGN OF KING CHARLES THE SECOND

BY JOHN BURNET

IN TWO VOLUMES

VOLUME THE SECOND

FROM THE ORIGINAL MANUSCRIPTS

AND THE BEST EDITIONS

BY JOHN BURNET

AND

THE HISTORY OF THE

REIGN OF KING CHARLES THE SECOND

BY JOHN BURNET

TRĪSPADSMITĀ NODAĻA

Spēļu nozīme

1. Spēles pāriet no paaudzes uz paaudzi. Katra cilvēka iecienītajām spēlēm var izsekot gan pagātnē, gan nākotnē: tās spēlējuši viņa vecāki un vecvecāki, tās spēlēs arī viņa bērni, kuri, ja vien nebūs veiksmīgas iejaukšanās no ārpusē, tās mācīs saviem bērniem. Tādējādi spēļu analīze aptver plašu vēsturisku fonu – tā iesniedzas simt gadu tālā pagātnē un ir drošticami projicējama vismaz piecdesmit gadu tālā nākotnē. Ja šī ķēde, kas savieno piecas vai vairāk paaudzes, netiek pārtraukta, tā turpina attīstīties ģeometriskā progresijā. Daudziem vēl dzīviem cilvēkiem ir vairāk nekā 200 pēcnācēju. Pārejot no paaudzes uz paaudzi, spēļu forma var mainīties, taču cilvēkiem ir raksturīga tendence stāties laulībā ar partneri, kurš iecienījis tās pašas grupas – ja ne veida – spēles. Tā ir spēļu *vēsturiskā nozīme*.

2. “Audzināt” bērnus pirmām kārtām nozīmē mācīt viņiem spēļu mākslu. Dažādām kultūrām un sabiedrības slāņiem ir raksturīgi savi spēļu veidi, bet dažādas ciltis un ģimenes ir iecienījušas atšķirīgas šo spēļu variācijas. Tā ir spēļu *kultūrvēsturiskā nozīme*.

3. Spēles atrodas pa vidu starp laika kavēkļiem un patiesu tuvību. Laika kavēkļi, piemēram, kokteiļvakari par godu paaugstināšanai amatā, pastāvīgi atkārtojas, tāpēc kļūst apnicīgi. Savukārt patiesa tuvība prasa ievērot lielu piesardzību, turklāt Vecāki, Pieaugušais un Bērns pret to ir noskaņoti visai naidīgi. Sirsnīga atklātība sabiedriskās attiecībās nav vēlama. Sabiedrība nemīl vaļsirdību; tā tiek pieļauta tikai privātajā dzīvē, jo veselais saprāts apgalvo, ka atklātību vienmēr var izmantot ļaunprātīgi, savukārt Bērns no tās baidās tāpēc, ka var tikt atmaskots. Tādējādi, lai izvairītos

no garlaicīgajiem laika kavēkļiem un vienlaikus nepakļautu sevi tuvības briesmām, lielākā daļa cilvēku izšķiras par kompromisa lēmumu spēlēt spēles, kad vien tās ir pieejamas.

Tieši spēles aizpilda lielāko un interesantāko daļu no sabiedrībā pavadītā laika. Tā ir spēļu sociālā nozīme.

4. Ļaudis izvēlas par draugiem, sabiedrotajiem un mīļotajiem tos cilvēkus, kuri spēlē tās pašas spēles. Tādējādi pie noteiktas sociālas grupas (aristokrātijas, blēžu bandas, kluba, augstskolas) piederoša cilvēka uzvedība var likties pilnīgi nepieņemama citas grupas locekļiem. Un otrādi, ikviens sociālas grupas loceklis, kurš nolemj mainīt ierasto spēļu kārtību, visticamāk tiks izstumts no savām aprindām un uzņemts citā sabiedrībā. Tā ir spēļu personiskā nozīme.

PIEZĪME

Lasītājs nu jau spēs novērtēt galveno atšķirību starp matemātisko un transakciju spēļu analīzi. Matemātiskā spēļu analīze pamatojas uz postulātu par spēlētāju pilnīgu racionalitāti. Transakciju spēļu analīze aplūko spēles, kas ir neracionālas vai pat iracionālas un tādējādi daudz vairāk atbilst dzīves īstenībai.

Spēlētāji

Daudzas spēles visintensīvāk spēlē tieši psihiski nelīdzsvaroti cilvēki, tāpēc var secināt, ka, jo nestabilāka ir cilvēka psihe, jo nopietnāka ir viņa spēle. Tomēr divainā kārtā daži šizofrēniķi atsakās piedalīties spēlēs un jau no paša sākuma pieprasa vaļširdīgu attieksmi pret sevi. Ikdienas dzīvē visdedzīgākie spēlētāji ir divu veidu cilvēki — Igņa un Niecības jeb Mietpilsoņi. *Nepūsties pieņemot*

Igņa ir cilvēks, kurš dusmojas uz savu māti. Rūpīga analīze parāda, ka viņš ir bijis nikns uz māti jau kopš agras bērnības. Bieži viņa dusmām ir pamatoti "Bērna" iemesli: varbūt māte viņu "pametusi" zēna gadu kritiskajā periodā, jo saslīmusi un ilgi gulējusi slimnīcā, vai varbūt dzemdējusi viņam pārāk daudz brāļu un māsu. Dažkārt pamešana ir bijusi daudz ļaunprātīgāka; varbūt māte aizsūtījusi viņu uz laukiem, bet pati otrreiz apprecējusies. Jebkurā gadījumā kopš tā laika viņš vienmēr ir bijis saīdzis. Pieaudzis viņš nemīl sievietes, kaut gan var būt donžuāns. Tā kā īgnošanās ir pilnīgi apzināta, tad jebkurā dzīves brīdī viņš var to pārtraukt; līdzīgi notiek ar bērniem, kuri beidz "pūsties", kad pienāk pusdienu laiks. Pieaudzis Igņa pieņem lēmumu vairs "nepūsties" tāpat, kā to dara mazs zēns. Viņš nedrīkst zaudēt pašcieņu, un viņam jāsaņem pretī kaut kas tikpat vērtīgs kā privilēģija īgnoties. Dažkārt Igņa pārtrauc spēlēt "Psihiatriju", kas citkārt ilgtu vairākus gadus, vienkārši pieņemot lēmumu vairs neīgnoties. Tas prasa rūpīgu pacienta sagatavošanas darbu, un psihoterapeitam jāprot izvēlēties gan pareizais laiks, gan metode. Ja psihoterapeits atļausies būt netaktisks vai mēģinās pacientu iebiedēt, tad neko nepadara, līdzīgi kā nav nozīmes dusmoties uz mazu "sapūtušos" zēnu. Ilgstošā laika posmā

pacients psihoterapeitam atriebsies par viņa slikto izturēšanos, tāpat kā mazs zēns beigu beigās atmaksās netaktiskiem vecākiem.

