

2. Волков, В.М., Филин, В.П. Спортивный отбор [Текст] / В.М. Волков, В.П. Филин – М.: ФиС, 1983. – 176 с.
3. Огородникова, Л.А. Некоторые аспекты понятия «тактическая одарённость» [Текст] // Эффективность образования: история и современность: материалы 60-й международной научной конференции «Чтения Ушинского» 2-3 марта 2006 г. Часть 2. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2006. – С. 146-148.
4. Родионов, А.В. Психодиагностика спортивных способностей [Текст] / А.В. Родионов. – М.: ФиС, 1973. – 216 с.
5. Уэйнберг, Р.С., Гоулд, Д. Основы психологии спорта и физического воспитания [Текст] / Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев: Олимпийская литература, 2001. – 336 с.
6. Шадриков, В.Д. Деятельность и способности [Текст] / В.Д. Шадриков. – М.: Логос, 1994. – 320 с.

М.А. ЧИРКОВА

Анализ жизненных сценариев на материале авторской сказки

В статье описаны основные положения теории трансактного анализа. Подробно рассматривается сценарный анализ. Рассказывается о типологии сценариев и их психологическом содержании. Раскрывается психологический смысл основных сценарных запретов. Представлена интерпретация результатов качественного анализа авторских сказок студентов.

In the article the main statements of the transactive analysis theory are described. The scenery analysis is regarded in detail. It is said about typology of scripts and their psychological contents. The psychological sense of the basic scenery prohibitions is revealed. The interpretation of results of the qualitative analysis of author's fairy tales by students is presented.

Часто можно наблюдать, как тот или иной человек ведет себя неадекватно. С какими-то людьми это случается чаще, с какими-то – реже. Порой кажется, что некоторые специально делают все, чтобы получить очередную порцию отрицательных эмоций, «нарваться на неприятности», заболеть или даже умереть. Что толкает человека к неадаптивному или деструктивному поведению? Ключом к пониманию этого может служить сценарный анализ.

Сценарный анализ – это один из элементов трансактного анализа. Создателем трансактного анализа является американский психиатр Эрик Берн. Теория трансактного анализа основана на наблюдениях, полученных Э. Берном в процессе работы с разными типами клиентов. Она состоит из четырех разделов:

1. Анализ «Я-состояний»

Э. Берн считал, что у каждого человека есть три основных Я-состояния: Родитель (Заботливый или Критикующий), Взрослый и Ребенок (Естественный или Приспособившийся). В «родительском» Я-состоянии мы чувствуем, думаем и ведем себя так, как это делали наши родители или люди, их замещавшие, в наши детские годы. «Детскому» Я-состоянию соответствуют чувства, мысли и

поведение, которые были характерны для нас в детстве. Когда мы решаем какую-нибудь задачу, справляемся с проблемами, то есть активизируем мышление, мы находимся во «взрослом» Я-состоянии.

Мы переходим из одного состояния в другое в течение дня множество раз.

2. Трансакционный анализ

Это анализ межличностных коммуникаций. Трансакция – это единица межличностного взаимодействия. Для разных Я-состояний характерны разные типы трансакций. Они бывают параллельные (например, из Взрослого одного человека к Взрослому другого: запрос идет к определенному Я-состоянию, и от него приходит ответ, адресованный запрашивающему Я-состоянию), пересекающиеся (ответ исходит не от запрошенного Я-состояния) и скрытые (вербально подается одно сообщение, а интонационно и мимически – другое).

3. Анализ игр

Игра – это несколько взаимосвязанных трансакций, имеющих свойство повторяться в данной стереотипной последовательности, всегда с одним и тем же результатом (результатом обычно являются отрицательные эмоции у всех участников взаимодействия). Че-

ловек может играть с кем-нибудь или сам с собой.

4. Сценарный анализ

Сценарий – это неосознаваемый план всей жизни, наиболее глобальное понятие в теории трансактного анализа.

В младенчестве, в процессе взаимодействия с матерью, у ребенка складывается общее ощущение благополучия или неблагополучия, которое ложится в основу жизненного сценария, определяя, кем станет в будущем ребенок: Победителем или Неудачником, Принцем или Лягушкой. Э. Берн дает следующее определение жизненного сценария: «... это постепенно развертывающийся жизненный план, который формируется ... в раннем детстве под влиянием родителей» [1. С. 187]. Сценарий начинает складываться с рождения ребенка и окончательно формируется к шести – восьми годам.

В сценарии записаны важнейшие события жизни человека. «Жизненный сценарий – почти то же самое, что и судьба. Ребенок на основании доступной ему информации решает, что определенная жизненная позиция, определенные ожидания и определенный жизненный путь являются правильным разрешением проблемной ситуации, в которой он находится» [1. С. 188].

