Graeme Summers[1] in Keith Tudor[2,3]

Soustvarjalna transakcijska analiza[4]

Cocreative transactional analysis[5]

Povzetek

Avtorja na podlagi teorije polja in socialnega konstruktivizma predstavita dinamičen, soustvarjalen pristop k transakcijski analizi. Ta pristop poudarja v sedanjost usmerjeno naravo terapevtskega odnosa – oziroma vstopanja v terapevtski odnos – ter soustvarjalno (angl. co-creative) naravo transakcij, skriptov, ego stanj in iger. Avtorja formulirata ta pristop z vidika vpliva pozitivnega zdravja na transakcijsko analizo (za razliko od čezmernega poudarjanja

1 Graeme Summers, B. Sc. (Hons.), Dip. Psychotherapy, CTA, PTSTA, je diplomirani transakcijsko analitični psihoterapevt, registriran pri United Kingdom Council for Psychotherapy. Je psihoterapevt, supervizor in trener, ki dela v Manchester Gestalt Centre, Lancaster Dacrelands Clinic in Edinburgh Institute for Counselling and Psychotherapy. Lahko mu pišete na naslov: Graeme Summers, Manchester Gestalt Centre, 7 Norman Road, Manchester M14 5LF, United Kingdom ali na graeme@mgc.org.uk.

2 Keith Tudor, M. A., M. Sc., CQSW, Dip. Psychotherapy, PTSTA, MAHPP, je diplomirani transakcijsko analitični psihoterapevt, registriran pri United Kingdom Council for Psychotherapy. Deluje tudi kot skupinski psihoterapevt in koordinator. Opravlja zasebno/neodvisno prakso kot terapevt, supervizor in trener v Sheffieldu, kjer je direktor podjetja Temenos. Je avtor številnih člankov in dveh knjig s področja psihoterapije in duševnega zdravja. Prošnje za ponatis pošljite na naslov Keith Tudor, Temenos, 13A Penryhn Road, Sheffield Sli 8UL, United Kingdom; keith.tudor@temenos.ac.uk

3 Avtorja se zahvaljujeta številnim kolegom za podporo pri pisanju tega članka, zlasti Heleni Hargaden in Charlotte Sills, pa tudi Jimu Allenu, Robinu Hobbesu in Petru Philippsonu za njihov posebni avtorski doprinos.

4 Članek je bil leta 2000 objavljen v reviji Transactional Analysis Journal, 30(1), 23-40, DOI: 10.1177/036215370003000104. To je uradna strokovna revija Mednarodne zveze za transakcijsko analizo (International Transactional Analysis Association – ITAA), ki izhaja četrtletno že od leta 1971. Slovensko društvo za transakcijsko analizo (SLOVENTA) je pri založbi Routledge odkupilo pravico za prevod članka, saj želi, da se njegovi člani in širša strokovna javnost seznanijo z novostmi na področju transakcijske analize v slovenskem jeziku. Prevod sta strokovno in finančno podprla Evropska zveza za transakcijsko analizo (European Association for Transactional Analysis – EATA) in Slovensko društvo za integrativno psihoterapijo in transakcijsko analizo (SINTA). Besedilo je iz angleškega v slovenski jezik prevedla Helena Marko, za strokovni pregled prevoda pa so poskrbeli Maja Koren Kocjančič, Tanja Krist, Nevenka Nakrst, Ivana Mandarić, Barbara Repinc Zupančič in Gregor Žvelc.

5 This article was originally published in 2010 in Transactional Analysis Journal, 30(1), 23-40. It is a multidisciplinary peer-reviewed journal of the International Transactional Analysis Association (ITAA), which has been published quarterly since 1971. The Slovenian Transactional Analysis Association (SLOVENTA) has purchased the rights to translate the article from Routledge, Taylor & Francis Group, because it wants its members and the wider professional public to become acquainted with new developments in transactional analysis in the Slovene language. For the translation of the article, SLOVENTA received professional and financial support from the European Association for Transactional Analysis (EATA) and the Slovenian Association for Integrative Psychotherapy and Transactional Analysis (SINTA). The text was translated from English into Slovene by translator Helena Marko, whilst expert review was conducted by Maja Koren Kocjančič, Tanja Krist, Nevenka Nakrst, Ivana Mandarić, Barbara Repinc Zupančič and Gregor Žvelc.

psihopatologije), saj zagovarjata stališče, da nam soustvarjalna transakcijska analiza ponuja zgodbo ali narativ o sami transakcijski analizi, kar daje nove in sodobne pomene starim transakcijskim resnicam. Članek zaključita z vrsto vprašanj za samosupervizijo, ki nam lahko služijo kot koristen vodnik po praksi soustvarjalne transakcijske analize.

Ključne besede: transakcijska analiza, teorija polja, socialni konstruktivizem, soustvarjanje, terapevtski odnos, skript, ego stanja, igra

Abstract

Drawing on field theory and social constructivism, the authors present a dynamic, cocreative approach to transactional analysis. This approach emphasizes the present-centered nature of the therapeutic relationship-or therapeutic relating-and the co-creative nature of transactions, scripts, ego states, and games. The authors frame this approach within a positive health perspective on transactional analysis (as distinct from an undue emphasis on psychopathology) and argue that cocreative transactional analysis provides a narrative or story about transactional analysis itself that offers new and contemporary meanings to old transactional truths. The article concludes with a series of questions for self-supervision that may serve as a useful guide to cocreative transactional analysis practice.

Key words: transactional analysis, field theory, social constructivism, cocreation, therapeutic relationship, script, ego state, game

1. Uvod

Zadnja leta v transakcijski analizi potekajo živahne razprave o njeni sedanjosti, preteklosti in prihodnosti. V tovrstnih diskusijah pogosto pride do polarizacije glede vprašanja, ali je to področje »še dovolj« transakcijska analiza ali ne. V zadnjih štiridesetih letih se je transakcijska analiza razvijala v številne smeri – teoretično, tehnično, organizacijsko in mednarodno –, vendar meniva, da se je ob tem oddaljila od nekaterih svojih temeljnih postulatov. Ker se hkrati z eksponentno hitrostjo spreminjajo psihoterapija, znanost in družbenopolitični svet, mora transakcijska analiza upoštevati takšne spremembe.

V zadnjem desetletju številni avtorji zagovarjajo pristop, ki bi ga lahko imenovali »vrnitev k prihodnosti transakcijske analize,« kar pomeni, da se je treba vrniti k njenim izvornim konceptom, odkriti njene nove ali potrditi stare pomene ter jih aplicirati v spreminjajočem se postmodernem svetu. Cornellov (1988) kritični pregled teorije življenjskega scenarija, Schmidov (1991) poudarek na transakcijskem ustvarjanju realnosti ter delo Paula J. Allen in Barbare A. Allen o postmodernizmu (1995) in konstruktivizmu (1997) so še posebej vplivni. Tej tradiciji sledi tudi najino delo pri razvijanju narativa o transakcijski analizi, ki preoblikuje in posodablja že znane koncepte.

2. Korenine soustvarjalnosti

Soustvarjalnost prvenstveno izhaja iz dveh teoretskih področij: teorije polja (Lewin, 1952) in socialnega konstruktivizma (glej Gergen, 1985). Teorija polja je splošen teoretski pogled, ki poudarja medsebojno povezanost. Temelječ na prispodobi električnega ali magnetnega polja, ta holistični pristop preizprašuje linearno vzročnost in predlaga, da se dogodki odvijajo »v odvisnosti od splošnih lastnosti polja, ki ga razumemo kot interaktivno dinamično celoto« (Parlett, 1991, str. 70). Ta pristop implicira, da »kadar se dve osebi pogovarjata ali na neki način sodelujeta ena z drugo, nastane nekaj, kar ni izključni produkt nobene od njiju … Obstaja skupno polje, skupni komunikacijski dom, ki ga ti osebi vzajemno ustvarjata.« (str. 75). Ta pristop so še zlasti privzeli in razvili v gestalt teoriji in psihoterapiji. Z uporabo in razvijanjem tega vidika v povezavi s transakcijsko analizo poudarjava to, kar je transakcijsko, relacijsko in vzajemno v terapevtskem odnosu.

Iz socialnega konstruktivizma sva privzela gledišče, da je naše zaznavno in fenomenološko izkustvo elaboracija oziroma tolmačenje, ki temelji na hipotetičnih kognitivnih in afektivnih operacijah. To pomeni, da obstaja veliko sporazumnih realnosti, sebe in svoja izkustva pa organiziramo z zgodbami ali narativi, ki jih pripovedujemo o »realnosti.« V okviru transakcijske analize Allen in Allen (1997) poudarjata, da je transakcijskim analitikom zaradi dela s skripti znan tak narativni pogled na realnosti. Načela konstruktivizma, ki pomembno zaznamujejo soustvarjalno transakcijsko analizo, lahko povzamemo na naslednji način:

- Pomen se skozi dialog nenehno razvija.
- Diskurz ustvarja sisteme (in ne obratno).
- Terapija je soustvarjanje novih narativov v dialogu, ki zagotavljajo nove možnosti.
- Terapevt je v tem dialogu udeleženec in opazovalec.

Allen in Allen (1997) sta povzela in primerjala različne poudarke konstruktivistične in klasične šole transakcijske analize z naslednjimi dodatnimi implikacijami za soustvarjalno transakcijsko analizo:

- Poudarek je na nenehnem samoustvarjanju in samouresničevanju (v dialoškem odnosu).
- Ego stanja in transakcije izhajajo iz pomena (in ne obratno).

- Skript je zgodba, ki se, tako kot transfer, nenehno soustvarja v procesu v sedanjosti.

3. Vodilna načela soustvarjalne transakcijske analize

1) *Načelo »midva-jinosti«* (angl. we-ness): Terapevtski odnos oziroma terapevtsko vzpostavljanje odnosa je močnejše od moči (ali nemoči) terapevta ali klienta samega. Zagotavlja podporni teoretični okvir, ki poudarja »midva-jinost« (Saner, 1989) v terapevtskem odnosu kot medij za človeški razvoj in doseganje sprememb. Izpostavlja tudi kulturni kontekst posameznika in polja. To je pomembno, če vzamemo v obzir, da je na svetu več kultur, ki delujejo po načelu »mi/midva,« kot individualističnih in individualizirajočih monokultur severne in zahodne Evrope ter nestaroselske Severne Amerike, ki delujejo po načelu »jaz.« Slednje kulture so botrovale nastanku velikega dela monokulturne psihologije in psihoterapije. V transakcijski analizi se na splošno odsvetuje »midva-jinost« zaradi strahu, da bi z njo klienta zvabili v simbiozo s terapevtom. Toda »midva-jinost« pri vzpostavljanju odnosa med ego stanjema Odrasli–Odrasli se močno razlikuje od »midva-jinosti« pri vzpostavljanju odnosa med ego stanjema Starš–Otrok, Starš–Starš ali Otrok–Otrok, saj vsi našteti primeri predstavljajo transferne procese (oziroma po najinem razumevanju sotransferne procese).