Ar Iņnām sievietēm situācija ir līdzīga, *mutatis mutandis*, ja viņu dusmas ir vērstas pret tēvu. Pret viņu spēli "Invalids" ("Ko jūs varat gaidīt no sievietes, kurai bija tāds tēvs?") psihoterapeitam vīrietim jāizturas pat vēl diplomātiskāk. Pretējā gadījumā pastāv risks, ka viņu iesviedīs papīrgrozā līdzās citiem "tēvam līdzīgajiem vīriešiem".

Katrā cilvēkā ir kaut kas no Niecības, bet spēju analīzes uzdevums ir to samazināt līdz minimumam. Niecība ir cilvēks, kurš pārlietu ļaujas Vecāku ietekmi. Tāpēc kritiskos dzīves brīžos visticamāk būs traucēta gan viņa Pieaugušā spēja racionāli domāt, gan Bērna spontanitāte, un rezultāts būs situācijai neatbilstoša vai neveikla uzvedība. Ekstremālos apstākļos Niecība saplūst ar Lišķi, Lielībnieku un Pielīdēju. Niecību nevajadzētu jaukt ar apmulsušu šizofrēniķi, kuram nefunkcionē Vecāki un tikai ļoti nedaudz funkcionē Pieaugušais, tāpēc viņam jāstājas pretī pasaulei apmulsuša Bērna Es stāvoklī. Interesanti, ka ikdienas valodā ar vārdu "jerk"* apzīmē tikai vīriešus vai retos gadījumos vīrišķīgas sievietes. Svētulē (*Prig*) ir pat vairāk no Mīetpilsoņa (*Square*) nekā Niecībā; Svētule (*Prig*) ir vārds, ko parasti attiecina uz sievietēm, bet reizēm tajā mēdz nosaukt vīriešus ar tieksmi uz sievišķīgu uzvedību.

* *Jerk* (angļu val.) – niecība. – *Tulk.*

PIECPADSMITĀ NODAĻA

Paradigma

Apskatīsim šādu pacientes (P) un psihoterapeita (PT) sarunas piemēru:

P. "Esmu iecerējusi sākt jaunu dzīvi un turpmāk vienmēr ieradīšos laikā."

PT. "Centīšos darīt tāpat."

P. "Es neraizējos par jums. Es to daru sevis dēļ. ... Uzminiet, kādu atzīmi es saņēmu vēstures pārbaudījumā."

PT. "B+."

P. "Kā jūs to zināt?"

PT. "Es zinu, ka jūs baidāties saņemt A."

P. "Jā, man bija A, bet es pārslasīju darbu un izsvitroju trīs pareizās atbildes un to vietā ierakstīju nepareizās."

PT. "Man patīk mūsu saruna. Tā ir brīva no Niecības."

P. "Pagājušo nakti es domāju par to, cik ļoti esmu progresējusi. Es aprēķināju, ka tagad manī ir tikai 17% Niecības."

PT. "Labi, šorīt tā nokritās līdz nullei, tāpēc nākamajā reizē jūs varēsiet atļauties veselus 34%."

P. "Viss sākās pirms sešiem mēnešiem, kad es paskatījos uz savu kafijas kannu un pirmo reizi mūžā to patiesi arī ieraudzīju. Tagad es dzirdu putnu dziesmas, skatos uz cilvēkiem un patiesi redzu viņus, bet visbrīnišķīgākais ir tas, ka tobrīd es pati esmu īstena. Un ne tikai tobrīd, bet arī šeit, šajā mirklī. Kādu dienu es stāvēju mākslas galerijā un aplūkoju gleznu. Kāds cilvēks pienāca man klāt un sacīja: "Gogēns ir ļoti skaists, vai ne?" Un es atbildēju: "Arī jūs man patīkat." Mēs devāmies ārā un kopā iedzērām pa glāzei, un viņš ir ļoti jauks cilvēks."

Tā ir divu autonomu Pieaugušo saruna, kas brīva no Niecības un spēlēm. To varētu komentēt šādi:

"Esmu iecerējusi sākt jaunu dzīvi un turpmāk vienmēr ieradīšos laikā." Šajā reizē vārdi seko darbiem. Iepriekš paciente gandrīz vienmēr nokavēja. Šoreiz viņa ieradās laikā. Ja precizitāte būtu apņēmības rezultāts, "gribasspēka" akts, pienākums, ko Bērnām uzliek Vecāki ar vienīgo mērķi to neizpildīt, tad paciente vispirms paziņotu par savu lēmumu un tikai pēc tam to izpildītu: "Tā ir pēdējā reize, kad es nokavēju." Tas būtu mēģinājums uzsākt spēli. Taču pacientes paziņojums bija citāds. Tas bija Pieaugušā lēmums, gatavs projekts nevis tikai iecere. Paciente arī turpmāk ieradās laikā.

"Centīšos darīt tāpat." Tas nav ne uzmundrinošs sauciens, ne arī pirmais gājiens spēlē "Es tikai cenšos jums palīdzēt." Pacientei atvēlētā stunda ir tūlīt pēc psihoterapeita kafijas pauzes. Tā kā paciente parasti nokavēja, psihoterapeits bija pieradis nesteigties un atgriezties darbā mazliet vēlāk. Kad paciente paziņoja par savu lēmumu, ārsts zināja, ka viņa runā nopietni, un tāpēc izteica līdzīgu paziņojumu. Transakcija bija divu Pieaugušo vienošanās, ko abi ievēroja arī turpmāk. Tā nebija Bērna ķircināšanās, kura Vecāki (Tēvs) savas pozīcijas dēļ jūtas spiests būt "labais papucis" un tāpēc saka, ka darīs tāpat.

