



Cuprins

- 9 Prefață la ediția în limba română
- 13 Prefață
- 17 Mulțumiri
- 21 Introducere
- 27 Capitolul 1. Considerații generale
- 33 **Partea I.** Psihiatria individului și analiza structurală
- 35 Capitolul 2. Structura personalității
- 45 Capitolul 3. Funcția personalității
- 54 Capitolul 4. Psihopatologia
- 64 Capitolul 5. Patogeneza
- 74 Capitolul 6. Simptomatologia
- 85 Capitolul 7. Diagnoza
- 103 **Partea a II-a.** Psihiatria socială și analiza tranzacțională
- 105 Capitolul 8. Relația socială
- 115 Capitolul 9. Analiza tranzațiilor

124	Capitolul 10. Analiza jocurilor
148	Capitolul 11. Analiza scenariilor
163	Capitolul 12. Analiza relațiilor
173	Partea a III-a. Psihoterapia
175	Capitolul 13. Terapia psihozelor funcționale
194	Capitolul 14. Terapia nevrozelor
211	Capitolul 15. Terapia de grup
243	Partea a IV-a. Limitele analizei tranzacționale
245	Capitolul 16. Structura mai subtilă a personalității
256	Capitolul 17. Analiză structurală avansată
271	Capitolul 18. Terapia maritală
288	Capitolul 19. Analiza regresivă
299	Capitolul 20. Considerații teoretice și tehnice
319	Anexă. Un caz finalizat și evaluarea sa la distanță
338	Index de termeni

Prefață la ediția în limba română

Dintre toate abordările psihologice, analiza tranzacțională se distinge prin profunzimea teoriei și gama foarte variată a aplicațiilor sale. Sistemul său cuprinde o teorie a personalității bazată pe *modelul stărilor eului*, o teorie a comunicării ce include *analiza tranzațiilor*, o teorie a dezvoltării copilului bazată pe conceptul de *scenariu de viață* și o teorie a psihopatologiei.

În domeniul aplicațiilor practice, analiza tranzacțională oferă un sistem de psihoterapie care poate fi folosit în tratamentul tuturor tipurilor de tulburări psihice, începând cu problemele de zi cu zi și până la psihozele grave, în terapia individuală, de grup, a cuplului sau a familiei. De asemenea, analiza tranzacțională este aplicată cu succes și în domeniul organizațional, educațional și în consiliere.

Analiza tranzacțională ne poate ajuta să comunicăm mai bine și, împreună cu principiul de bază „toți oamenii sunt OK”, poate avea implicații sociale și politice pozitive în dezvoltarea comunităților din întreaga lume.

2010 marchează centenarul nașterii lui Eric Berne, fondatorul analizei tranzacționale. Cei șaiszeci de ani ai vieții sale i-a trăit în contextul unei dezvoltări fără precedent a cunoștințelor și metodelor psihologice. A fost un gânditor foarte clar și această calitate

de terapeuți sunt instruiți să gândească și să lucreze în termeni conceptuali ortodocși, abordarea naturalistă nu este întotdeauna, în totalitate explorată. Căutând în studiile existente confirmări pentru ideile analizei structurale și tranzacționale, autorul a fost plăcut surprins să descopere sau să redescopere că a mers pe urmele a doi dintre cei mai remarcabili profesori ai săi (Penfield și Federn). Motivele pentru care am citat tocmai din aceste fragmente vor deveni evidente pe parcursul cărții.

Considerații generale

1. Rațiunea

Analiza structurală și tranzacțională oferă o teorie solidă și sistematică a personalității și a dinamicilor sociale bazată pe experiența clinică, dar mai oferă și o formă de terapie acțională, rațională, recomandată pacienților psihiatrici, accesibilă înțelegerii, dar și adecvată nevoilor lor.