2) *Načelo deljene odgovornosti:* Glede na njen poudarek na iskanju smisla skozi dialog ter zagovarjanje obstoja več pomenov in realnosti, soustvarjalna transakcijska analiza podpira praktično manifestacijo soodvisnosti, sodelovanja in vzajemnosti v terapevtskem odnosu, obenem pa zagovarja skupno odgovornost klienta in terapevta za terapevtski proces. To je v nasprotju s tradicionalno transakcijsko analizo, ki poudarja osebno odgovornost klienta. Prav tako je v nasprotju z novejšim integrativnim pristopom transakcijske analize, ki po najinem mnenju rad čezmerno poudarja terapevtovo odgovornost. Čeprav terapevt mora prevzeti vodilno vlogo pri zagotavljanju terapevtske varnosti, je najino poudarjanje deljene odgovornosti namenjeno ustvarjanju konceptualnega okvira za priznavanje in raziskovanje soustvarjene izkušnje.

Bernovo (1964/1968) osredotočanje na prednosti iger nakazuje, da tudi pri navidezno negativnih izmenjavah vsaka stran nekaj prispeva in pridobi v odnosu, ki se vzpostavlja med njima. Zdravilni vidiki odnosa – na primer moč, dovoljenje, zaščita, podpora in izziv – so soustvarjeni in sooblikovani z aktivnimi doprinosi terapevta in klienta. Terapevtov posebni prispevek je njegova spretnost pri omogočanju in uporabi te deljene odgovornosti za spodbujanje zavedanja in razvoja pri klientu. Treba je poudariti, da deljena odgovornost ne pomeni enake odgovornosti. Prizadevanja, da bi si terapevt in klient razdelila odgovornost po ključu 50:50 ali 60:40, so redukcionistični poskusi, da bi opredelili fenomen odnosa z individualističnim referenčnim okvirom.

3) *Načelo v sedanjost usmerjenega razvoja:* Soustvarjalna transakcijska analiza poudarja pomen v sedanjost usmerjenega človekovega razvoja namesto na preteklost osredotočenega otrokovega razvoja. V bistvu na psihoterapijo gledamo kot na proces učenja in celjenja v odnosu ego stanj Odrasli–Odrasli. Čeprav ta proces zahteva vključevanje v pozitivni in negativni transfer, kot se ustvarja v odnosu, ter učenje, ki izhaja iz tega, je terapevtski poudarek na podpori klientovi smeri razvoja tukaj in zdaj. To zmanjšuje možnost neprimernega infantiliziranja odraslih klientov (in specializantov psihoterapije), do katerega lahko pride, kadar rast opredeljujemo prvenstveno v referenčnem okviru ego stanj Starš–Otrok.

Allen in Allen (1997) po zgledu Brunerjeve (1986) delitve védenja o svetu na paradigmatsko (tradicionalna znanost in konsenzualna realnost) in narativno (svet zgodb) trdita, da ego stanja, transakcije in igre zlahka uvrstimo v paradigmatski modus, medtem ko so skripti bolj združljivi z narativom, kar po svoji naravi tudi so:

> Koncepti ego stanj in iger ustrezajo modernističnemu iskanju 'bistev'. Konceptualizirani so kot 'resnični' in temeljni … V nasprotju z njimi se vsaj določena razumevanja skripta ujemajo s postmodernističnim stališčem, da lahko pomeni nastajajo in izginjajo v kontekstu naših interakcij.« (str. 91)

Čeprav se strinjava s to reformulacijo teorije skripta, sprejemava tudi izziv »narativnega obrata,« ki sta ga filozofija in družboslovje sprejela v zadnjih dvajsetih letih v želji po dekonstrukciji transakcij, ego stanj in iger, da bi predstavili popolnejšo sliko konstruktivistične, soustvarjalne transakcijske analize.

V pričujočem članku razvijava koncept soustvarjalne transakcijske analize tako, da najprej razpravljava o terapevtskem odnosu, ki se soustvarja prek transakcij (oziroma tega, kar imenujeva soustvarjena realnost), nato pa se lotiva preostalih treh glavnih področij oziroma temeljev transakcijske analize: ego stanj (*soustvarjena osebnost*), skriptov (*soustvarjena identiteta*) in iger (*soustvarjena potrditev*).

4. Terapevtski odnos

Na podlagi raziskav o uspešnosti posameznih psihoterapevtskih modalitet je danes splošno priznano, da je terapevtski odnos odločilni dejavnik za uspešnost terapije (glej denimo Bergin in Lambert, 1978; Hill, 1989; Luborsky idr., 1983). Pri svetovanju in psihoterapiji je odnos s klientom dejansko pomembnejši od psihoterapevtove teoretične usmeritve (Duncan in Moynihan, 1994; Kahn, 1997; Lambert, 1992). Kljub predpostavki, da je terapevtski odnos »nujni pogoj

za učinkovito terapijo« (Stewart, 1996, str. 198), je v literaturi o transakcijski analizi razmeroma malo napisanega izključno o terapevtskem odnosu (glej Barr, 1987; Berne, 1966, 1972/1975b; Clarkson, 1992; Erskine, 1998). Čeprav obstajajo razlike med tremi tako imenovanimi tradicionalnimi šolami transakcijske analize, vse opisujejo terapevtski odnos v povezavi s transferom (glej Tudor, 1999). Zlasti Erskine in Trautmann (1996) poudarjata odnos kot osrednji element integrativnega pristopa k transakcijski analizi, ki ga nekateri obravnavajo kot četrto šolo transakcijske analize. Ta pristop se močno opira na psihologijo selfa in poudarja pomen terapevtove empatične uglašenosti s klientom. Vloga terapevta kot neke vrste skrbnika se po svojih poudarkih razlikuje od najine konceptualizacije psihoterapije, ki temelji na vzajemnem odnosu ter deljeni odgovornosti terapevta in klienta.

Gelso in Carter (1985) v daljšem temeljnem članku na to temo, ki se opira na Greensonovo izvirno psihoanalitično delo (1967), razpravljata o treh komponentah vsakega terapevtskega odnosa, ki so delovna aliansa, transferni ali »neresnični« odnos in »resnični« odnos. Barr (1987) je v svoj model petih vrst odnosa vključila še »razvojno potrebni odnos« (str. 137). Clarksonova (1990, 1995) je prevzela njen model in mu dodala peto komponento: transpersonalni odnos.

V zvezi s teorijo o terapevtskih odnosih, ki sta jo razvila Gelso in Carter, se strinjava z odzivom Barrett-Lennarda (1985) na njun članek:

> »V njem niso podani ali razvidni jasni razlogi za razlikovanje med elementi, ki pripadajo resničnemu odnosu, in tistimi, ki pritičejo delovni aliansi. Morda težava izvira iz dejstva, da se ti dve komponenti v osnovi razlikujeta, saj je prva povezana z močjo in učinkovitostjo odnosa … druga pa se nanaša na glavno vsebinsko področje odnosa.« (str. 287)

Lahko bi rekli, da so Gelso, Carter in zagovorniki njune teorije zamešali dve obliki vednosti: prva opredeljuje vsebino in, po najinem mnenju, potek odnosa, druga pa ocenjuje kakovost (torej moč in učinkovitost) odnosa. Delovna aliansa je zato del vzpostavljanja in vzdrževanja odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli, ne pa ločeni odnos sam po sebi.

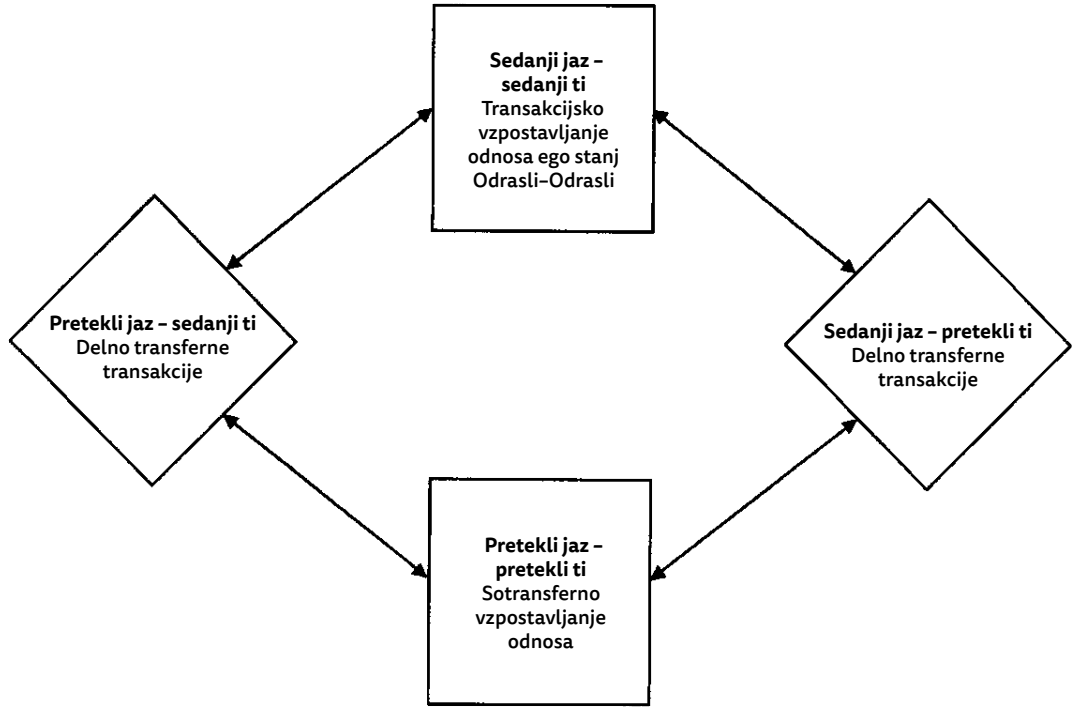
Pri vprašanju razvojno potrebnega odnosa je morda pomembno, da Barrova (1987) v svojem kratkem opisu te vrste odnosa ni opisala ali ponazorila odnosa med klientom in terapevtom. Predlagava, da v teoriji in praksi vsaka razvojno potrebna ali reparacijska transakcija temelji na transfernem odnosu, torej na neki ponovitvi preteklosti v sedanjosti (denimo odnosu vrste »jaz, kakršen sem bil – ti, kakršen si želim, da bi bil«).

Meniva, da je razvojno potrebni odnos pri ego stanju Otroka pozitivna, idealizirana ali idealizirajoča različica transfernega odnosa, medtem ko so starosti primerne razvojne potrebe ego stanja Odraslega značilnost vzpostavljanja odnosa, ki je usmerjen v sedanjost.