"Es neraizējos par jums". To paciente saka, lai uzsvērtu, ka viņas precizitāte ir nopietns lēmums nevis tikai iecere, un viņa necentīsies to izmantot kā paņēmieni pseidopaklausības spēlē.

"Uzminiet, kādu atzīmi es saņēmu." Tas ir laika kavēklis. To apzinās gan ārsts, gan paciente, un abi brīvi tajā piedalās. Psihoterapeitam nav nepieciešams demonstrēt savu modrību, paziņojot pacientei, ka tas ir laika kavēklis, savukārt paciente jau kaut ko zina un nejūtas spiesta atturēties no spēlēšanas tikai tāpēc, ka tas ir laika kavēklis.

"B+." Psihoterapeits aprēķina, ka pacientes gadījumā tā ir vienīgā iespējamā atzīme, un viņam nav iemesla to nepateikt. Viņš neizliekas, ka nezina pareizo atbildi, necenšas izlikties pieticīgs un arī nebaidās kļūdīties.

"Kā jūs to zināt?" Tas ir Pieaugušā jautājums nevis gājiens spēlē "Cik jūs esat brīnišķīgs!" un tāpēc pelna cienīgu atbildi.

"Jā, man bija A." Tas ir īsts pārbaudījums. Paciente "nepūšas", negudro dažādus aizbildinājumus, bet godīgi atzīst sava Bērna rīcību.

"Man patik mūsu saruna." Šī un nākamās pusjokainās piezīmes ir divu Pieaugušo savstarpējas cieņas izpausmes, ko varbūt papildina nedaudzi Vecāku-Bērna laika kavēkļa elementi. Abas puses to dara pilnīgi brīvprātīgi, ko arī apzinās.

"Pirmo reizi mūžā es to patiesi arī ieraudzīju." Paciente ir iemācījusies savā īpašajā veidā skatīt pasauli un vairs nav spiesta vērot kafijas kannas vai cilvēkus tā, kā viņai mācījuši vecāki. "Šeit, šajā mirklī es esmu īstena." Viņa vairs nedzīvo nākotnē vai pagātnē, kaut gan, ja nepieciešams, var sarunā apspriest šos jautājumus.

"Un es atbildēju: "Arī jūs man patīkat."" Paciente nav spiesta velti tērēt laiku, spēlējot "Mākslas galeriju" ar svešu cilvēku, kaut gan to varētu, ja vien gribētu.

Savukārt psihoterapeits nejūtas spiests spēlēt "Psihiatriju". Viņam bija vairākas iespējas apspriest jautājumus par aizsardzības mehānismiem, pārnese un simbolisko interpretāciju, taču viņš no tām atteicās, neizjūtot ne mazāko satraukumu. Tomēr viņam šķita noderīgi precizēt, kuras tieši atbildes paciente izsvītroja savā pārbaudes darbā, lai turpmāk to varētu ņemt vērā. Diemžēl atlikušajā seansa laikā 17% Niecības pacientē un 18% Niecības psihoterapeitā lika sevi manīt. Kopumā var secināt, ka saruna veidoja darbību ar dažiem laika kavēkļa elementiem.

SEŠPADSMITĀ NODAĻA

Autonomija

Par autonomijas sasniegšanu liecina trīs spējas – īstenības apziņa, spontanitāte un tuvība.

Īstenības apziņa. Īstenības apziņa piemīt cilvēkam, kurš spēj redzēt kafijas kannu un dzirdēt putnu dziesmas savā īpašajā veidā un nevis tā, kā viņam mācījuši citi. Pētījumi liecina, ka mazi bērni redz un dzird savādāk nekā pieaugušie¹ un ka pirmajos dzīves gados bērnu pasaules uztvere ir daudz estētiskāka un mazāk intelektuāla nekā pieaugušajiem. Mazs zēns ar sajūsmu aplūko putnus un klausās viņu dziesmās. Tad pienāk "labais tētis", kuram šķiet, ka vajadzētu "dalīties" pārdzīvojumā ar dēlu un palīdzēt viņam "attīstīties". Tēvs saka: "Tas ir silis, bet tas – zvirbulis." Šajā brīdī mazais zēns cenšas atšķirt, kurš no putniem ir silis, bet kurš ir zvirbulis, un viņš vairs nedzird putnu dziesmas. Viņam putni jāredz un jādzird tā, kā to vēlas viņa tēvs. Protams, tēvam ir vislabākie nodomi, jo tikai nedaudzi cilvēki var atļauties visu mūžu klausīties putnu dziesmās un, jo ātrāk zēns sāks "mācīties", jo labāk. Iespējams, ka pieaudzis viņš vēlēsies kļūt par ornitologu. Tomēr daži cilvēki saglabā spēju redzēt un dzirdēt savā īpašajā veidā. Lielākā daļa cilvēku sabiedrības locekļu ir zaudējuši spēju kļūt par gleznotājiem, dzejniekiem vai mūziķiem un neprot redzēt un dzirdēt parādības tiešā, nepastarpinātā veidā pat tad, ja var to atļauties. Viņiem ir jāsamierinās ar sekundāru uztveri. Tiešas uztveres spējas atgūšanu es saucu par "īstenības apziņu". No fizioloģiskā viedokļa īstenības apziņa ir eidētiska uztvere, kas saistīta ar eidētisko tēlainību.² Iespējams, ka vismaz daļai indivīdu eidētiskā uztvere izpaužas kā īpaša garšas, smaržas un kustību izjūta. Šie cilvēki kļūst par meistarīgiem pavāriem,

parfīmēriem un deļotājiem, kuru mūžīgā problēma ir atrast publiku, kas spētu novērtēt viņu radītos produktus.

Istenības apziņa prasa dzīvot šeit un tagad, nevis kaut kur citur, pagātnē vai nākotnē. Kādas ir amerikāņu dzīvesveida piedāvātās iespējas? Aplūkosim piemēru ar cilvēku, kurš no rīta mašīnā traucas uz darbu. Uz galveno jautājumu "kur ir apziņa, kad ķermenis atrodas mašīnā?" visbiežāk sastopamas trīs atbildes.