Psihoterapiile convenționale pot fi împărțite în mare, în două clase: acelea care implică sugestia, încurajarea și alte funcțiuni „parentale” pe de o parte și abordările „raționale”, bazate pe confruntare și interpretare, cum ar fi terapia nondirectivă și psihanaliza, pe de altă parte. Abordările „parentale” au neajunsul neglijării sau al trecerii cu vederea a fanteziilor arhaice ale pacientului, astfel că, pe termen lung, terapeutul pierde prea adesea controlul situației și se vede surprins ori dezamăgit de rezultatul final al cazului. Abordările raționale sunt destinate să ajute pacientul să-și recapete controlul din interior; cu metodele obișnuite, acest travaliu poate dura mult și între timp, nu doar pacientul, ci și apropiații și tovarășii săi sunt expuși rezultatelor comportamentului său lipsit de discernământ. Dacă pacientul are copii mici,

o astfel de întârziere prelungită poate avea un efect decisiv asupra dezvoltării caracterului copilului.

Abordarea structural-tranzacțională ajută la depășirea acestor dificultăți. Deoarece are tendința să crească rapid capacitatea pacientului de a-și tolera și controla anxietățile și de a reduce *acting-out*-ul; are multe dintre avantajele terapiei „parentale”. În același timp, terapeutul nu pierde nimic din valoarea terapiei raționale, deoarece rămâne pe deplin conștient de elementele arhaice din personalitatea pacientului. Acest fapt s-a dovedit deosebit de valoros în cazurile unde terapiile convenționale sunt în mod notoriu dificil de aplicat eficient. Este vorba despre psihopatii de diferite tipuri, schizofrenii latente, remitente sau borderline, depresii maniacale și adulți cu retard mental.

Din punct de vedere educațional, analiza structurală și cea tranzacțională sunt mai simplu de predat decât multe alte mijloace clinice. Principiile pot fi înțelese în zece săptămâni și cu un an de supervizare, un alt clinician sau cercetător bine pregătit poate deveni pe deplin expert în teorie și practică. Formarea psihanalitică poate determina, cel puțin la început, o rezistență puternică la principiile analizei structurale în afara cazului în care individul este interesat în mod special de psihologia eului.

Autoevaluarea în acest sistem este lipsită de unele dificultăți din autopsihanaliză, așa încât specialistului îi va fi mai ușor să identifice și să controleze elementele arhaice sau dăunătoare din propriile sale reacții.

2. Metoda

Atât în lucrul individual, cât și în grup, această metodă acționează în etape care pot fi clar definite și care cel puțin schematic

se succed una după alta, astfel încât atât terapeutul, cât și pacientul pot determina în orice moment, cu o oarecare precizie situația terapeutică; adică ceea ce au realizat până atunci și care va fi, probabil, următorul pas.

Analiza structurală, care trebuie să precedă analiza tranzacțională se ocupă cu împărțirea și analiza stărilor eului. Scopul acestei metode este de a stabili predominanța stărilor eului responsabile de testarea realității și de a le elibera de contaminarea cu elemente arhaice și străine. Îndată ce aceasta s-a realizat, pacientul poate trece la *analiza tranzacțională*: mai întâi, analiza tranzațiilor simple, apoi, analiza seriilor de tranzații stereotipice și, în final, analiza operațiilor complexe de durată, ce implică adesea persoane diferite și au la bază, de obicei, mai curând fantasme elaborate. Un exemplu al celor din urmă este fantasma salvatoare pe care o are o femeie care se mărită numai cu alcoolici. Obiectivul acestei faze este *controlul social*: anume controlul propriei tendințe a individului de a manipula o altă persoană în moduri distructive sau ineficiente și a tendinței sale de a răspunde fără discernământ sau libertate de alegere la manipulările altora.

În cursul acestor operații terapeutice, stările arhaice ale eului fixate prin traumă vor fi segregate, dar nu rezolvate. La sfârșitul acestui program, individul se află într-o situație suficient de propice, în mod special din cauza predominanței contactului cu realitatea, pentru a se încerca soluționarea conflictelor și a distorsiunilor arhaice. Experiența a arătat că un astfel de rezultat nu este esențial pentru succesul terapeutic al metodei, iar decizia dacă acesta este sau nu un scop al terapiei devine o problemă de judecată clinică și de libertate situațională.