

КНИГИ, МЕНЯЮЩИЕ ЖИЗНЬ

Эрик Берн

И Г Р Ы,
—— *в которые* ——
И Г Р А Ю Т Л Ю Д И
Л Ю Д И,
—— *которые* ——
И Г Р А Ю Т В И Г Р Ы



39-е издание



ЭКСМО

Москва 2015

УДК 159.923.2
ББК 88.53
Б51

Eric Berne, M. D.
GAMES PEOPLE PLAY
The Psychology of Human Relationships
WHAT DO YOU SAY AFTER YOU SAY HELLO
The Psychology of Human Destiny

© 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. Люди, которые играют в игры / Эрик Берн ; [пер. с англ. А. Грузберга]. — 39-е изд. — Москва : Эксмо, 2015. — 560 с. — (Книги, меняющие жизнь).

ISBN 978-5-04-163301-1

В премиальную серию «Книги, меняющие жизнь» вошли проверенные временем бестселлеры, которые вдохновили миллионы людей на позитивные изменения в жизни.

Оформление подарочное: лента ляссе, белая бумага, тиснение золотом.

Культовая книга по психологии человеческих взаимоотношений от создателя транзакционного анализа психотерапевта Эрика Берна. Система, разработанная Берном, призвана 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. Именно с публикации этого международного бестселлера в нашей стране начался психологический бум, когда миллионы людей вдруг осознали, что психология может быть невероятно интересной и с ее помощью можно многое понять в себе и окружающих.

УДК 159.923.2
ББК 88.53

ISBN 978-5-04-163301-1

© А. Грузберг, перевод на русский язык, 2010
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2015

ЭТА КНИГА ПОМОЖЕТ ВАМ НАЙТИ ОТВЕТЫ НА СЛЕДУЮЩИЕ ВОПРОСЫ

Игры, в которые играют люди

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

Люди, которые играют в игры

Как игры, в которые играли наши предки влияют на нас?

Часть 2, глава 4

Как выбор имени ребенка может запрограммировать его на выбор определенных сценариев? *Часть 2, глава 4*

Как то, что мы говорим детям в младенчестве влияет на их последующую жизнь? *Часть 2, глава 5*

Какие качества формируется в человеке с 2 до 6 лет?

Часть 2, глава 6

Как сказки, которые мы читаем ребенку могут повлиять на его будущее? *Часть 2, глава 8*

О каких новых героях и чувствах узнает человек в юности?

Часть 2, глава 9

Как мы программируем детей на выбор сценариев Победителя или Неудачника? *Часть 3, глава 11*

Какие типичные сценарии родители навязывают своим детям?

Часть 3, глава 12

Какие факторы влияют на возникновение сценария?

Часть 3, глава 14

Какие позы, жесты и манеры свидетельствуют о том, что человек живет в сценарии? *Часть 4, глава 17*

Кто возражает против теории сценариев? *Часть 5, глава 21*

СОДЕРЖАНИЕ

ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ИГРАЮТ ЛЮДИ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	11
ВВЕДЕНИЕ	13
ПРОЦЕСС ОБЩЕНИЯ	13

Часть 1

АНАЛИЗ ИГР

Глава 1. СТРУКТУРНЫЙ АНАЛИЗ.....	21
Глава 2. ТРАНСАКЦИОННЫЙ АНАЛИЗ	26
Глава 3. ПРОЦЕДУРЫ И РИТУАЛЫ.....	32
Глава 4. РАЗВЛЕЧЕНИЯ	37
Глава 5. ИГРЫ	43

Часть 2

ТЕЗАУРУС ИГР

Введение	59
Глава 6. ИГРЫ НА ВСЮ ЖИЗНЬ	62
Глава 7. СУПРУЖЕСКИЕ ИГРЫ	79
Глава 8. ИГРЫ НА ВЕЧЕРИНКАХ.....	96
Глава 9. СЕКСУАЛЬНЫЕ ИГРЫ	109
Глава 10. ИГРЫ ПРЕСТУПНОГО МИРА.....	118
Глава 11. ИГРЫ В КАБИНЕТЕ ПСИХОТЕРАПЕВТА	126
Глава 12. ХОРОШИЕ ИГРЫ.....	147

Часть 3

ЗА ПРЕДЕЛАМИ ИГР

Глава 13. ЗНАЧЕНИЕ ИГР	153
Глава 14. ИГРОКИ.....	155
Глава 15. ПАРАДИГМА	157
Глава 16. НЕЗАВИСИМОСТЬ	160
Глава 17. ДОСТИЖЕНИЕ НЕЗАВИСИМОСТИ.....	164
Глава 18. ЧТО ЖЕ ПОСЛЕ ИГР?	166

ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ИГРАЮТ В ИГРЫ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	169
------------------	-----

Часть 1

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Глава 1. ВВЕДЕНИЕ	171
Глава 2. ПРИНЦИПЫ ТРАНСАКЦИОННОГО АНАЛИЗА.....	179

Часть 2

РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ

Глава 3. СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА	194
Глава 4. ЗАДОЛГО ДО РОЖДЕНИЯ.....	222
Глава 5. РАЗВИТИЕ В ДЕТСКИЕ ГОДЫ.....	239
Глава 6. ПЛАСТИЧНЫЕ ГОДЫ	252
Глава 7. СЦЕНАРНЫЙ АППАРАТ.....	265
Глава 8. ДЕТСТВО ПРОДОЛЖАЕТСЯ.....	288
Глава 9. ЮНОСТЬ.....	315
Глава 10. ЗРЕЛОСТЬ И СМЕРТЬ	330

Часть 3

СЦЕНАРИЙ В ДЕЙСТВИИ

Глава 11. ТИПЫ СЦЕНАРИЕВ	346
Глава 12. НЕКОТОРЫЕ ТИПИЧНЫЕ СЦЕНАРИИ.....	355
Глава 13. ЗОЛУШКА.....	371
Глава 14. КАК ВОЗНИКАЕТ СЦЕНАРИЙ.....	382
Глава 15. ПЕРЕДАЧА СЦЕНАРИЯ	415

Часть 4

СЦЕНАРИЙ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Глава 16. ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ФАЗЫ.....	431
Глава 17. ПРИЗНАКИ СЦЕНАРИЯ	443
Глава 18. СЦЕНАРИЙ В ЛЕЧЕНИИ	474
Глава 19. РЕШАЮЩЕЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО	488
Глава 20. ТРИ ИСТОРИИ БОЛЕЗНИ.....	501

Часть 5

НАУЧНЫЙ ПОДХОД К СЦЕНАРНОЙ ТЕОРИИ

Глава 21. ВОЗРАЖЕНИЯ ПРОТИВ ТЕОРИИ СЦЕНАРИЕВ.	512
Глава 22. ПРОБЛЕМЫ МЕТОДОЛОГИИ	523
Глава 23. СЦЕНАРНЫЙ ВОПРОСНИК	532
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	550
СЛОВАРЬ	552

ИГРЫ,
В КОТОРЫЕ
ИГРАЮТ
ЛЮДИ