1. Vistālāk no īstenības apziņas atrodas cilvēks, kurš raizējas tikai par to, lai laikus nokļūtu darbā. Viņa ķermenis ir pie mašīnas stūres, bet apziņa – jau pie biroja sliekšņa. Viņš neredz neko no tā, kas ir visapkārt, ja vien negadās kāds šķērslis, kas viņu kavē nokļūt pie mērķa. Šis cilvēks ir Niecība, kurš uztraucas tikai par to, ko teiks viņa boss. Ja viņš aizkavējas, tad cenšas izlikties aizsiesies. Noteicējs šajā situācijā ir piekāpīgais Bērns, kurš spēlē "Redzi, cik ļoti es centos." Brauciena laikā viņā gandrīz nemaz nav autonomijas, un kā cilvēciska būtne viņš ir drīzāk miris nekā dzīvs. Pilnīgi iespējams, ka tieši šādos apstākļos visbiežāk progresē hipertoniya un sirds slimības.

2. Iņņu interesē ne tik daudz laicīga ierašanās darbā, cik aizbildinājumu meklēšana, kas ļautu attaisnot kavēšanos. Dažādas nelaimes, slikti noregulēti luksofori, neprasmīgi vai muļķīgi braucēji labi iekļaujas viņa shēmā, un viņš slepenībā par tiem priecājas, jo tie palīdz viņa dumpīgajam Bērnam un paštaisnajiem Vecākiem spēlēt "Redziet, cik tālu viņi mani noveduši". Tāpat kā Niecība, arī Iņņa neievēro apkārtnes norises; viņš pamana tikai to, kas iederas viņa spēlē, tāpēc var teikt, ka viņš ir dzīvs tikai pa pusei. Viņa ķermenis ir mašīnā, bet apziņa ārpus tās meklē kļūdas un netaisnības.

3. Retāk sastopams ir "dzimis braucējs" jeb cilvēks, kurš mašīnas vadīšanu uzskata par īstu zinātni vai mākslu. Viņš brauc ātri un prasmīgi un it kā saplūst vienā veselumā ar mašīnu. Arī viņš nemana apkārt notiekošo vai, pareizāk sakot, ievēro tikai to, kas dod viņam iespēju parādīt savu meistarību

un tādējādi sniedz ieguvumus. Šis cilvēks apzinās un pārvalda mašīnu tik labi, ka šajā ziņā ir dzīvs. Formāli šāda braukšana ir Pieaugušā laika kavēklis, kurā apmierinājumu var gūt arī Bērns un Vecāki.

4. Ceturtajā gadījumā mēs redzam cilvēku, kurš apzinās īstenību. Viņš nekur nesteidzas, jo dzīvo tagadnē vidē, kurā tobrīd atrodas: debesis un koki viņam ir tikpat nozīmīgi kā kustības izjūta. Steigties viņam nozīmētu nevērigi izturēties pret apkārtni – domāt par to, kas vēl tikai parādīsies aiz ceļa likuma, par šķēršļiem vai tikai pašam par sevi. Kāds ķīnietis kāpa vietējā apakšzemes dzelzceļā, bet viņa ceļabiedrs kaukāzietis norādīja, ka viņi varētu ietaupīt divdesmit minūtes, braucot ar ekspresi. Ķīniecis piekrita. Kad viņi izkāpa pie Centrālparka, ķīniecis draugam par lielu pārsteigumu apsēdās uz soliņa. Ķīniecis paskaidroja: "Tā kā mēs ietaupījām divdesmit minūtes, tad varam atļauties šo laiku pasēdēt un baudīt jauko apkārtni."

Cilvēks, kurš apzinās īstenību, ir dzīvs, jo zina, ko jūt, kur atrodas un kad tas notiek. Viņš apzinās, ka pēc viņa nāves koki arvien vēl augs, bet viņš vairs nevarēs uz tiem lūkoties, tāpēc vēlas tos skatīt tūlīt un izjust, cik dziļi vien iespējams.

Spontanitāte. Spontanitāte nozīmē izvēles brīvību un uzdrikslēšanos paust visas iespējamās jūtas (Vecāku jūtas, Pieaugušā jūtas un Bērna jūtas). Tā nozīmē atbrīvošanos no nepieciešamības spēlēt spēles un just tikai iemācītas jūtas.

Tuvība. Tuvība ir spontāna, no spēlēm brīva vaļsirdība, ko pauž cilvēks, kurš apzinās īstenību. Tā ir spēja ļaut vaļu eidētiski uztverošam, nesamaitātam Bērnam, kurš visā savā naivitātē dzīvo šeit un tagad. Ir eksperimentāli pierādīts³, ka eidētiskā uztvere modina pieķeršanās jūtas un ka vaļsirdība mobilizē pozitīvas izjūtas. Ir pazīstams pat tāds fenomens kā "vienpusēja tuvība", ko labi pazīst (gan ar citu nosaukumu) profesionāli pavadēji, kuri prot emocionāli pakļaut savus partnerus, paši nejudzami neko. To viņi panāk, iedrošinot otru cilvēku skatīt viņus tieši un nepastarpināti un runāt pilnīgi

vaļsirdīgi. Savukārt pavadējs vai pavadēja tikai meistarīgi izliekas, ka atbild ar to pašu.

Tā kā tuvība pēc būtības ir dabiskā Bērna funkcija (kaut arī izpaužas sarežģītā psiholoģiskā un sociālā matricē), tā parasti beidzas laimīgi, ja vien to neiztraucē spēles. Diemžēl vairumā gadījumu to sabojā pielāgošanās Vecāku ietekmei. Taču, kā eksperimentāli pierādīts, lielākā daļa bērnu, pirms viņi tiek samaitāti, ir mīlošas būtnes⁴, un tieši mīlestība ir tuvības būtība.

ATSAUCES

¹ Berne, E. "Primal Images & Primal Judgement." *Psychiatric Quarterly*. 29: 634-658, 1955.

² Jaensch, E. R. *Eidetic Imagery*. Harcourt, Brace & Company, New York, 1930.