Э. Берн считал, что жизненный путь личности складывается из четырех составляющих:

1. Генетическая предрасположенность.
2. Жизненный сценарий.
3. Автономная воля.
4. Непредвиденные обстоятельства.

Таким образом, помимо жизненного сценария существуют еще три переменных, влияющих на человеческую судьбу. Они могут способствовать или препятствовать осуществлению сценария.

Мы не все время демонстрируем сценарное поведение. Большинство из нас включается в него под влиянием каких-либо стрессогенных факторов, то есть в тех случаях, когда усиливаются эмоции и человек воспроизводит ранние, основанные на эмоциях решения. Тем не менее, общий ход жизни большинства людей соответствует содержанию их жизненных сценариев.

Человек, как правило, не осознаёт свой жизненный сценарий и не понимает, что именно толкает его на тот или иной, порой

явно иррациональный поступок. Это происходит потому, что программа, руководящая его поведением, была заложена в детстве, когда рациональный подход к взаимодействию с окружающим миром ещё не выработан. Младенец воспринимает мир не через логику, а, преимущественно, через эмоции. «Эмоциональный опыт младенца включает в себя чувства ярости, крайней зависимости, ужаса и экстаза. Свои ранние решения он принимает в ответ на возникновение этих чувств. Не удивительно, что его решения носят зачастую экстремальный характер» [1. С. 218]. Эти решения продолжают влиять на его поведение и во взрослой жизни. Таким образом, на способность адекватно взаимодействовать с окружающей реальностью сильно влияют усвоенные в детстве, хранящиеся на бессознательном уровне, способы реагирования.

Слушая различные сказки, песенки, стихи, ребенок выбирает из этих историй одну – ту, которая «про него», на которую удобней всего ложатся принятые им решения. Эта сказка становится матрицей его сценария. Повзрослев, многие люди не могут ответить на вопрос «Какая сказка была у вас любимой?». Этому мешает механизм психологической защиты. Поэтому одним из методов изучения жизненных сценариев стало сочинение исследуемым собственной, авторской сказки.

Исследования, посвященные изучению жизненных сценариев на материале авторской сказки, в нашей стране уже проводились. Однако, проанализировав существующую по этой проблеме литературу, мы пришли к выводу, что исследование жизненных сценариев обычно ограничивалось типологизацией сказок по особенностям сюжета, другим же особенностям жизненных сценариев внимания уделялось мало. Часто исследование ограничивалось включением в схему анализа основных экзистенциальных позиций (то есть отношения к себе и к другим людям). Мы находим это большим упущением.

В своем исследовании мы соотнесли сказочные сюжеты с типами жизненных сценариев, выделенных Э. Берном.

Существует три основных вида сценариев, различающихся по содержанию: выигрышные, проигрышные и безвыигрышные (банальные). Их обладателей, соответственно, определяют как Победителей, Проигрывающих и Непобедителей.

Победитель – это «тот, кто достигает заявленной цели» [1. С. 192], чувствуя при этом удовлетворение, не испытывая внутренней напряженности.

Проигрывающий – это «тот, кто не достигает заявленной цели» [1. С. 192]. При этом «речь идет не просто о достижении или недостижении, но и о сопутствующем этому чувстве удовлетворенности» [3]. Даже чего-то достигнув, Проигрывающий не чувствует радости, так как это не соответствует его сценарию.

Существует три разновидности проигрышных сценариев (в зависимости от тяжести развязки). Проигрышный сценарий первой степени – это когда неудачи не слишком велики и человек может обсуждать их со своими знакомыми (конфликт на работе, несдача экзаменов).

Последствия проигрышного сценария второй степени заметно серьезней. Это может быть увольнение с работы, исключение из университета.

Смерть, инвалидность или судебное разбирательство – это последствия проигрышного сценария третьей степени. Такой сценарий называют «роковым» или хамартическим.

Непобедитель выигрывает или проигрывает лишь по мелочи. Он трудится для того, чтобы удержаться на одном уровне.

В ходе исследования жизненных сценариев в нашей выборке (при участии студентов ЯГПУ, 110 человек) были обнаружены все вышеперечисленные типы сценариев.

Тот или иной сценарий складывается под влиянием получаемых от родителей запретов или разрешений. Эти запреты или разрешения ребенок получает преимущественно невербально, определяя по мимике родителей, какое его поведение одобряется, какое – нет. Запреты идут от Ребенка родителя и предназначаются Ребенку ребенка. Любые запреты сужают поведенческий диапазон ребенка, снижая уровень его адаптированности.

Боб и Мэри Гулдинги описали основные, наиболее глобальные и часто встречающиеся запреты. Мы перечислим те из них, которые были выявлены при анализе собранных нами сказок.

«Не живи»: ребенок решает, что лучшим выходом из ситуации является его смерть.