Clarksonova je dodala transpersonalno kot lastnost ali trenutek v odnosu, ne kot odnos sam po sebi. Zato meniva, da je pojmovanje transpersonalnega odnosa pretirana ekstrapolacija občasnih trenutkov transcendence, ki se pojavijo v odnosu »jaz-ti.«

Po najinem mnenju so ti trije modeli klinično preveč zapleteni, tako s teoretičnega kot praktičnega gledišča. Transakcijsko-analitični model terapevtskih odnosov mora temeljiti na analizi transakcij v terapevtskem odnosu, kar sva poimenovala soustvarjalni transakcijski odnos.

Slika 1
Soustvarjalno oblikovanje terapevtskega odnosa



Najin poenostavljeni predlog je, da v bistvu obstajata dve vrsti vstopanja v terapevtski odnos: v sedanjost usmerjeno vzpostavljanje odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli in na preteklost osredotočeno sotransferno vzpostavljanje odnosa (glej sliko 1). Poleg tega obstajajo posamezni koraki »delno transfernih transakcij,« s katerimi se premikamo med vzpostavljanjem odnosa, ki je osredotočen na preteklost, in vzpostavljanjem odnosa, ki je usmerjen v sedanjost.

Lahko rečeva, da se proces vzpostavljanja odnosa odvija, kadar dve ali več oseb sodeluje v nizu transakcij. Dvoglave puščice na sliki 1 predstavljajo enako

vrednost, ki jo pripisujeva obema oblikama vzpostavljanja terapevtskega odnosa, in premikanje med njima. Obe vrsti vzpostavljanja odnosa lahko soustvarjata metanarative o terapevtskem odnosu, a medtem ko sotransferno vzpostavljanje odnosa ustvarja že znane transferne teme, odnos ego stanj Odrasli–Odrasli omogoča nastanek svežih konfiguracij in pomenov.

S transakcijskega gledišča ima ta formulacija številne prednosti:

1. Poimenuje in poudarja v sedanjost usmerjeni terapevtski odnos ego stanj Odrasli–Odrasli.
2. Umešča in izenačuje delno transferne transakcije (»pretekli jaz – sedanji ti« in »sedanji jaz – pretekli ti«), saj lahko tako klient kot terapevt doživljata preteklost v sedanjosti oziroma kažeta »transferno naravnanost« (glej Rogers, 1951, str. 199). Ta pogled nakazuje, da lahko tako terapevt kot klient izvedeta terapevtsko intervencijo (tj. lahko sprožita premik iz vzpostavljanja odnosa, ki je osredotočen na preteklost, v vzpostavljanje odnosa, ki je usmerjen v sedanjost).
3. Poudarja deljeno odgovornost obeh strani (klienta in terapevta) za ustvarjanje in ohranjanje sotransfernega odnosa, kadar delujeta s pozicije »pretekli jaz – pretekli ti.«
4. Je celovita pri opisovanju in v razmisleku o terapevtskih odnosih, ki temeljijo na analizi strukturalnih transakcij in pripadajočih pravil komuniciranja (Berne, 1966) (glej sliko 2).

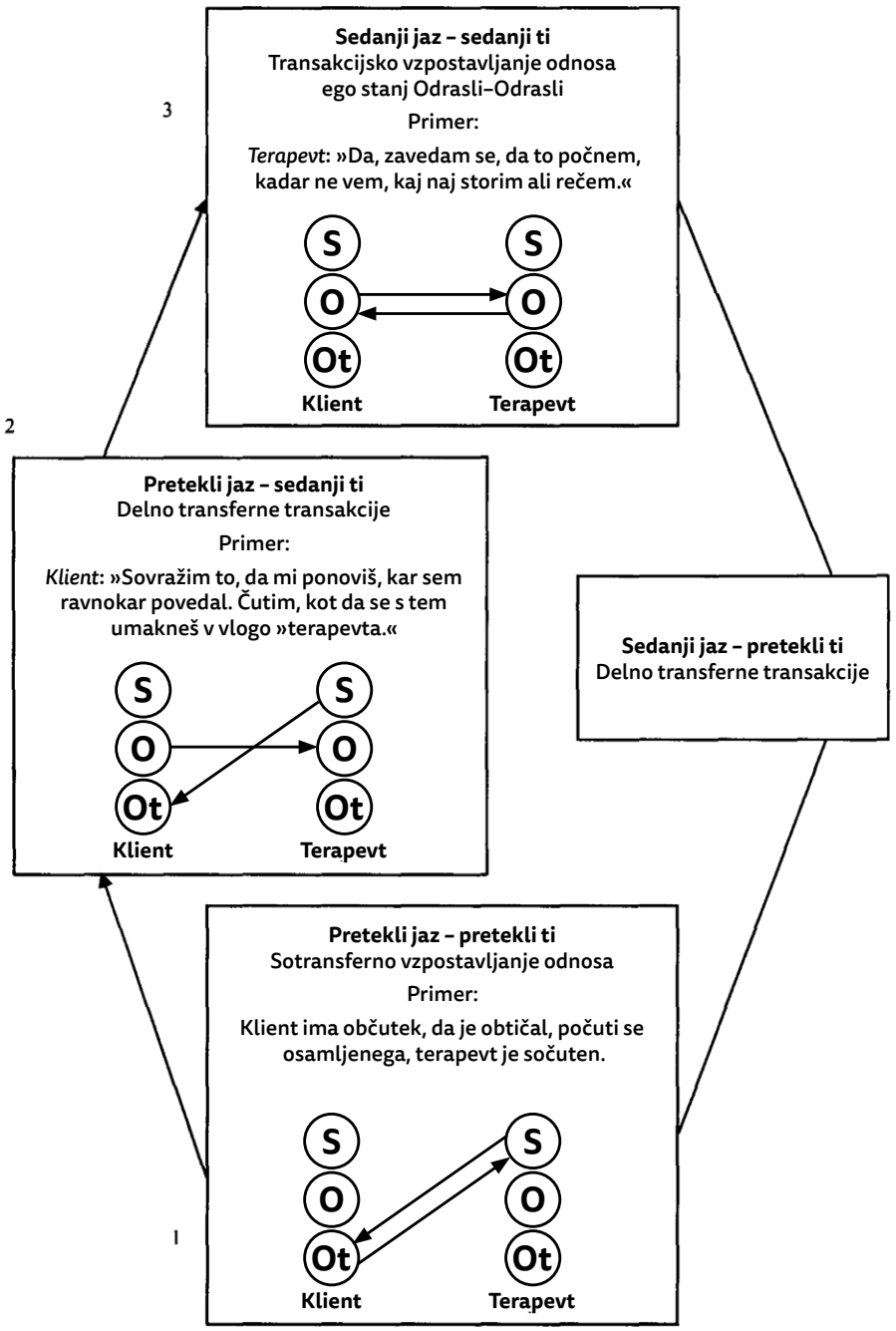
Vzpostavljanje odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli in sotransferno vzpostavljanje odnosa sta primera komplementarnih transakcij, s katerimi lahko komunikacija poteka v nedogled (prvo Bernovo pravilo komunikacije). Seveda so delno transferne transakcije križne transakcije, pri katerih »pride do prekinitve v komunikaciji, zato morata eden ali oba posameznika vstopiti v drugo ego stanje, da bi lahko komunikacija ponovno stekla« (Stewart in Joines, 1987, str. 65) (Bernovo drugo pravilo komunikacije). Iz tega razloga delno transferno transakcijo obravnavava kot prehodni stopni kamen med na preteklost in sedanjost osredotočenimi načini vzpostavljanja odnosa. Meniva, da zgolj križne transakcije ne morejo podpirati trajnostne oblike vzpostavljanja odnosa. Če klient s terapevtom dosledno vzpostavlja transferni odnos, je pogosto koristno domnevati, da terapevt na neki način prispeva k transfernemu procesu. Berne (1966) je to jasno nakazal v opisu križnih transakcij in pripadajočem tretjem pravilu komunikacije: »Vedenjski izid prikrite transakcije je določen na psihološki, ne na socialni ravni« (str. 227).

4.1. Opomba o izrazih

Pri obravnavi teh terapevtskih odnosov uporabljava izraza »Odrasli–Odrasli« in »sotransferni« namesto »resničen« in »neresničen« (kot Gelso in Carter), saj meniva, da je s fenomenološkega vidika sotransferno vzpostavljanje odnosa resnično. Klientovo videnje in želja, da bi terapevtka v odnosu z njim nastopala kot neodvisna, ljubezniva in odzivna mati, ki si jo je vedno želel, ni nič manj resnična zato, ker gre za projicirano in transferno željo. Transferno ne pomeni, da nekaj »ni v redu,« temveč je le eden izmed načinov, kako opisati izkustva in doživljanje v terapiji (Allen in Allen, 1991).

Ker so v resnici pomembni vsi načini vzpostavljanja odnosa, Berne (1972/1975b) meni, da se moramo s klienti pogosto zapletati v igranje iger, da bi lahko z njimi zgradili odnos. Prav tako raje uporabljava izraz »pretekli« kot možen »ne-ti,« saj prvi poudarja, da se je tak način vzpostavljanja odnosa prenesel iz preteklosti, namesto da bi namigoval, da gre za neresničen odnos ali neresničen »ti.« Zavedava se in skupaj s konstruktivisti poudarjava, da preteklost enako močno vpliva na sedanjost kot sedanjost vpliva na preteklost. Čeprav izmenično uporabljava oba izraza, nama je ljubši izraz »vzpostavljanje odnosa« kot »odnos,« saj prvi poudarja proces v terapevtskem odnosu, ne pa fiksno entiteto. V strukturalnih transakcijah vidiva podlago za soustvarjalno transakcijsko analizo, ker temeljijo na strukturalnem modelu ego stanj, ki nam pomaga razlikovati med transfernim in netransfernim odnosom (v nasprotju s funkcionalnimi transakcijami, ki temeljijo na funkcionalnem modelu ego stanj, ki je predloga za kartiranje vedenjskih možnosti). Ta dva pristopa k transakcijam so dobro opisali Lapworth in dr. (1993). Najino konceptualizacijo ego stanj pojasniva v razdelku o ego stanjih v nadaljevanju članka.

Slika 2
Soustvarjalni terapevtski odnosi: kartiranje transakcij



5. Sotransferno terapevtsko vzpostavljanje odnosa

Allen in Allen (1997) takole opišeta konstruktivistično konceptualizacijo transfera:

> »Z drugo osebo ustvarimo že znani vzorec odnosa tukaj in zdaj … Velik del tega odnosa je odvisen od tega, kako smo organizirani, in od zgodb, ki jih pripovedujemo samim sebi oziroma jih drugi pripovedujejo nam. To pomeni, da odnos gradimo na podlagi svojih zgodb in tega, česar smo zmožni, ter tega, kar nam drugi, njihove zgodbe in kontekst dopuščajo« (str. 92)

Logika konstruktivistične ali soustvarjalne transakcijske analize je, da sta transfer in kontratransfer soustvarjena, zato (skupaj z drugimi) raje uporabljava izraz »sotransfer«:

> »To bolje odraža dejstvo, da pomen soustvarjata obe subjektiviteti … pri čemer nobena oseba ne razpolaga z bolj objektivno »pravo« različico realnosti od druge. Odraža razumevanje neizogibnega sodelovanja, ki se odvija od enega trenutka do drugega, ter terapevtove subjektivne organizacije izkustev v sistemu vzajemnega vplivanja.« (Sapriel, 1998, str. 42)

V terapevtskem odnosu se soustvarjajo tako znani kot novi pomeni. Če se klient in terapevt strinjata, da bosta že znane transferne pomene zadržala v terapevtskem okviru (tj. sklenila dogovor znotraj sedanjega terapevtskega odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli), potem lahko udejanjata, raziskujeta, pojasnjujeta in razumeta svoj soustvarjeni transfer.