³ Šie eksperimenti arvien vēl tiek analizēt Sanfrancisko Sociālas psihiatrijas semināros. Transakciju analīzes efektīvs eksperimentāls lietojums prasa īpašu apmācību un pieredzi gluži tāpat, kā to prasa hromatogrāfija vai infrasarkanā staru spektrofometrija. Atšķirt spēles no laika kavēkļiem nav vieglāk kā atšķirt zvaigzni no planētas. Sk. Berne, E. "The Intimacy Experiment." *Transactional Analysis Bulletin*. 3: 113, 1964. "More About Intimacy." *Turpat*. 3: 125, 1964.

⁴ Daži bērni jau ļoti agri ir samaitāti vai cieš no slimībām (marasma, dažām kolikām), un viņiem nekad nav bijusi iespēja paust šādas jūtas.

SEPTIŅPADSMITĀ NODAĻA

Kā sasniegt autonomiju?

Vecāki – tiši vai neapzināti – jau kopš agras bērnības māca saviem bērniem, kā viņiem uzvesties, domāt, just un uztvert pasauli. Nav viegli atbrīvoties no šīm ietekmēm, jo tās sakņojas dziļi cilvēka dvēselē un līdz divdesmit vai trīsdesmit gadu vecumam ir nepieciešams nosacījums cilvēka bioloģiskai un sociālai izdzīvošanai. Patiesi, šāda atbrīvošanās kļūst iespējama tikai tad, kad cilvēks sasniedz autonomu stāvokli, proti, iegūst spēju apzināties īstenību, ļaut vaļu spontanitātei un tuvībai. Atbrīvošanās nozīmē rīcības brīvību pašam izvēlēties, kuras vecāku mācības pieņemt un kuras ne. Mūža sākumā īpašos mirkļos cilvēks izlemj, kā pielāgoties vecāku ietekmei. Būtībā pielāgošanās ir virkne lēmumu, kas var arī netikt īstenoti, jo labvēlīgos apstākļos ir atceļami.

Tādējādi sasniegt autonomiju nozīmē atcelt visas tās neatbilstības, kuras mēs aplūkojām 13., 14., un 15. nodaļā. Turklāt atceļšana nekad nav galīga: cilvēks visu mūžu nepārtraukti cīnās pret kārdinājumu atgriezties pie vecajiem paradumiem.

Pirmkārt, kā jau mēs konstatējām 13. nodaļā (Margareta Mīda šajā sakarā apraksta gadījumu ar Jaungvinejas ciemata iedzīvotājiem¹) cilvēkam ir jāatsakās no cilts vai ģimenes vēsturiskajām tradīcijām. Pēcāk viņam ir jāatbrīvojas no savu vecāku, sabiedrības un kultūras ietekmes. Tas pats attiecas uz prasībām, ko izvirza sabiedrība kopumā. Visbeidzot, cilvēkam ir daļēji vai pilnībā jāupurē tie ieguvumi, kas izriet no piederības konkrētam cilvēku lokam. Viņam jāatsakās no visnotaļ patīkamajiem Iņņas vai Niecības paradumiem un ieguvumiem, kas aprakstīti 14. nodaļā. Cilvēkam ir jāiegūst personiska un sociāla kontrole pār savu dzīvi, lai varētu brīvi,

pamatojoties tikai uz paša gribu, izvēlēties visas grāmatas pielikumā aprakstītās uzvedības formas, varbūt tikai izņemot sapņus. Šajā brīdī viņš ir gatavs no spēlēm brīvām attiecībām, kas ilustrētas 15. nodaļā. Cilvēks ir sagatavojies attīstīt savu autonomiju, kas būtībā ir draudzīga šķiršanās no vecākiem (kā arī Vecāku ietekmēm). Turpmāk viņš tos varēs labprātīgi laiku pa laikam apciemot, bet tie vairs nevaldīs pār viņa dzīvi.

ATSAUCE

¹ Mead, M. *New Ways for Old*. William Morrow & Company, New York, 1956.

Kas nāk pēc spēlēm?

Grāmatas pirmajā un otrajā daļā aprakstītā drūmā aina, kurā cilvēka dzīve līdzinās laika aizpildīšanas procesam līdz brīdim, kad pienāks nāve vai ieradīsies Ziemassvētku vecītis, un ko raksturo visai neliela rīcības brīvība, ir triviāla, taču ne galīga atbilde. Dažiem cilvēkiem laimējas iegūt ko tādu, kas pārsniedz visu uzvedības klasifikāciju robežas, proti, īstenības apziņu. Viņi iegūst kaut ko daudz svarīgāku par iepriekšēju plānošanu, proti, spontanitāti. Viņu ieguvums ir daudzkārt vērtīgāks par tiem, ko sniedz spēles, un tā ir tuvība. Taču nesagatavotiem cilvēkiem šīs trīs spējas var šķist biedējošas vai pat bīstamas. Iespējams, ka viņiem būtu labāk palikt tādiem, kādi viņi jau ir, un meklēt risinājumu, izmantojot populāras sociālās darbības tehnikas, piemēram, izjūtot "vienotību". Tas nozīmē, ka uz patiesi tuvām attiecībām varbūt nevar cerēt cilvēce kopumā, bet cerība ir atsevišķiem tās locekļiem.

PIELIKUMS

Uzvedības klasifikācija

Ikviens cilvēks jebkurā dzīves brīdī realizē kādu no turpmāk minētajiem uzvedības paraugiem.

PIRMĀ GRUPA. Iekšēji programmētā (arheopsihiskā) uzvedība. Autiskā uzvedība.

Līmeņi: a) sapņi;

b) fantāzijas.

Veidi: 1) neatbilstīgas fantāzijas
(vēlmju piepildījums),
2) autiskas transakcijas,
nepielāgotība,
3) autiskas transakcijas
(ar neopsihisku programmēšanu);

c) fūgas*;

d) maldīga uzvedība;

e) netišas darbības.

Veidi: 1) tiks
(sejas muskuļu raustīšanās),
2) manierīgums,
3) kļūdīšanās;
f) citi.

OTRĀ GRUPA. Varbūtīgi programmētā (neopsihiskā) uzvedība. Ar realitātes uztveri saistītā uzvedība.

Līmeņi a) darbības.

Veidi: 1) profesijas, amati utt.,
2) sports, hobiji utt.;

b) procedūras.

Veidi: 1) informācijas apstrāde,
2) tehnikas;
c) citi.

