

КНИГИ, О КОТОРЫХ ГОВОРЯТ

ШОКИРУЮЩЕ



ЭРИК



БЕРН

ИГРЫ,

В КОТОРЫЕ

ИГРАЮТ

ЛЮДИ



МОСКВА
2018

УДК 159.9
ББК 88.3
Б51

Eric Berne, M. D.
GAMES PEOPLE PLAY
The Psychology of Human Relationships

© 1964 by Eric Berne.
Copyright renewed 1992 by Ellen Berne, Eric Berne,
Peter Berne and Terence Berne.
This translation published by arrangement with Random House,
an imprint of Random House Publishing Group,
a division of Random House, Inc.

Перевод с английского А. Грузберга

Берн, Эрик.
Б51 Игры, в которые играют люди / Эрик Берн ;
[пер. с англ. А. Грузберга]. — Москва : Издательство
«Э», 2018. — 288 с. : ил. — (Книги, о которых говорят).

ISBN 978-5-04-119904-3

Перед вами одна из культовых книг по психологии человеческих взаимоотношений. Эрик Берн разработал систему, способную избавить человека от влияния жизненных сценариев, программирующих его поведение, научить его меньше играть в отношениях с собой и другими, обрести подлинную свободу и побудить к личностному росту. В этой книге вы найдете много полезных советов, которые помогут понять природу человеческого общения, мотивы собственных и чужих поступков и причины возникновения конфликтов. По мнению автора, судьба каждого из нас во многом определяется еще в раннем детстве, однако в зрелом возрасте можно научиться управлять ею, если этого захотеть. Именно с публикации этого международного бестселлера после падения железного занавеса в нашей стране начался психологический бум, когда миллионы людей осознали, что с помощью психологии можно многое понять в себе и окружающих.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-04-119904-3

© Грузберг А., перевод
на русский язык, 2006
© Оформление.
ООО «Издательство «Э», 2018

**ЭТА КНИГА
ПОМОЖЕТ ВАМ
НАЙТИ ОТВЕТЫ
НА СЛЕДУЮЩИЕ ВОПРОСЫ**

Какую функцию в жизни человека выполняют развлечения?

Часть 2, глава 4

В какие игры играют люди в своих отношениях?

Часть 2, глава 5

Какие игры граничат с преступными?

Часть 2, глава 6

Какие из супружеских игр могут быть опасны? *Часть 2, глава 7*

Почему в сексуальных играх в роли Водящего обычно выступает женщина?

Часть 2, глава 9

Какие игры могут принести пользу обществу?

Часть 2, глава 12

Какие типы людей с наибольшим увлечением играют в игры?

Часть 3, глава 14

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	9
ВВЕДЕНИЕ.....	11
ПРОЦЕСС ОБЩЕНИЯ.....	11

Часть I. АНАЛИЗ ИГР

Глава 1. СТРУКТУРНЫЙ АНАЛИЗ.....	27
Глава 2. ТРАНСАКЦИОННЫЙ АНАЛИЗ.....	35
Глава 3. ПРОЦЕДУРЫ И РИТУАЛЫ.....	44
Глава 4. РАЗВЛЕЧЕНИЯ.....	53
Глава 5. ИГРЫ.....	63

Часть II. ТЕЗАУРУС ИГР

Введение.....	93
Глава 6. ИГРЫ НА ВСЮ ЖИЗНЬ.....	98
Глава 7. СУПРУЖЕСКИЕ ИГРЫ.....	128
Глава 8. ИГРЫ НА ВЕЧЕРИНКАХ.....	157
Глава 9. СЕКСУАЛЬНЫЕ ИГРЫ.....	179
Глава 10. ИГРЫ ПРЕСТУПНОГО МИРА.....	195
Глава 11. ИГРЫ В КАБИНЕТЕ ПСИХОТЕРАПЕВТА.....	209
Глава 12. ХОРОШИЕ ИГРЫ.....	246

Часть III. ЗА ПРЕДЕЛАМИ ИГР

Глава 13. ЗНАЧЕНИЕ ИГР.....	259
Глава 14. ИГРОКИ.....	262
Глава 15. ПАРАДИГМА.....	265
Глава 16. НЕЗАВИСИМОСТЬ.....	270
Глава 17. ДОСТИЖЕНИЕ НЕЗАВИСИМОСТИ.....	276
Глава 18. ЧТО ЖЕ ПОСЛЕ ИГР?.....	278

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта книга была первоначально задумана как продолжение моей работы «Трансакционный анализ в психотерапии», но я надеюсь, что ее все-таки можно прочесть и понять, не будучи знакомым с предыдущей публикацией. В первой части излагается теория, необходимая для анализа и понимания игр. Часть вторая содержит описания игр. В третьей части изложен новый клинический и теоретический материал, который позволяет расширить наши представления о том, что значит быть свободным от игр. Те, кого заинтересуют более подробные сведения, могут обратиться к указанной выше работе. Читатель обеих книг заметит, что вдобавок к новым теоретическим сведениям несколько изменились терминология и точка зрения, что явилось результатом дальнейших размышлений, чтения и новых клинических материалов.

Студенты и слушатели моих лекций часто просили меня продиктовать список игр или подробнее рассмотреть те игры, которые упомянуты

в лекциях в качестве примера. Это убедило меня в необходимости написать эту книгу. Я благодарю всех студентов и всех слушателей, в особенности тех, которые обратили мое внимание и помогли выделить и назвать новые игры.

Для краткости игры описываются преимущественно с мужской точки зрения, если только они не являются специфически женскими. Таким образом, главный игрок именуется «он», но я не вкладываю в это никаких предубеждений, поскольку та же ситуация может быть отнесена и к «ней», если только не сделана специальная оговорка. Если женская роль существенно отличается от мужской, она описывается отдельно. Точно так же я без всякой задней мысли обычно называю психотерапевта «он». Терминология и способ изложения ориентированы преимущественно на подготовленного читателя, однако надеюсь, что книга покажется интересной и полезной всем.

Трансакционный анализ игр следует отличать от его подрастающего научного «брата» — математического анализа игр, хотя некоторые используемые ниже термины, например «выигрыш», признаны и математиками.