Naslednji primer je z začetnega terapevtskega srečanja s klientko, ki opisuje, da se pogosto počuti nerazumljeno:

> *Klientka:* »Želim si, da bi me bili zmožni razumeti.«
>
> *Terapevt:* »Tega vam ne morem obljubiti, vendar sem pripravljen z vami raziskati, kako lahko prideva do razumevanja (ali pomanjkanja razumevanja), saj lahko tako spoznavava, kaj se ob tem zgodi.«
>
> *Klientka:* »To mi ustreza.«

Lahko se bolje poučimo o tem, kako ponovno odigravamo izkustva iz preteklosti, ali pa se naučimo sprejeti zdajšnje možnosti. Sotransfer bi lahko obravnavali kot manifestacijo »sonezavednih stanj … [ki sta jih] partnerja izkusila in skupaj ustvarila« (Moreno, 1977, str. vii).

Zato lahko zastoj in razrešitev zastoja obravnavamo predvsem kot relacijski fenomen. Transakcijski analitiki zastoj ponavadi razlagajo kot intrapsihični pojav, pri čemer se zastoji drugega in tretjega tipa razrešujejo znotraj ego stanja Otroka (Goulding in Goulding, 1976; Mellor, 1980). Meniva, da se zastoj, ki je bil soustvarjen v prvotnem odnosu, zdaj sovzdržuje prek transfernega vzpostavljanja odnosa oziroma se v jedru razrešuje skozi stik ego stanj Odrasli–Odrasli.

Tak primer je klientka, ki se med toženjem o tem, kako ji primanjkuje materinske skrbi, izogiba očesnemu stiku, nato pa globoko zavzdihne in se sesede nazaj v naslonjač. Terapevt se počuti izključenega, ko jo opazuje, kako »trpi.« Morda terapevt in klientka na ta način ponovno odigravata njene pretekle primanjkljaje, zagotovo pa soustvarjata primanjkljaj stika tukaj in zdaj. Terapevt klientko povabi k razmisleku o procesu, ki se odvija med njima:

> *Terapevt:* »Ti si videti prikrajšana, jaz se počutim izključenega. Kaj meniš, da se dogaja med nama?«
>
> *Klientka:* »Zamišljala sem si, da te ne zanima, kaj govorim.«
>
> *Terapevt:* »Res je, ta trenutek me ne zanima kaj preveč tvoj odnos z mamo. Bolj me zanima odnos med teboj in menoj.«
>
> *Klientka*: »Lahko bi se počutila prizadeto, a mi je pravzaprav odleglo, ko si mi to rekel.«

V tem primeru je terapevt prekrižal začetno sotransferno transakcijo s povabilom k refleksiji s pozicije ego stanj Odrasli–Odrasli, ki je vodila v soustvarjanje stika, namesto v transferno ponovno odigravanje primanjkljaja.

Sedaj se bova posvetila terapevtskemu odnosu, usmerjenemu v sedanjost, nato pa premikanju med terapevtskim odnosom, usmerjenim v sedanjost, in terapevtskim odnosom, osredotočenim na preteklost (glej sliko 1).

Sedanji jaz – sedanji ti: intersubjektivnost in terapevtsko vzpostavljanje odnosa

V sedanjost usmerjeni odnos ego stanj Odrasli–Odrasli predstavlja kontekst za učenje in celjenje, vključno z učenjem iz transfernega ponovnega odigravanja. V tem oziru odnos ego stanj Odrasli–Odrasli vključuje odnos »jaz–ti,« kot ga opiše Buber (1923/1937) v svoji knjigi z naslovom *Ich und Du*, ki se v nekaterih jezikih prevaja kot »Jaz in vi.« (Nama je ljubši prevod s tikanjem, torej »jaz in ti,« ker se nama zdi boljši približek nemškemu izvirniku kot oblika z vikanjem.) Buber poudarja prvenstvo človekovega vzpostavljanja odnosov, vzajemne potrditve in celjenja prek srečanja z drugim.

Podobno je Bernova formulacija eksistencialne življenjske pozicije »jaz sem v redu, ti si v redu« pomembna zato, ker je razumel, da »biti v redu« obstaja v odnosnem kontekstu. Ni je formuliral zgolj kot »jaz sem v redu,« temveč jo je opisal v odnosu do drugega. To je še razširil v svoji knjigi *What Do You Say After You Say Hello?*[6] (Berne, 1972/1975b) s pomembnim in po najinem mnenju pogosto spregledanim dodatkom: »Jaz sem v redu, ti si v redu, oni so v redu.« Povzel ga je po formulaciji Satirjeve, ki se glasi: »Jaz štejem, ti šteješ, kontekst šteje«. V tem oziru so Buber, Berne in Satirjeva napovedali veliko bolj moderno (in postmoderno) skrb za intersubjektivnost, ki jo Atwood in Stolorow (1996)

6 (V prevodu: Kaj rečeš po pozdravu?, op. prev.)

opisujeta kot »vzajemno in medsebojno odvisno vplivanje« (str. 181). Razkrivata tudi posledice takšne recipročnosti:

> »S tega gledišča sta opazovalec in njegov jezik razumljena kot neločljivo povezana z opazovancem, zato vpliv analitika in njegove organizirajoče aktivnosti na razvoj samega terapevtskega odnosa postane fokus … raziskovanja in refleksije.« (str. 181)

Ena izmed implikacij Bernove pozicije treh v zvezi z najino formulacijo transakcijskega pristopa k vzpostavljanju terapevtskega odnosa je seveda v kontekstu skupin (in organizacij). Če klient ali terapevt vzpostavlja odnos s svoje pretekle ali »nesedanje« pozicije (še zlasti pa, kadar se oba znajdeta v tej poziciji), se ostali člani skupine morda ne ujamejo vanjo oziroma ne izkažejo transfernih naravnanosti, temveč so lahko v pomoč kot zavestne in razsvetljujoče priče sotransfernega odnosa. To konfiguracijo lahko razumemo kot manifestacijo naslednjih pozicij: »pretekli jaz–sedanji ti–sedanji oni,« »sedanji jaz–pretekli ti–sedanji oni,« »pretekli jaz–pretekli ti–sedanji oni.« Poglejmo si primer. Neko terapevtko je znerviralo, da jo je klient na skupinski terapiji vedno znova prekinjal. Po več takšnih transakcijah je povzdignila glas in klientu povedala, da jo s takšnim vedenjem živcira. Klient se je ob tem prestrašil in postal defenziven. Ni se udeležil naslednjega srečanja skupine, a ko je končno spet prišel, je terapevtko obtožil, da je do njega nesramna. Terapevtka in več članov skupine se je z njim zapletlo v napadalno–obrambno igro, ki je klienta spominjala na njegove pretekle izkušnje in odnos z materjo. Po več neuspešnih poskusih komunikacije s klientom se je terapevtka z uporabo ideje o transakciji Carom (Woollams in Brown, 1978, str. 74) začela glede svojih intervenc posvetovati s tistimi člani skupine, ki so s klientom ostali v odnosu tukaj in zdaj. S tem je klientu pomagala, da je z drugimi člani skupine (in prek njih z njo) ostajal v odnosu, usmerjenem v sedanjost, četudi le za kratek čas.

V sedanjost usmerjeni razvoj

Meniva, da se pri transakcijsko-analitičnih konceptualizacijah globinske psihoterapije preveč poudarja ego stanje Otroka. Prepričana sva, da delo z »notranjim Otrokom« postvari metaforo ego stanja (glej poglavje o ego stanjih v nadaljevanju članka). Zato imava pomisleke glede tehnik transakcijske analize za dekonfuzijo in ponovno odločanje v ego stanju Otroka, kadar temeljijo na regresiji v prizore iz otroštva. Posameznikova čustvena želja, da bi prek interakcije s terapevtom dokončal prizor iz preteklosti, denimo s starševsko figuro, ni poskus razrešitve transfera, temveč *je* transfer. Naloga nas terapevtov ni olajšati takšne dovršitve, ki bi okrepila klientov transferni vzorec, temveč ga moramo prvenstveno spodbujati k opuščanju transfernih pričakovanj in vabiti k soustvarjanju svežih izkustev:

»Literatura o razvojni psihologiji kliniku kaže, da kadar klinični specialist skrbno in stalno posveča pozornost učinkovitosti klientovega zdajšnjega delovanja, to bolj pripomore h klientovemu samoizboljšanju kot terapevtsko »prenavljanje« določenega razvojnega obdobja« (Cornell, 1988, str. 278).

Prav ta kontrastna pozicija (angl. juxtaposition) sotransfernega in vzporedno razvijajočega se vzpostavljanja odnosa, ki je usmerjen v sedanjost, omogoča terapevtski pojav transfera. Ta dvojnost pri vzpostavljanju odnosa omogoča izkušanje transfernih pojavov, njihovo sočutno prepoznavanje in zaobjemanje v terapevtskem odnosu. Do integracije pride, ko klient postopoma uteleša in si ponovno prilašča prej fiksirane vidike svojega izkustva v kontekstu nove, soustvarjene podpore, ki je v otroštvu ni bil deležen.

To, kar razlikuje stik z ego stanjem Odraslega od ponovnega odigravanja arhaičnih fiksiranih izkušenj (tj. iz ego stanj Starša ali Otroka), nista izvor ali intenzivnost občutenj, temveč vključitev selfa in podpore v odnosu. S prizadevanji in soustvarjanjem kontaktnega angažmaja na novi način se klient po definiciji premakne iz arhaičnega ego stanja. Meniva, da so arhaična ego stanja obrambe, ki jih je treba v terapiji prej razgraditi kot podvreči procesu dekonfuzije ali sprejemanju ponovnih odločitev. Po najinem mnenju je edini namen »dela z ego stanjem Otroka« prepoznavanje fiksiranih in zato odtujenih vidikov izkušenj, ki jih je nato mogoče asimilirati prek vzpostavljanja v sedanjost usmerjenega odnosa. Zato sva bolj naklonjena konceptualizaciji podelitev in integraciji predhodno zadržanih občutkov, potreb in želja, ki pritičejo *ekspanziji ego stanja Odraslega* kot dekonfuziji ego stanja Otroka. Globinska psihoterapija je proces, v katerem se fiksirana, arhaična izkustva preoblikujejo v razširjeni obseg odnosne zmožnosti ego stanja Odraslega.