TREŠĀ GRUPA. Sociāli programmētā (daļēji eksteropsihiskā) uzvedība. Sociālā uzvedība.

- Līmeņi*
- a) rituāli un procedūras;
 - b) laika kavēkļi;
 - c) operācijas un manevri;
 - d) spēles.

Apakšlīmeņi

- A. Profesionālās spēles (leņķa transakcijas).
- B. Sociālās spēles (dubultās transakcijas);
- e) tuvība.

Šajā shēmā iepriekš analizētās sociālās spēles būtu jāgrupē, piemēram, šādi: Trešā grupa, sociāli programmētā uzvedība; d) līmenis, spēles; B apakšlīmenis, sociālās spēles.

Sarakstu noslēdz tuvība, kas raksturo no spēlēm brīvu dzīvi.

Lasītājs var brīvi kritizēt (bet ne apsmiet) šo klasifikāciju. Grāmatā es to iekļāvu ne tāpēc, ka man tā ļoti patiktu, bet gan tāpēc, ka tā ir daudz funkcionālāka, patiesāka un praktiskāka par citām pašreiz lietotajām shēmām un var palīdzēt tiem, kam patīk vai kuriem nepieciešamas dažādas klasifikācijas.

*Fūga (fugue)– ilgstošs patoloģisks apziņas stāvoklis, ko raksturo klaiņošana, bēgšanas reakcija un citas neadekvātas darbības, kuras cilvēks pēc tam neatceras. – Zinātniskā redaktora piezīme.

LAIKA KAVĒKĻU (L) UN SPĒĻU (S) RĀDĪTĀJS

- Aizbīdināšanās ar vājprātu S 165
 Aizņemtā mājsaimniece S 59
 Ak, cik jūs esat brīnišķīgs S 64, 157—158, 171
 Alkoholiķis S 51, 63—65, 72—80, 91
 Arheoloģija S 161
 Astma S 95
 Atspirdzinājums L 113
 Auditori un zagļi S 139
 Beidzot iekriti! S 64, 85—87, 102
 Ciema gudrais S 173
 Cik tas maksā? L 44
 Dārgā S 110—111
 Dinamo S 51, 65, 100, 124, 126, 128—132, 159, 171
 Es arī L 49
 Es atkal daru pa vecam S 55, 65, 89
 Es nē, tas ir briesmīgi L 49
 Es taču tev teicu S 89
 Es tikai cenšos tev palīdzēt S 76, 84, 88-89
 Es viņiem parādišu S 174
 Flirts L 44
 Frigidā sievietē S 64, 92, 101
 Frigidais vīrietis S 65, 92, 101
 Galminieks S 52
 Garderobe L 43, 47
 Garīgā veselība S 161
General Motors L 43, 48
 Homoseksuālisms S 128
 Ieņēmumi un izdevumi L 51
 Invalīds S 165—168
 Izdari man kaut ko S 124
 Ja nebūtu tevis S 52, 53, 55, 57, 59, 65, 92
 Ja nebūtu viņa L 52, 59, 106
 Kā izkļūt no cietuma? S 141
 Kā to paveikt? L 44
 Kāpēc jūs ne...?- Jā, bet... S 118—125, 163

- Kāpēc jūs ne...? -Nē, bet... S 124
 Kāpēc tas vienmēr notiek ar mani? S 83, 86, 89, 150
 Karš S 52
 Kas notika ar...? 43
 Kauna traips S 103, 112, 115
 Kavalieris S 170—172
 Klauns L 163
 Klīnika S 156
 Ko mēs tādu varētu pastrādāt? L 49
 Kritika S 162
 Lempis S 62, 65, 74, 111—112, 150, 163
 Liecies mierā, bezkauna tāds! S 129
 Lielveikals S 143
 Lietišķa cilvēka brīvdienas S 169
 Man nepieciešama operācija S 65
 Man piesēja lietu S 143
 Martīni L 44, 74, 80
 Mazais nabadziņš S 112
 Muitnieki un zagļi S 139
 Muļķītis S 163, 164
 Mūsdienas L 112-113
 Nākamajā rītā L 44, 46, 73—74, 80
 Narkomāns S 75
 Nedzērājs alkoholiķis S 63, 75
 Nejaukie zēni L 44
 Nekustamais īpašums S 51
 Nelietīgais vīrs L 119
 Noskūpstī un tinies prom S 128, 129
 Nu, sakaujieties! S 64—65, 106, 126, 130, 144
 Ņemsim un piekrāpsim Džo S 127, 143
 Pamēģini atgūt naudu S 81, 83
 Parādnieks S 65, 72, 80, 81, 96
 Paskaties, ko es daru tevis dēļ! S 72
 Pasaki man to S 162, 163
 Pašizpaušme S 162
 Perversija S 127
 Pidžama S 51

- Pielūdzēja S 172
 Policisti un zagļi S 136—139
 Pricājos, ka varu jums palīdzēt S 172, 173
 Psihiatrija S, L 45, 46, 65, 160—162
 Pusdienu sainītis S 96
 Redzi, cik ļoti es centos! S 105, 108
 Rēta L 113
 Rikša S 168
 Sašutums S 129
 Siltumnīca S 146
 Sit mani, tēt! S 101
 Sitiet mani! S 72, 89
 Skandāls S 34, 94, 99—102, 133—135
 Skaties, ko es tevis dēļ izdarīju! S 88, 89
 Skaties, ko tu esi man nodarījis S 76
 Skaties, mamma, kāds es malacis! L 44, 47
 Skrandaine S 84, 96
 Strupceļš S 92, 94—96
 Šantāža S 130
 Tiesas zāle S 92, 96, 98, 99, 110
 Tirgotava L 44
 Transakciju analīze S 161
 Trūkumcietējs S 150, 152-156
 Turklāt S 97—99
 Vai esat bijis ...? L 43
 Vai nav šausmīgi? S 71, 86, 112, 128
 Vainīga ir sabiedrība S 128
 Vecais, labais Džos S 76, 79
 Vecāku sapulcē L 45, 46, 65
 Veterāns S 155, 156
 Viņi priecāsies, ka pazina mani S 174
 Virtuve L 43
 Visam ir sava saulainā puse L 47
 Visi izcilie vīri bija homoseksuālisti S 128
 Zeķe S 126, 132, 133
 Zemniece S 156—158, 160