«Не будь собой (будь таким, как я хочу)». Человек может провести всю жизнь, стараясь соответствовать родительским требованиям, часто действуя вразрез с собственными склонностями.

«Не думай». Разновидность – «Не думай о X»; в качестве X могут выступать деньги, секс и т.д. В ситуациях, когда требуется активизировать мышление, такой человек будет ощущать бессилие, неспособность принять решение. Вариант: «Не думай то, что ты думаешь; думай то, что я думаю».

«Не чувствуй». Это может быть запрет на определенные эмоции или запрет на ощущения. Вариант: «Не чувствуй то, что ты чувствуешь, чувствуй то, что я чувствую».

«Не достигай (не достигай X)». Человек с таким запретом вряд ли добьется в чем-нибудь успеха.

«Не делай (не делай ничего: все опасно)».

«Не будь близким (или не будь близким ни с кем, кроме меня)».

«Не взрослей». Как следствие – инфантильность.

«Не связывайся ни с кем (ты – особенный)». Получивший в детстве такой запрет будет чувствовать себя в любой компании чужаком. При этом ребенок может трактовать эту свою «особенность» по-разному: и как плюс, и как минус. В зависимости от этого «особенность» персонажа либо помогает ему, либо ведет к гибели. Но персонаж сказки обычно переживает из-за своей непохожести на других, даже если она позитивная.

Запреты могут быть разной степени жесткости. Это зависит от того, каким воздействием со стороны родителей они подкреплялись. Наибольшая степень негативного воздействия – это физическое насилие над ребенком.

Самый страшный запрет – это, разумеется, «не живи». Получившие его люди чаще всего выстраивают проигрышные сценарии третьей степени, то есть хамартические. Это подтверждается анализом сказок. Например, мать куда-то надолго уезжает и оставляет маленького сына одного. При этом она запрещает ребенку открывать холодильник. В итоге ребенок умирает от голода. В этой сказке не говорится напрямую, что мать желала смерти своему ребенку, но все ее действия об этом

свидетельствуют, и ребенок это тоже понимает.

В исследуемых сказках нередко встречались разные комбинации запретов. Однако чаще всего это была комбинация «не живи» и еще какого-нибудь запрета. Таким способом ребенок пытался защититься от запрета на жизнь, то есть пытался выжить. Например, «не живи» часто сочеталось с «не будь близок», так получалось «ты можешь жить, пока не будешь ни с кем близок». Нарушение этого условия приводит к смерти героя, подкрепляя тем самым оба запрета, полученных от родителей. Можно не сомневаться, что носитель таких запретов будет всеми силами избегать установления близких отношений, так как в его бессознательном хранится установка, что близость приведет его к смерти.

Анализируя сказки, мы пришли к выводу, что сказки Победителей не просто хорошо для них заканчиваются (например, получением каких-либо благ), но и рассказывают о том, как они этого достигли. У Победителя имеется широкий диапазон способов получения желаемого. Он не просто знает, чего он хочет добиться, он также знает, что для этого надо сделать и может об этом рассказать. У обладателя выигрышного сценария есть большой запас разрешений, родители позволили ему жить, думать, чувствовать, быть собой и, конечно же, добиваться желаемого.

Сказки, в которых на пассивного героя внезапно сваливается счастье – это сказки Непобедителей. Обладатели таких сценариев не рискуют что-либо сделать и поэтому не выигрывают (вероятно, в детстве они получили запрет «не делай»). Они утешаются тем, что, по крайней мере, не проигрывают (хотя бессознательно могут ожидать крупный выигрыш, на который позволяет рассчитывать их сказка). Сказки, где герой чего-то добивается, но не того, что он хочет, тоже содержат в себе сценарии Непобедителей (варианты запретов: «не будь собой», «не достигай X»). Таких людей нельзя назвать Проигрывающими: они чего-то достигают в жизни, но только не того, чего сильнее всего желают. Это служит поводом для разного рода рационализаций, помогающих примириться с тем, что есть. Для них характерны высказывания «зато я...», «по крайней мере, я не...» и т.п.

Среди нашей выборки встречались и такие сказки, в которых герой, с «марсиан-

ской» точки зрения, делал все, чтобы не достичь поставленной перед собой цели, но, тем не менее, желаемое получал. Например, в одной из сказок девушка, которая хочет найти себе мужа, поселяется в чаще леса, куда никогда не заходят люди. Там ее находит прекрасный принц. В реальной жизни такое поведение к успеху не приводит, поэтому мы считаем такие сценарии сценариями Проигрывающих. Вероятно, это сценарии Проигрывающих первой степени. Проигрышным сценариям второй степени соответствуют, на наш взгляд, такие сказки, в которых герой попадает в серьезные неприятности, но все-таки остается жив. Сказки, соответствующие проигрышным сценариям третьей степени (хамартическим), заканчиваются смертью, инвалидизацией или сумасшествием героя.