Novejši razvojni teoretiki, denimo Stern (1985), obravnavajo razvojne faze kot stalne procese, ki potekajo skozi celoten življenjski cikel, pri čemer te faze niso vezane na otroštvo ali katerokoli drugo določeno življenjsko obdobje (glej razdelek o skriptu v nadaljevanju članka). Sternov predlog, da se štiri občutenja selfa (tj. porajajoče se, jedrno, intersubjektivno in verbalno) razvijajo vzporedno skozi celotno odraslo življenje, podpira možnost dela na neverbalnih ravneh samorazvoja znotraj referenčnega okvira ego stanja Odraslega. To je v nasprotju z opredelitvijo takšnega dela kot predverbalnega in s tem povezanimi regresivnimi implikacijami. Podobno razvoj teorije navezanosti konceptualizira navezanost kot vprašanje življenjskega cikla:

»Bowlbyjevo prepričanje, da potreba po navezanosti na druge človeka spremlja vse življenje, saj je nikoli ne preraste, je pomembno vplivalo na psihoterapijo. To pomeni, da terapevt neizogibno postane pomembna figura, na katero se klient naveže, česar ni priporočljivo vedno razumeti kot »regresijo« v otroško odvisnost, temveč kot reaktivacijo potreb po navezanosti, ki so bile prej potlačene.« (Holmes, 1993, str. 143)

V transakcijskem smislu psihoterapija omogoča klientom, da raziskujejo, kako v sotransfernem odnosu prispevajo k ponovnim odigravanjem negotove navezanosti, a tudi kako lahko razvijajo varno navezanost v odnosu ego stanj Odrasli–Odrasli. Bernovo drugo pravilo komunikacije pravi, da se po križni transakciji komunikacija (vsaj začasno) prekine, zato nam pomaga oceniti zaznano tveganje za kliente in terapevte pri prehajanju med sotransfernim odnosom in odnosom ego stanj Odrasli–Odrasli. Takšen premik lahko prekine navezanost, v negotovi navezanosti (simbiozi) pa lahko vidimo boljšo rešitev kot pomanjkanje vsakršne navezanosti.

Ti pogledi na človekov razvoj podpirajo v sedanjost usmerjeno diagnozo, sklepanje dogovorov in načrtovanje terapije.

Delno transferne transakcije

Delno transferne transakcije so transakcije, pri katerih je en udeleženec v terapiji v ego stanju Odraslega, drugi pa ne (glej sliki 1 in 2). Te transakcije nam kažejo povezavo med sotransfernim odnosom in odnosom »sedanji jaz–sedanji ti,« zato se lahko z zemljevidom sotransfernih terapevtskih odnosov (slika 1) orientiramo ali pripovedujemo o svoji poti do terapevtskega odnosa, ki je usmerjen v sedanjost in temelji na vzpostavljanju odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli (glej sliko 2, ki jo beremo od spodaj navzgor). Primer na sliki 2 kaže, da se lahko klient enako dobro zaveda sotransfernega odnosa. Navajava primer, pri katerem terapevt klienta vabi v odnos »sedanji jaz–sedanji ti«:

Klient: Moram se spremeniti. Nimam časa ostati takšen, kot sem.

Terapevt: Zveniš neusmiljeno.

Klient: Življenje je neusmiljeno.

Terapevt: Razumem, da življenje doživljaš kot neusmiljeno. Zanima me, ali bi tukaj želel eksperimentirati z ustvarjanjem drugačnih vrst življenjskih izkustev.

Klient (je videti osupel): Da.

Terapevt začne z empatično transakcijo, nato prizna klientov referenčni okvir, da življenje doživlja kot neusmiljeno in ga povabi, naj skuša ustvariti drugačno izkustvo tukaj in zdaj. Implikacija konstruktivistične perspektive je, da se terapevtu ni treba soočiti z veljavnostjo klientovega referenčnega okvira, temveč le z njegovo edinstvenostjo kot načinom doživljanja življenja.

V primerih ponavljajočih se križnih transakcij lahko analiza prikritih transakcij razkrije sotransfer, ki je vzrok, da pride do njih. Tak primer je klient, ki se venomer pritožuje, da ga terapevt ne posluša. Terapevt klientu namigne, da je ta obtožba njegova projekcija nanj. Terapevtova defenzivnost, ki ji sledi

predalčkanje klienta, bi v resnici lahko pomenila, da klienta »ne posluša.« Raziskovanje sotransfera mora vključevati skrbno preverjanje subtilnih načinov, kako bi klientovo zaznavanje lahko bilo resnično. Skupno raziskovanje prikritih transakcij v terapiji ali superviziji lahko razkrije primere, ko je v navidezno v sedanjost usmerjeni komunikaciji vtisnjena na preteklost osredotočena transferna dinamika. Zapovrhu lahko analiza navidezno transfernega procesa razkrije prikrito dinamiko med ego stanjema Odrasli–Odrasli.

Sedaj, ko sva obdelala ta novi narativ o terapevtskih odnosih ali vzpostavljanju odnosa, ki temelji na transakcijah ali soustvarjeni realnosti, se bova posvetila preučevanju drugih temeljev transakcijske analize s soustvarjalnega vidika. Začela bova s teorijo skripta. Tradicionalna teorija transakcijske analize nam ponuja izjemen in eleganten sistem za razumevanje transfernih pojavov. A kot je opazil Cornell (1988), je »Berna, kot še mnoge druge klinike, obsedlo prizadevanje za razumevanje patologije, zaradi česar je izgubil občutek za zdravje« (str. 274). Narativna tema v tej reviziji glavnih konceptov transakcijske analize priznava prispevek transakcijske analize k zdravim in patološkim procesom. To uravnoteženo zanimanje za zdravje in patologijo odraža trenutni razvoj na področju psihologije zdravja, duševnega zdravja oziroma zdravja nasplošno, »salutogeneze« (tj. izvora zdravja) (Antonovsky, 1979, 1987) in promocije duševnega zdravja (glej Tudor, 1996).

6. Skript (soustvarjena identiteta)

Cornell (1988) v svojem kritičnem pregledu teorije skripta predlaga, da je skript, kot je predstavljen v večini literature o transakcijski analizi, »preveč redukcionističen in posveča premalo pozornosti formativnim dejavnikom zdravega psihološkega razvoja« (str. 270). Če pomislimo na potencialno združljivost teorije skripta s konstruktivizmom (Allen in Allen, 1997), je to s filozofskega vidika še posebej ironično. Ako želimo razumeti skript kot konstruktivne narative (Allen in Allen, 1995), ki se tako kot spomini soustvarjajo v sedanjosti in projicirajo v preteklost, moramo preoblikovati večino našega dosedanjega razumevanja skripta in teorije skripta. Ta kritika temelji na naslednjih postavkah:

- Tradicionalne linearne teorije postopnega (otrokovega) razvoja so izpodbijali avtorji, kot je Stern (1985): »Zato na teoretični podlagi ni mogoče vnaprej vedeti, na kateri točki v življenju bo določenemu tradicionalno klinično-razvojno vprašanju pripisan njegov patogeni izvor« (str. 256).
- Skripti so soustvarjeni; Cornell (1988) se sklicuje na trenutne razvojne raziskave, ki kažejo, da dojenčki vplivajo na svoje starše in jih oblikujejo v enaki meri, kot njih oblikujejo starši.
- Tudi prepovedi, programi in gonila (driverji)/kontraprepovedi so soustvarjeni in odločeni, zato postanejo del posameznikovega skripta le, če so kot taki sprejeti in »fiksirani.«
- Navkljub konceptu kulturnega skriptiranja (White in White, 1975) je skript v eni svojih najbolj priljubljenih in najpogosteje uporabljenih manifestacij – t. i. skriptni matriki – globoko kulturno determiniran, če se nanaša le na heteroseksualno nuklearno družino.
- Postmodernistična teorija skripta predlaga, da lahko v naših življenjih vzporedno teče več zgodb, mi pa lahko med njimi izbiramo. Allen in Allen (1995) menita, da ima »vsak človek pravico do več kot ene zgodbe« (str. 329). Zgodbe, ki jih pišemo, lahko temeljijo na motivih, ki združujejo preživetje, podreditev, upor, žilavost, aspiracije, zavzemanje zase, zvestobo, maščevanje in ljubezen.

Cornell (1988) priznava, da je Englisheva (1977) praktično edina razumela skript kot dragoceni adut v terapiji. Cornellovo (1988) opredelitev skripta sprejemava zaradi njene uporabnosti pri zdravih in patoloških procesih ter zaradi pripoznave pomena smisla:

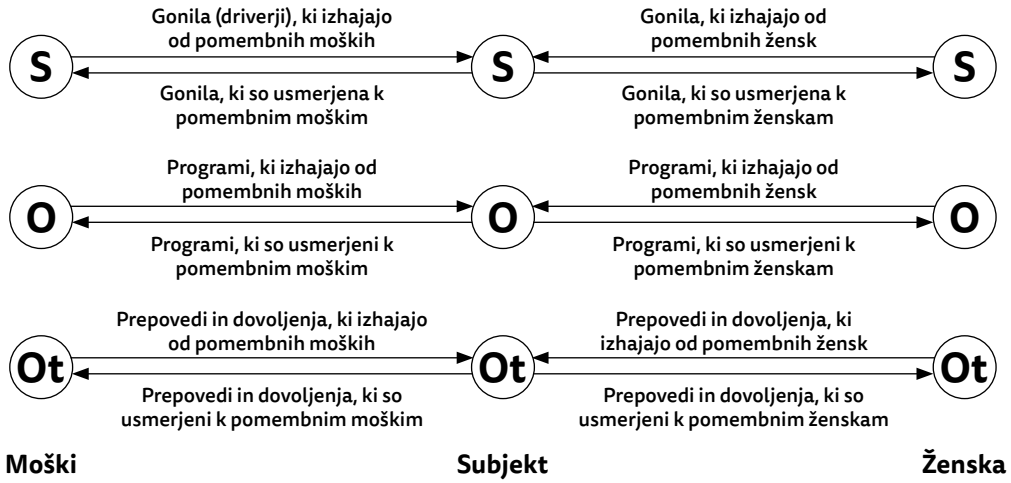
> »Življenjski skript predstavlja nenehni proces samodefiniranja in občasno samoomejujočega psihološkega tolmačenja realnosti. Oblikovanje skripta je proces, s katerim posameznik skuša osmisliti svoje družinsko in družbeno okolje, da bi prišel do smisla življenja ter predvidel in obvladal življenjske težave v upanju, da bo na tak način uresničil svoje sanje in želje.« (str. 281)

V zvezi s skriptno matriko predlagava, da logiko Cornellovih (1988) argumentov uporabimo za nadaljnji razvoj narativnega zemljevida vplivov na soustvarjeno identiteto:

1. Strinjava se s Cornellom glede horizontalne risbe skriptne matrike, ki vpelje »Starševske« vplive v medsebojni odnos z »Otrokom« ali subjektom.
2. Vzajemnost vektorjev sva razširila in vključila vektor »Starša.«
3. Morda je najbolj pomembno in radikalno, da sva »Mater« in »Očeta« nadomestila s katerokoli polariteto (ali kontinuumom), ki je pomembna za subjekt glede na njegovo lastno oblikovanje realnosti (glej sliko 3).