PERSONU RĀDĪTĀJS

- Beitsons G. 94, 111
Dikenss Č. 101, 130
Ernsts F. 144, 145
Everts K. 91
Franklins B. 96
Freids Z. 21, 22, 162
Goldings R. 91
Heizinga J. 20, 22
Jungs K. G. 47
Kirkegors S. 20, 22
Koks P. de 116, 125
Kolinss V. 144
Levins S. 17, 22
Lūss R. 14
Metstone F. 91
Mīda M. 91, 188
Mīds Dž. H. 66
Millers A. 51
Millers H. 152
Mīns L. 144
Moems S. 130
Nērss R. 91
Parē A. 160
Penfilds V. 28, 29
Poters S. 66
Raiders N. 161
Raifs H. 14
Sāss T. 66
Spics R. 15
Starels R. Dž. 91
Stendāls 52
Šamiso A. 116, 125
Vaizmens F. 144
Zemmelveiss I. 42

PRIEKŠMETU RĀDĪTĀJS

- Anonīmo alkoholiķu biedrība 75, 77
 antitēze 55
 antropoloģija 54
 apātija 15
 astmatiskie bērni 95
 attieksme 48
 statiska 51
 atzinības bads 16
 autonomija 184—187
 sasniegšana 188, 189
 azartspēlmaņi un azartspēles 138
 Bērns
 Es stāvoklis 25
 pielāgojies un dabiskais 28
 bērnu audzināšana 60, 184
 spēles un 177
 bioloģiska degenerācija 20
 "blēžu spēles" 51
 centieni sasniegt tuvību 16
 cietumnieki 141—143
 darbība 21
 atšķirība no laika kavēkļiem 48
 definīcija 18
 eksperimenti ar žurkām 17
 emocionāls izsalkums 20
 Es stāvokļi 25
 fantāzijas 21
 fetišisms 127
 gājieni spēlēs 57, 70
 ģenēze 60—62
 ģimenes emocionālā dinamika 60
 hipertoniya un sirds slimības 179

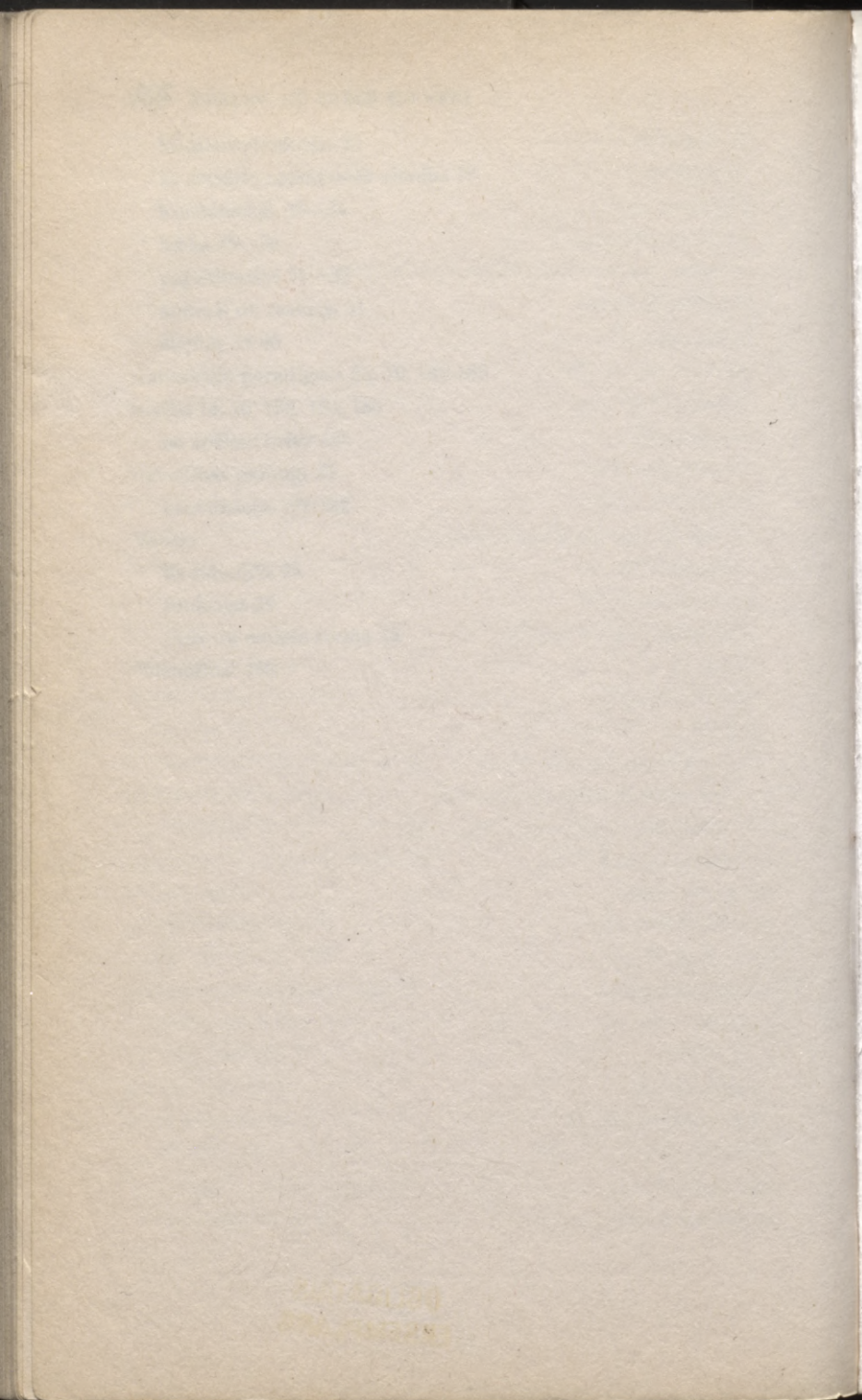
- hipnoze 121
 homoseksuālisms 128
 ieguvumi spēlēs 57—59, 70
 ārēji psiholoģiskais 58, 70
 ārēji sociālais 59, 70
 bioloģiskais 70
 eksistenciālais 21, 58, 70
 iekšēji psiholoģiskais 58, 70
 iekšēji sociālais 59, 70
 laika kavēkļi 46
 sekundārie 21
 īstenības apziņa 184, 185, 190
 izsalkums 20
 Jaungvinejas ciematu iedzīvotāji 80, 188
 kleptomāni 139
 komerciālās spēles 173
 kompromiss 16, 17
 labās spēles 169—174
 labumi no slimības 21
 laika intervāli 43
 laika kavēkļi 19, 20, 43—49
 definīcija 19, 43
 eksistenciālais ieguvums 47
 funkcijas 46
 kā sociālās atlasē process 46-49
 klasifikācija 44
 lomas apstiprināšana 47
 laika strukturēšana 17-22
 veidi 21
 laimests 14, 50, 55, 62
 laulāto spēles 92-111
 līdzsvara uzturēšana 21
 lomas spēlēs 56
 apstiprināšana 47