Анализируя сказки, мы не могли обойти вниманием так называемый «виселичный юмор». Это шутки по поводу событий, вызывающих страх (например, смерти). Это смех по поводу трагической сценарной развязки. Виселичный юмор особенно часто наблюдается в сказках, сочиненных мужчинами (в 20 % случаев). Сказки, отмеченные такого рода юмором, по своему стилю напоминают небольшие анекдоты, достигающие своей кульминации в смерти или тяжелом увечье героя. Последняя реплика чаще всего следует из «родительского» Я-состояния и содержит в себе какое-то наставление, мораль. Например: «Не надо было совать свой нос, куда не просят», «А все потому, что она маму не слушалась» и т.д.

Мы считаем, что большая распространенность виселичного юмора в мужских сказках объясняется тем, что в нашей культуре один из самых распространенных для мальчиков запретов – запрет на чувства, особенно на чувство страха, который сочетается с предписанием «будь сильным», то есть не показывай свои истинные чувства и желания (в данном случае – желание жить). Как следствие, мужчины стараются не показывать страх перед ожидаемой сценарной смертью и прочими несчастьями, и на этой благоприятной почве расцветает виселичный юмор.

Женские сказки, соответствующие проигрышным сценариям третьей степени, выглядят иначе. Их авторы не скрывают отношения к своим героям, чаще всего они им сочувствуют, реже презирают. Так или иначе,

но девушки не демонстрируют показного веселья, когда их герои гибнут или попадают в беду.

В сказках Проигрывающих насчитывается наибольшее количество запретов, и они здесь наиболее категоричны.

Подводя итоги, надо отметить, что сказок, содержащих выигрышный сценарий, меньше всего – около 8 %. Больше всего банальных сценариев и проигрышных сценариев первой степени – 32% и 24% соответственно. Проигрышных сценариев второй степени – 22% и 16% проигрышных сценариев третьей степени.

Можно сделать вывод, что большинство респондентов в стрессовых ситуациях будут действовать не самым оптимальным образом. Но уровень приспособленности можно повысить, усилив рациональный компонент. Оптимальный вариант здесь – понимание респондентами собственного сценария, которое позволит им самим выстраивать свое поведение, выбирать из большего числа вариантов, нежели предполагает их сценарий.

Мы беседовали с некоторыми из респондентов, и многие из них проводили параллели между своей жизнью и сочиненной ими сказкой. Это говорит об определенном уровне осознанности жизненного сценария, что повышает адаптационные возможности наших респондентов.

Библиографический список

1. Берн, Э. Люди, которые играют в игры [Текст] / Э.Берн // Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – М.: АСТ, 1998. – 397 с.
2. Гулдинг, М. Психотерапия нового решения. Теория и практика [Текст] / М. Гулдинг, Р. Гулдинг – М.: Независимая фирма «Класс», 1997. – 288 с.
3. Стюарт, Й. Жизненный сценарий: как мы пишем историю своей жизни [Электронный ресурс] / Й. Стюарт, В. Джойнс // Жизненный сценарий: как мы пишем историю своей жизни. – Библиотека Фонда содействия развитию психической культуры (Киев), перевод В. Данченко, 2000. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/stewj01/index.htm>

И.В. КРУПЕННИКОВА

Проблема формирования учебной мотивации младших школьников с задержкой психического развития

В статье освещена проблема формирования учебной мотивации младших школьников с задержкой психического развития (ЗПР). Раскрыта динамика структуры учебной мотивации нормально развивающихся детей от 6 до 12 лет. Выявлены тенденции в формировании учебных мотивов учащихся с ЗПР 4 класса при сравнении с нормально развивающимися детьми. Выделены основные направления, необходимые для формирования адекватной учебной мотивации младших школьников с ЗПР.

In the article the problem of formation of educational motivation of younger schoolboys with a delay of mental development is covered. In this article is showed the dynamics of structure of educational motivation of normally developing children from 6 till 12 years. Tendencies in formation of educational motives of pupils with delay of mental development 4 classes are revealed at comparison with normally developing children. The basic directions necessary for formation of adequate educational motivation of younger schoolboys with delay of mental development are allocated.

Поступление детей в школу связано с новым этапом их развития. Во время обучения в начальной школе ведущей деятельностью является учебная. С одной стороны, в процессе обучения ребенок осваивает средства, с помощью которых он может познавать обобщенный человеческий опыт, то есть ученик должен научиться учиться. С другой стороны, при учебной деятельности ребенок

включается в определенные социальные отношения (взаимодействие с учителем, сверстниками). Значимым продуктом учебной деятельности является не только усвоение, которое входит в содержание обучения; важный итог – это изменение самого субъекта, то есть внутренние новообразования психики в мотивационном и смысловом планах [4, 5, 12, 13, 15]. В противном случае к периоду обуче-