Slika 3

Soustvarjalna skriptna matrika (razvita po Cornellu, 1988)



Tako prepovedi, programi in gonila skripta potekajo v obe smeri. Otrok, ki svojemu staršu reče: »Izgini!« lahko hkrati sprejema, se odziva na *in* posreduje prepoved »Ne obstajaj!« Seveda se relativni vpliv na starša, ki ima običajno več moči kot otrok, razlikuje glede na njegov lastni razvoj, zgodovino, izkušnje, patologijo, sedanjo podporo in podobno. Otrok, ki se zgleduje po različnih vedenjih svojih staršev (denimo z uspešnostjo v šoli), utrjuje družinsko/kulturno zgodbo o »uspehu,« kar spet vpliva na starše. Tudi sporočila gonil so enako vzajemna. Očetovo sporočilo: »Pomiri se, sin« lahko najde ustreznico v sinovem sporočilu »Objemi me in bodi vedno ob meni,« kar lahko odraža obojestransko gonilo »Bodi močan.«

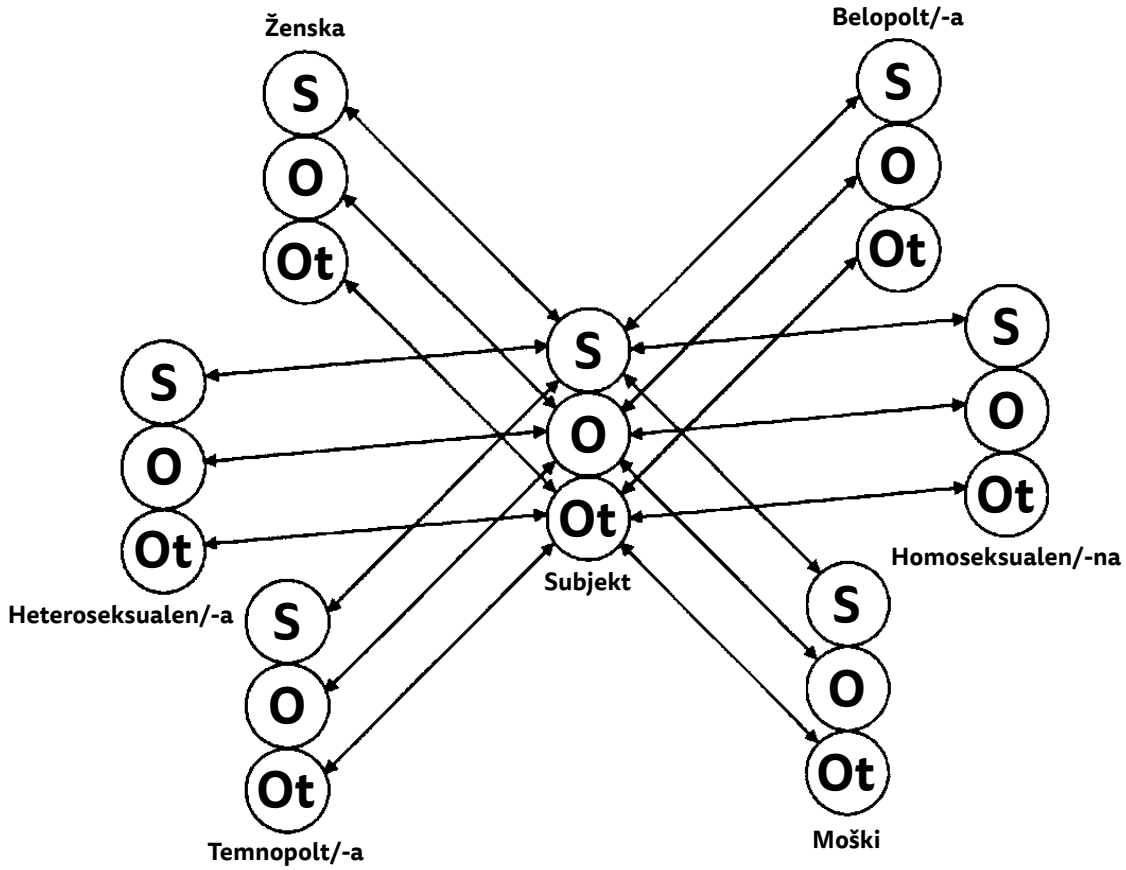
Najin horizontalni diagram ne predstavlja enakosti moči v odnosu starš–otrok. Njegov namen je poudariti našo stalno zmožnost vplivanja na in biti pod vplivom drugega. Matriko lahko uporabimo za prikaz medsebojnih vplivov v katerikoli fazi življenjskega cikla, zato jo lahko apliciramo na različne situacije, v katerih drugi na nas bolj ali manj vplivajo prek statusa, znanja, finančnih virov, starosti ali diskriminacije na podlagi družbenega razreda, hendikepiranosti, spola, rase, spolne usmerjenosti in podobno.

Vplive skripta lahko obravnavamo tudi z vidika drugih polaritet in kontinuumov med njimi. Poglejmo si primer: pri razvoju identitete temnopoltega otroka, ki odrašča v pretežno beli kulturi, bi verjetno zaznali pomembno polariteto med manjšinsko temnopolto kulturo, ki je je otrok deležen doma, in belo prevladujočo kulturo, ki ji je izpostavljen v šoli. V resnici obstajajo številni modeli razvoja identitete manjšin (glej denimo Atkinson idr., 1989) – kot tudi modeli,

ki opisujejo razvoj belske rasne zavesti (Helms, 1984) –, ki bi jih bilo mogoče predstaviti s pomočjo in v kontekstu soustvarjalne skriptne matrike. Podobno je prevladujoča polariteta, ki vpliva na izkušnje otroka, ki ga vzgajajo gejevski, lezbični ali biseksualni starši, *odvisno od njegovih okoliščin v določenih obdobjih njegovega življenja*, *lahko* homoseksualno–heteroseksualna polariteta. Izbrane besede sva dala v poševni tisk, ker je dejstvo, da takšni vplivi niso determinirani, kot to predvidevajo tradicionalne konceptualizacije skripta, temveč so po najinem mnenju *konstruirani*. Povedano drugače, formiranje skriptne matrike je samo po sebi osebni konstrukt. Tako skriptna matrika postane soustvarjena serija matrik, ki se vrti okoli nas kot nenehno spreminjajoča se vijačnica relacijskih atomov, s katerimi pripovedujemo, pripovedujemo z drugimi besedami in preoblikujemo zgodbe o različnih vplivih na naš nadaljnji razvoj (glej sliko 4).

Slika 4

Skriptna vijačnica



Kot opažata Allen in Allen (1997), so v tem modelu skripti kot soustvarjene identitete nedvomno združljivi z našim postmodernističnim projektom drugačnega pripovedovanja o transakcijski analizi. V resnici so predhodnik sedanjega pojmovanja terapije, ki temelji na narativu.

7. Ego stanja (soustvarjena osebnost)

Berne je prvi predlagal pojem integriranega ego stanja Odraslega (1961/1975a):

> »Vsakdo, ki deluje z ego stanjem Odraslega, bi moral v idealnem primeru izkazovati tri vrste teženj: osebno privlačnost in odzivnost [patos], objektivno obdelavo podatkov [logos] in etično odgovornost [etos]. V tem vrstnem redu predstavljajo arheopsihične, neopsihične in eksteropsihične elemente, ki so 'integrirani' v neopsihično ego stanje, morda kot 'vplivi'«. (str. 195, besede v oklepajih sva dodala sama)

Ta zamisel je razvita v strukturalnem modelu ego stanj, ki temelji na Erskinovi (1988) interpretaciji Bernovih idej. Ta model služi kot uporabna podlaga za soustvarjalni pristop, saj jasno razlikuje med integracijo ego stanja Odraslega in fiksiranimi arhaičnimi odzivi. Integrirano ego stanje Odraslega se razlikuje od introjiciranih ego stanj Starša in fiksiranih arhaičnih ego stanj Otroka. Ego stanji Starša in Otroka predstavljata vzorce vzpostavljanja odnosov, ki se uporabljajo zavedno in nezavedno, kot obramba pred integracijo ego stanja Odraslega. Zato meniva, da ego stanji Starša in Otroka predstavljata fiksirane ustvarjalne prilagoditve, ki so se razvile v zgodnjem življenjskem obdobju in so patološke, kadar se kompulzivno uporabljajo tukaj in zdaj na račun izključevanja drugih možnosti. Strinjava se z Erskinovim mnenjem, da »ego stanje Odraslega sestavljajo motorično vedenje, ki pritiče zdajšnji starosti; čustveni, kognitivni in moralni razvoj; posameznikova ustvarjalna zmožnost in sposobnost polnokontaktnega angažmaja (angl. full contactful engagement) v pomembnih odnosih« (str. 16). Po sprejetju tega modela kot podlage za soustvarjalni pristop predlagava nekaj modifikacij, ki podpirajo prehod od modernistične k postmodernistični podlagi soustvarjalne transakcijske analize.

Prvič, dvomiva v idejo, da je ego stanje Odraslega osnova za objektivno predelovanje, zato predlagava, da model ego stanja uporabimo kot način opisovanja različnih vrst subjektivnih izkustev. Odmikava se od modernističnih pojmovanj opredeljive, objektivne realnosti ter sprejemava vidik intersubjektivnosti in postmodernistično pojmovanje soobstoja alternativnih realnosti. Meniva, da ta vidik pomaga osvetliti kulturni kontekst vgrajenih predpostavk, ki bi jih sicer lahko nevarno in slepo opredelili kot objektivne. Matze (1991) trdi, da je razlikovanje med transfernimi in netransfernimi transakcijami samo po sebi »osnovano na mitu o objektivnosti« (str. 142), zato bi morali terapevti vse transakcije obravnavati kot transferne, s čimer bi »zmanjšali možnost, da kot terapevti zagrešijo veliko napako v empatični uglašenosti« (str. 142). V tem vidiva možnost, da ego stanje Odraslega »zavržemo skupaj s plevami.« Nasprotno od tega meniva, da je mogoče zanemariti mit o objektivnosti ter ohraniti razlikovanje med transferom in netransferom s pomočjo sistematične, intersubjektivne fenomenologije. Ta pogled temelji na Bernovi (1961/1975a) konceptualizaciji strukturalne analize kot sistematične fenomenologije in predpostavlja, da lahko posameznik izkusi različne vrste realnosti. Nekatere temeljijo na preteklem doživljanju samega sebe (ego stanje Otroka), druge na preteklem doživljanju drugih (ego stanje Starša), tretje so osredotočene na sedanjost (ego stanje Odraslega). Prepričana sva, da je prav Bernova formulacija fenomenološkega doživljanja sprememb v vzorcih zaznavanja, mišljenja, čustvovanja in vedenja tista, ki je intuitivno smiselna za veliko ljudi.