- Es stāvokļi un 56, 70
 - vīriešu un sieviešu 14
- manevri 51, 71, 126
- matemātiskā spēļu teorija 14
- materiālā programmēšana 18
- mazohisms 58, 127
- naudas spēles 83
- no spēlēm brīva tuvība 63
- noглаudīšanas 57
 - definīcija 17
 - rituāli 39—41
 - saņemšana 21
- noziedznieku tipi 137
 - pētījumi par 138
- šizofrēnija 94, 180
- operācijas 50
- ortopsihiatrija 60
- paranoja 84, 98, 149
- pārmērīga stimulācija 16
- Pieaugušais
 - Es stāvoklis 25
 - funkcijas 28-29
 - programmēšana 37
- pozīcija
 - apstiprināšana 58
 - stabilizēšana 47
- procedūras 37—39
- psihiskās veselības uzturēšana 63
- psihoterapijas grupas 62
- pusaudži 18
- realitāte statiskā un dinamiskā 37
- retikulārā aktivizējošā sistēma 15
- rituāli
 - atšķirība no procedūrām 41

- definīcija 38
- formālie un neformālie 38-39
- saskarsme 19
- sadisms 127
- Sanfrancisko Sociālās psihiatrijas semināri 22, 66, 187
- sarkšana 122
- sarunas 19
- sarunvalodas frāzes 64
- sasprindzinājuma noņemšana 21
- seksuālās spēles 126-136
- sensorā deprivācija 15
- sievietes loma spēlēs 14
- sociālā darbība 53
- sociālā dinamika 53
- sociālā programmēšana 19
- sociālā psihiatrija 53
- sociālā psiholoģija 53
- sociālā saskarsme 15-17
 - teorija 15
 - transakcija kā vienība 17, 43
- sociālais kontakts 53
 - ieguvumi no 21
- sociālās atlasē procesi 46-49, 60
- socioloģija 54
- spēļu dinamika 56, 70
- spēļu nozīme 177-178
- spēļu strukturālā analīze 25-29
 - diagramma 27
 - terminoloģija 27
- spēles 20, 50-66
 - analīze 25-66
 - antitēze 55
 - atšķirība no operācijām 50
 - definīcija 20, 50-52

- dinamika 56, 70
- funkcijas 62-64
- ģenēze 60-62
- ieguvumi 57-59, 70
- izplatība 54
- klasifikācija 64-66
- kulminācija 62
- lomas 14, 47, 56, 70
- manevri 51, 71, 126
- mērķis 56, 70
- nosaukums 69-71
- nozīme 179—180
- pamats uz slēptām transakcijām 169
- radniecīgās 70
- sarunvaloda 64, 70
- strukturālā analīze 25—30
- teorija 17
- tēzauris 67—174
- tēze 55
- transakciju analīze 53—54, 70
- spēles konsultāciju kabinetā 146—168
- spēles sabiedriskos pasākumos 112—125
- spēles visam mūžam 72-91
- spēlētāji 179—180
- spontānitāte 180, 186
- stimulu bads 15
- strukturālais bads 18
- tēze 55, 70
- transakcijas
 - analīze 31—36
 - apmierinājums no 21
 - definīcija 17
 - dubultās 35—36
 - ieguvumi no 21

- kā aizsargreakcijas 21
- kā sociālās saskarsmes vienība 17
- krusteniskās 32—34
- leņķa 35—36
- papildinošās 31—32
- stimuls un reakcija 31
- slēptās 35-36
- transakciju paradigma 56, 70, 181-183
- tuvība 14, 20, 178, 184, 186
 - no spēlēm brīva 63
- uzvedības paraugi 25
 - klasifikācija 191-192
- Vecāki
 - Es stāvoklis 25
 - funkcijas 29
 - tieša un netieša forma 28
- "vienotība" 190



LATVIJAS NACIONĀLA BIBLIOTEKA

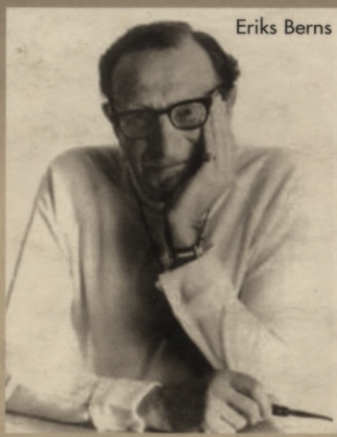


0302030040

**OBLIGĀTAIS
EKSEMPLĀRS**

2. ✓

2002-3
L 333



Eriks Berns

Beidzot arī latviešu lasītājs ir sagaidījis grāmatu, kura pēc tās pirmā izdevuma 1964. gadā vairākus gadus pēc kārtas noturējās Amerikas bestselleru sarakstos. Arī pašreiz šī grāmata ir viena no visvairāk lasītajām psiholoģijas grāmatām pasaulē. Katru gadu iznāk tās

atkārtoti izdevumi angļu valodā, tā ir tulkota vairāk nekā trīsdesmit pasaules tautu valodās. Atsauces uz šo darbu var atrast daudzos psiholoģijas un psihoanalīzes, psihoterapijas un psihiatrijas, pedagoģijas un menedžmenta izdevumos.

Dr. psych.
Viesturs Renģe

ISBN 9984-9528-0-0

9 789984 952802