Podobno kot Matze (1991) tudi mnogi psihodinamski avtorji trdijo, da gre pri terapiji izključno za transferni odnos. Kljub temu meniva, da sistematična fenomenologija transakcijske analize podpira pojmovanje netransfernega vzpostavljanja odnosa ego stanj Odrasli–Odrasli. To seveda ne pomeni, da sta terapevt in klient objektivno prosta vplivov preteklih izkušenj. Ostajamo vpeti v matrike naše kulture (glej razdelek o skriptu). Neprestano sooblikujemo drug drugega in se pogajamo o neznanem, deloma na podlagi preteklih izkušenj. Doživljamo se lahko kot osredotočene na sedanjost ali preteklost ter kot progresivne ali regresivne v odnosu do sveta. Ti premiki v doživljanju samega sebe ostajajo razpoznavni in uporabni znotraj intersubjektivnega in postmodernega referenčnega okvira.

Druga sprememba, ki jo vnašava v model ego stanj, je, da se odmikava od strukturalne metafore, na kateri je bil model zasnovan. Mehanična metafora »osebnostne strukture« je bila priljubljena skozi celotno preteklo stoletje in ob njej so se nam zastavljala vprašanja, kot so: »Kaj je struktura?,« »Kaj je z njo narobe?« in »Kako jo je mogoče popraviti?« Ta mehanicistična metafora temelji na modernističnih načelih objektivne realnosti in resnice. Berne je menil, da transakcijska analiza najučinkoviteje deluje, če se vedemo, kot da je ta metafora realnost, in kadar se z »notranjim Otrokom« ali »Staršem« pogovarjamo, kot da v resnici obstajata: »Trihotomijo je treba razumeti dobesedno – kot da je vsak klient sestavljen iz treh različnih posameznikov. Dokler terapevt klienta ne zna dojemati na tak način, ni pripravljen na učinkovito uporabo tega sistema« (Berne, 1961/1975a, str. 235).

Zaradi tega so nastale številne transakcijsko-analitične tehnike, ki predlagajo načine dela z »notranjim Staršem« (npr. Dashiell, 1978; McNeel, 1976; Mellor

in Andrewartha, 1980; Schiff, 1969) in/ali »notranjim Otrokom« (npr. Berne, 1966; Clarkson in Fish, 1988; Erskine, 1974). Predlagava odmik od te strukturalne metafore in pomikanje proti metafori možnosti. Če na model ego stanj gledamo kot na sistem relacijskih možnosti in verjetnosti, ne pa struktur, se nam ob tem zastavljajo drugačna vprašanja, denimo: »Zakaj se je ta možnost pojavila v tem trenutku?«, »Katere druge možnosti še obstajajo?« in »Kaj se mora zdaj zgoditi, da bi se pojavile in podprle nove možnosti?«

Takšno gledišče preusmeri terapevtski poudarek od obravnavanja struktur ego stanj k preučevanju, kako se iz trenutka v trenutek soustvarjajo relacijske možnosti. Namesto na delo z metaforičnim ego stanjem notranjega Otroka ali Starša se osredotočimo na raziskovanje procesa, s katerim se v transferu terapevtskega odnosa (oziroma vzpostavljanja odnosa) soustvarjajo ego stanja Otroka ali Starša. Ko smo pozorni na sotransfer, ki se pojavlja in razvija v terapevtskem odnosu, se učimo, kako soustvarjati regresivne izkušnje. Razjasnitev našega sotransfera nato podpre naše eksperimentiranje s soustvarjanjem progresivnih in ne regresivnih izkušenj. Terapevtski poudarek torej ni na spreminjanju predhodnih ego stanj, temveč na pripoznanju, da nam ni treba še naprej ustvarjati ego stanj, ki temeljijo na starih modelih. V redu je, če naredimo nekaj drugače. V redu je, če svoje izkušnje osmislimo izven referenčnega okvira Starš–Otrok. V redu je, če izumljamo in uporabljamo domišljijo za soustvarjanje drugačnih realnosti in pomenov, ki izboljšujejo naše življenjsko izkustvo.

Escherjeva litografija *Risoči roki*, ki prikazuje roki, kako rišeta ena drugo, je odličen vizualni prikaz tega vidika. Ena drugi zagotavljata obstoj. Tudi južnoafriški pregovor »Jaz sem, ker smo mi« odraža ta pristop. Postmoderna perspektiva nakazuje, da strukture ego stanj ne obstajajo pred nastopom transakcij, temveč so soustvarjene znotraj naših transakcij oziroma jih naše transakcije izvabijo na plano. Prej obstajajo le kot možni ali verjetni načini vzpostavljanja odnosov. Ta strukturalna metafora reificira te možnosti in ustvarja iluzijo strukturalne entitete (glej Loria, 1990). Meniva, da strukturalna perspektiva paradoksalno krepi arhaične možnosti, saj jih skuša »popraviti.« V nasprotju s tem raje poudarjava neločljivo povezavo med ego stanji in transakcijami, zato na model ego stanj gledava kot na način opisovanja »soustvarjene osebnosti.«

Čeprav ugotavljava, da lahko ta premik še vedno vključuje Bernova (1961/1975a) štiri merila za prepoznavanje oziroma diagnozo ego stanj (vedenjsko, socialno, zgodovinsko in fenomenološko), sva dodala pomembno izboljšavo. Intersubjektivno raziskovanje in klasifikacijo ego stanj (ali relacijskih možnosti) je zdaj mogoče razširiti tako, da vključuje intuicijo o možnem in ne zgolj o verjetnem (na podlagi preteklih izkušenj). Schmidove (1991) zamisli o intuiciji se nama zdijo še posebej uporabne v podporo temu pristopu.

Schmid poudarja, da se je Berne osredotočal na uporabo intuicije za diagnosticiranje ali analiziranje arhaičnih ego stanj s slutenjem arhaičnih realnosti (Schmid, 1991, str. 150), ki so zastopane v klientovi predstavitvi. Predlaga tudi, naj razvijamo svojo sposobnost intuitivnega zaznavanja novih možnih načinov vzpostavljanja odnosov. Meniva, da je Schmid Bernovo intuicijo glede arhaičnih možnosti uravnotežil s poudarkom na slutenju prihodnjih možnosti. Morda se moramo videti kot transakcijski snovalci in kot transakcijski analitiki. Kakšne možnosti lahko slutimo za naše kliente in v odnosu z njimi? Kako lahko podpremo raziskovanje in razvoj teh možnosti?

8. Igre: soustvarjalna potrditev

V skladu z razvojem transakcijske analize kot teoretičnega modela psihološkega zdravja, pristopa, ki ga lahko opišemo kot »psihoanologijo« (angl. psychosanology), a tudi kot psihopatologijo, predvidevava, da lahko teorija iger opisuje tako zdrave kot patološke procese. Berne (1964/1968) je igre opredelil kot »neprekinjeni niz komplementarnih prikritih transakcij, ki napredujejo do dobro opredeljenega in predvidljivega izida« (str. 44). To nevtralno in nepatološko formulacijo so kasnejše definicije omejile. Takšno opredelitev sva izbrala zato, ker nam omogoča opis tako zdravih in zadovoljujočih vzorcev kot patološkega ponavljanja in ponovnega odigravanja travmatičnih izkušenj.

Uporaba teorije iger pri patološkem procesu je v literaturi transakcijske analize dobro opisana, denimo kot stopnje iger (Berne, 1968), dramski trikotnik (Karpman, 1968), formula G (Berne, 1972/1975b), diagram igre po Gouldingu in Kupferju (Goulding in Goulding, 1979) in kot vloga obstranca (angl. bystander role; Clarkson, 1987). Poleg tega skoraj izključno patološki fokus teorije iger implicira, da se prikrite transakcije izmenjujejo med arhaičnimi ego stanji, ki sporočajo kontaminirana negativna prepričanja o sebi, drugih in svetu. Primer nerazvite izjeme pri tovrstni patološki osredotočenosti je Bernov koncept »dobre igre,« pri kateri »družbeni prispevek odtehta kompleksnost njenih motivacij … saj takšna igra prispeva tako k blaginji drugih igralcev kot k razkritju tiste igre, ki to »zares je.« (Berne, 1964/ 1968, str. 143). To je podobno konceptu »iger za vitalnost rasti,« ki ga je razvila Satirjeva (1967/1978, str. 186).

Za ponazoritev možnosti igre kot zdravega procesa predlagava posebno uporabo Jamesovega (1973) načrta igre (z dodatkom dveh pomenljivih vprašanj Laurencea Collinsona [povzeto po Stewart in Joines, 1987, str. 261]):

1. Kaj se mi vedno znova dogaja?
2. Kako se to začne?
3. Kaj se nato zgodi?

4. (Pomenljivo vprašanje)
5. In potem?
6. (Pomenljivo vprašanje)
7. Kako se to konča?
8. 8a) Kako se počutim?
   8b) Kako mislim, da se počuti druga oseba?

Razmislite o dosledno zadovoljujočem odnosu z osebo, ki jo poznate. Nato uporabite zgornji načrt igre in napišite zaporedje vzorca, ki vam ga vedno znova uspe soustvariti s to osebo. Za konec razmislite o teh pomenljivih vprašanjih:

4) Kaj je moje skrivno sporočilo tej osebi?
6) Kaj je skrivno sporočilo te osebe meni?

Tipični odzivi na ta pristop so, da se takšni vzorci začnejo z občutkom pričakovanja, dobrodošlice in ponovnega povezovanja. Srednja faza pogosto vključuje podelitev, prepoznanje, odprtost in sprejemanje. Takšni vzorci se pogosto končajo z zadovoljstvom, potrditvijo in dobrim počutjem. Pogosta prikrita sporočila so »všeč si mi,« »ljubim te« in »spoštujem te.« V zadovoljujočih odnosih takšni vzorci ustvarjajo okvir, v katerem je mogoče tvegati intimnost.

Ti zdravi vzorci ustrezajo opredelitvi igre, ki sva jo prevzela od Berna. S postmoderne perspektive predlagava, da so igre vzorci, v katere se vključujemo in z njimi soustvarjamo potrditev različic realnosti. Te so lahko osredotočene na preteklost ali sedanjost in lahko vključujejo bodisi odpisovanje bodisi upoštevanje ter s tem neizkoriščevalske prikrite transakcije. Teorija iger je v marsičem tisti vidik transakcijske analize, s katerim je Berne še posebej poudaril soustvarjalno naravo odnosnih vzorcev.

9. Zaključek

Za praktika je vrednost teorije v tem, kako uporabna se izkaže pri zaznamovanju njegove prakse. Za zaključek in v duhu narativnega obrata postmodernega, konstruktivističnega povpraševanja ponujava vrsto vprašanj, ki izhajajo iz idej, predstavljenih v tem članku. Prva prihaja kar od Berna, ki se ni pretirano razpisal o terapevtskem odnosu kot takem (glej Berne, 1966). S tem je nakazal, naj si terapevt pred in v prvih nekaj minutah vsake seanse ali srečanja s klientom zastavi »nekaj temeljnih vprašanj o resničnem pomenu terapevtskega odnosa« (str. 63-64). Sprva je na to gledal z vidika terapevtovega lastnega razvoja: »Zakaj sedim v tej sobi? Zakaj nisem raje doma s svojimi otroki? Kaj bo ta ura prispevala k mojemu razvoju?« (p. 64). Zapovrhu Berne predlaga razmislek o klientu in njegovih motivacijah: »Zakaj je ta človek tukaj? Zakaj ni raje doma s svojimi otroki? Zakaj ne počne tega, kar mu srce poželi? Zakaj si je za rešilno bilko izbral

psihoterapijo? Zakaj ne raje religije, alkohola, drog, kriminala ali iger na srečo? Kaj bo ta ura prispevala k njegovemu razvoju?« (p. 64).

Tem vprašanjem dodajava nadaljnja vprašanja za samosupervizijo praktika transakcijske analize, ki izhajajo iz soustvarjalnega pristopa k štirim glavnim področjem transakcijske analize, o katerih sva razpravljala v tem članku:

- Kakšni vzorci se pojavljajo med nama?
- Kako trenutno osmišljava te vzorce?
- Kaj vsak od naju prispeva k tem vzorcem?
- Kaj se zgodi, če za iste vzorce ustvariva različne pomene?
- Kaj se zgodi, če narediva nekaj drugega?
- Kako osmisliva različne vzorce, ki jih soustvarjava?
- Katera ego stanja prikličeva in soustvarjava drug v drugem?
- Zakaj na tej točki ustvarjava prav ta ego stanja?
- Kaj bi še bilo mogoče?
- Kakšno različico realnosti morda potrjujeva?
- Kako lahko raziskujeva, priznavava in izbirava med različnimi realnostmi?
- Katere konstrukte uporabljava za opredeljevanje sebe in drugega?
- Kako naju ti konstrukti podpirajo ali omejujejo?

Viri

Allen, J. R. in Allen, B. A. (1991). Concepts of transference: A critique, a typology, an alternative hypothesis, and some proposals. *Transactional Analysis Journal, 21,* 77-91.

Allen, J. R. in Allen, B. A. (1995). Narrative theory, redecision therapy, and postmodernism. *Transactional Analysis Journal, 25,* 327-334.

Allen, J. R. in Allen, B. A. (1997). A new type of transactional analysis and one version of script work with a constructivist sensibility. *Transactional Analysis Journal, 27,* 89-98.

Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping: New perspectives on mental and physical well-being.* Jossey-Bass.

Antonovsky, A. (1987). The salutogenetic perspective: Toward a new view of health and illness. *Advances, 4,* 47.

Atkinson, D. Morton, G. in Sue, D. W. (1989). *Counseling American minorities: A cross cultural perspective.* William C. Brown.

Atwood, G. in Stolorow, R. (1996). *A meeting of minds: Mutuality in psychoanalysis.* Analytic Press.

Barr, J. (1987). The therapeutic relationship model: Perspectives on the core of the healing process. *Transactional Analysis Journal, 17,* 134-140.

Barrett-Lennard, G. (1985). The helping relationship: Crisis and advance in theory and research. *The Counseling Psychologist, 13*(2), 279-294.

Bergin, A. E. in Lambert, M. J. (1978). The evaluation of therapeutic outcomes. V S. L. Garfield in A. E. Bergin (ur.), *Handbook of psychotherapy and behaviour change* (druga izdaja). Wiley.

Berne, E. (1966). *Principles of group treatment*. Grove Press.

Berne, E. (1964/2010). *Katero igro igraš? Temeljna knjiga o psiholoških igrah v medčloveških odnosih.* Sinesis.

Berne, E. ((1961/1975a/2011). *Transakcijska analiza v psihoterapiji: sistematična in individualna socialna psihiatrija.* Inštitut za psihoterapijo transakcijske analize

Berne, E. (1972/1975b). *What do you say after you say hello?: The psychology of human destiny.* Corgi.

Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds.* Harvard University Press.

Buber, M. (1923/1937). *I and thou* (prevedel R. G. Smith). Edinburgh: T. in T. Clark.

Clarkson, P. (1987). The bystander role. *Transactional Analysis Journal, 17,* 82-87.

Clarkson, P. (1990). A multiplicity of psychotherapeutic relationships. *British Journal of Psychotherapy, 7,* 148-163.

Clarkson, P. (1992). *Transactional analysis psychotherapy: An integrated approach.* Routledge.

Clarkson, P. (1995). *The therapeutic relationship.* Whurr.

Clarkson, P. in Fish, S. (1988). Rechilding: Creating a new past in the present as a support for the future. *Transactional Analysis Journal, 18,* 51-59.

Cornell, W. F. (1988). Life script theory: A critical review from a developmental perspective. *Transactional Analysis Journal, 18,* 270-282.

Dashiell, S. R. (1978). The parent resolution process: Reprogramming psychic incorporations in the parent. *Transactional Analysis Journal, 8,* 289-295.

Duncan, B. L. in Moynihan, D. W. (1994). Applying outcome research: Intentional utilization of the client's frame of reference. *Psychotherapy, 31*(2), 294-301.

English, (1977). What shall I do tomorrow?: Reconceptualizing transactional analysis. V G. Barnes (ur.), *Transactional analysis after Eric Berne: Teachings and practices of three TA schools* (str. 287-350). Harper's College Press.

Erskine, R. G. (1974). Therapeutic interventions: Disconnecting rubberbands. *Transactional Analysis Journal, 4*(1), 7-8.

Erskine, R. G. (1988). Ego structure, intrapsychic function, and defense mechanisms: A commentary on Eric Berne's original theoretical concepts. *Transactional Analysis Journal, 18,* 15-19.

Erskine, R. G. (1998). The therapeutic relationship: Integrating motivation and personality theories. *Transactional Analysis Journal, 28,* 132-141.

Erskine, R. G. in Trautmann, R. L. (1996). Methods of an integrative psychotherapy. *Transactional Analysis Journal, 26,* 316-329.

Gelso, C. J. in Carter, J. A. (1985). The relationship in counselling and psychotherapy: Components, consequences and theoretical antecedents. *The Counseling Psychologist, 13*(2), 155-243.

Gergin, K. J. (1985). The social constructionist movement in psychology. *American Psychologist, 40,* 266-275.

Goulding, M. M. in Goulding, R. L. (1979). Changing lives through redecision therapy. Brunner/Mazel.

Goulding, R. L. in Goulding, M. M. (1976). Injunctions, decisions, and redecisions. *Transactional Analysis Journal, 6,* 41-48.

Greenson, R. R. (1967). *The technique and practice of psychoanalysis, Vol. 1.* International Universities Press.

Helms, J. E. (1984). Towards a theoretical model of the effects of race on counselling: A black and white model. *The Counseling Psychologist, 12,* 153-165.

Hill, C. E. (1989). *Therapist techniques and client outcomes.* Sage.

Holmes, J. (1993). *John Bowlby and attachment theory.* Routledge.

James, J. (1973). The game plan. *Transactional Analysis Journal, 3*(4), 14-17.

Kahn, M. (1997). *Between therapist and client: The new relationship.* Freeman.

Karpman, S. (1968). Fairy tales and script drama analysis. *Transactional Analysis Bulletin, 7*(26), 39-43.

Lambert, J. J. (1992). Psychotherapy outcome research: Implications for integrative and eclectic therapists. V J. Norcross in M. R. Goldfried (ur.), *Handbook of psychotherapy integration* (str. 94-129). Basic Books.

Lapworth, P., Sills, C. in Fish, S. (1993). *Transactional analysis counselling.* Winslow.

Lewin, K. (1952). *Field theory in social science.* Tavistock.

Loria, B. R. (1990). Epistemology and the reification of metaphor in transactional analysis. *Transactional Analysis Journal, 20,* 152-161.

Luborsky, L., Crits-Christoph, P., Alexander, L., Margolis, M. in Cohen, M. (1983). Two helping alliance methods for predicting outcome of psychotherapy. *Journal of Nervous and Mental Disease, 171,* 480-491.

Matze, M. G. (1991). Commentary on transactions in the context of transference. *Transactional Analysis Journal, 21,* 141-143.

McNeel, J. R. (1976). The parent interview. *Transactional Analysis Journal, 6,* 61-68.

Mellor, K. (1980). Impasses: A developmental and structural understanding. *Transactional Analysis Journal, 10,* 213-220.

Mellor, K. in Andrewartha, G. (1980). Reparenting the parent in support of redecisions. *Transactional Analysis Journal, 10,* 197-203.

Moreno, J. L. (1977). *Psychodrama* (Vol. 1) (peta izdaja). Beacon House.

Parlett, M. (1991). Reflections on field theory. *The British Gestalt Journal, 1,* 69-81.

Rogers, C. R. (1951). *Client-centred therapy: Its current practice, implications, and theory.* Constable.

Saner, R. (1989). Culture bias of gestalt therapy: Made-in-USA. *The Gestalt Journal, 12*(2), 57-73.

Sapriel, L. (1998). Can gestalt therapy, self-psychology and intersubjectivity theory be integrated? *The British Gestalt Journal, 7*(1), 33-44.

Satir, V. (1978). *Conjoint family therapy.* Souvenir Press. (Izvirno delo natisnjeno v letu 1967)

Schiff, J. (1969). Reparenting schizophrenics. *Transactional Analysis Bulletin, 5*(31), 47-63.

Schmid, B. (1991). Intuition of the possible and the transactional creation of realities. *Transactional Analysis Journal, 21*, 144-154.

Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology.* Basic Books.

Stewart, I. (1996). *Developing transactional analysis counselling.* Sage.

Stewart, I. in Joines, V. (1987). *TA today: A new introduction to transactional analysis.* Lifespace Publishing.

Tudor, K. (1996). *Mental health promotion.* Routledge.

Tudor, K. (1999). I'm OK, You're OK – and They're OK: Therapeutic relationships in transactional analysis. V C. Feltham (ur.), *Understanding the counselling relationship* (str. 90-119). Sage.

White, J. D. in White, T. (1975). Cultural scripting. *Transactional Analysis Journal, 5*, 12-23.

Woollams, S. in Brown, M. (1978). *Transactional analysis.* Huron Valley Institute Press.