

ИСТОРИЯ НА ТРАНЗАКЦИОННИЯ АНАЛИЗ В БЪЛГАРИЯ

Гл. ас. д-р Пламен Минчев

Софийски университет „Св. Климент Охридски“

Резюме. В статията се разглежда историята на транзакционния анализ (ТА) в България. Проследява се в исторически план представянето на идеите на ТА в литературата в страната. Поставен е акцент на използването на ТА в различни области от различните учени и специалисти, които го използват в тези области. Разгледана е неговата институционална история, свързана със създаването на Българското общество по транзакционен анализ и навлизането на това психологическо течение в академичните среди.

Ключови думи: транзакционен анализ; история на транзакционния анализ; Ерик Бърн; его състояние

Метод

Основният метод, който се използва в настоящата статия, е описателно-историческият. Целта е да се проследи и опише проникването на идеите на Транзакционния анализ в България, както в практическо консултативно и терапевтично отношение, така и в академичен аспект. Интересува ни и в какъв аспект българските автори използват и прилагат идеите на ТА.

Създателят на ТА Ерик Бърн (канадец по произход) се дипломира като лекар през 1935 г., а през 1941 г. започва обучението си като психоаналитик и е анализант на Паул Федерн. По време на Втората световна война става психиатър в американската армия и провежда групови терапевтични сесии. След края на войната продължава анализата си с Ерик Ериксън (Stewart 1996, 63). Постепенно започва да развива идеи, в които психоанализата да се пренесе в полето на междуличностните отношения, подобно на идеите на психиатъра Хари Стек Съливан. Идеите на Бърн обаче срещат все по-нарастваща съпротива от страна на ортодоксалните психоаналитици и той решава да прекрати психоаналитичното си обучение, като вместо това създава нова школа в психотерапията, наречена Транзакционен анализ (Tilney 2001, vii). Началото на неговата школа може формално да се определи с излизането на статията „Транзакционен анализ: нов и ефективен метод за групов терапия“ (Berne 1957). Бърн

заимства идеята за его състоянията от Паул Федерн (Levkova 2008, 32) и Едоардо Вайс, но я доразвива. Връзки с идеите на Бърн с други автори могат да се проследят до Алфред Адлер (Levkova 2008; Wilson 1975) и Ерик Ериксън (Heathcote 2010). Една подобна връзка може да се проследи между Адлер и Бърн по въпроса за детските решения. За разлика от Зигмунд Фройд Адлер приема, че едно от важните неща, които се случват в детството, са решенията, които взема човек, и житейският план, който се развива на основата на тези решения. В това отношение Бърн казва: „От всички, които предшестват Транзакционния анализ, Алфред Адлер е най-близо до това да говори като сценарен аналитик“ (Berne 1973, 58). Връзката между Бърн и Ериксън освен очевидната, че последният е бил негов аналитик, се основава и на идеята за его идентичността и за развитието през целия живот.

В гореспоменатата статия Бърн (Berne 1957) формулира четири основни концепции, от които се състои ТА: структурен модел на его състоянията, анализ на транзакциите, игри, сценарий. Структурният модел на его състоянията представлява три его състояния, наречени от Бърн Родител (екстеропсихика), Възрастен (неопсихика) и Дете (археопсихика)¹. Его състоянието е „начинът по който човек мисли, чувства и се държи по всяко време... Независимо колко е възрастен човекът (освен в случаите на бебе), той съществува в едно от тези три състояния“ (Berne 1968, 278). Всяко едно от тях се асоциира с определени жестове, пози, лицеви изражения, интонация, както и определени думи (Steiner 1974, 27). Его състоянието Дете е „набор от чувства, отношения и модели на поведение, които са остатъци от собственото детство на индивида“ (Berne 1961, 77). То съдържа записи, които детето запечатва в процеса на порастването си. Тези записи съдържат емоции, поведения и мисли. Его състоянието не е консистентно цяло, а обикновено е набор от различни его състояния, които са, така да се каже, проявления на детски поведения в различни възрасти (Tilney 2001, 14). Така човек може да реагира като дете на 3 години или като дете на 6 години. Онова, което се наблюдава понякога в поведението на първото дете при раждането на второ дете в семейството, представлява точно такава активация на его състоянието Дете на по-голямото дете, което започва да се държи като по-малко, например ако вече не ползва памперс, започва пак да се напикава и се налага да ползва отново такъв.

Его състоянието Родител е набор от записи на поведения, мисли и чувства, които са интроектирани от родителските фигури. Те са не само онова, което родителите са предали на своето дете, но и неговият поглед към тях. Бърн го окачествява като „набор от чувства, нагласи и поведенчески модели, които наподобяват тези на родителската фигура“ (Berne 1961, 75). Последното его състояние – Възрастния, не съдържа записи, което го отличава от Детето и Родителя. Според Ерик Бърн „се характеризира с автономен набор от чувства, нагласи и поведенчески модели, които са адаптирани към настоящата реал-

ност“ (Berne 1961, 76) и още: „Възрастният се забелязва да е организиран, адаптиращ се и интелигентен и се преживява като обективна връзка с външната среда основана на независимо тестване на реалността“ (Berne 1961, 77). Когато човек е в това его състояние, той разсъждава, решава проблеми, реагира на ситуацията „тук и сега“ за разлика от другите его състояния, при които често реакцията не е непосредствена, а опосредствана от появилите се записи. Когато човек е във Възрастен, той е напълно в контакт с реалността (вътрешна и външна) и не реагира на запис. Използването на термина „запис“ идва от идеята, че мозъкът функционира като записващо устройство и тези записи остават завинаги у индивида и са неизтриваеми. Онова, което е цел на развитието в ТА, е преразглеждането на тези записи от страна на Възрастния и изключването (а не изтриването) на онези от тях, които са дисфункционални. Всеки запис може да е адекватен към момента на записването си (това може да са съвети как да се държим в определени ситуации или как да решаваме определени проблеми), но те остаряват, защото различните поколения, макар и да имат общи житейски проблеми за решаване (намиране на работа, създаване на семейство, намиране на партньор) те винаги се случват в определен културен, социален и икономически контекст, който се мени от едно поколение на друго. Въпреки това „функцията на Родителя е да запазва енергията и да намалява тревожността като прави определени решения „автоматични“ и относително непокатими. Това е особено ефективно ако решенията са в синхрон с местната култура“ (Berne 1961, 76). В определени ситуации и за определени въпроси записите в Родителя може да са полезни, но само когато са адекватни на реалността. Така се спестява изразходването на голямо количество енергия, каквато мисленето изисква.

Така имаме общо три его състояния с пет функции – Родителя с неговите Критичен (Контролиращ) и Грижовен Родител, Възрастния и Детето с неговите Свободно (Естествено) и Адаптирано Дете (Berne 1961, 77 – 78). Тези три его състояния образуват т. нар. РВД модел, в който се прави анализ на различните транзакции, в които влизат хората. Транзакцията е най-елементарната единица на социално общуване, която се състои от стимул, произхождащ от някое от его състоянията на първото лице и насочен към някое от его състоянията на второто лице и реакция, която произхожда от някое его състояние на второто лице и се насочва към его състоянието на първото лице. Така може да произтекат за кратко време множество транзакции. Видовете транзакции са комплементарна (допълваща се), пресечена и двойна. Комплементарната транзакция се състои от транзакционен стимул, който идва от едно от его състоянията на личност 1 и се насочва към някое от его състоянията на личност 2, а транзакционният отговор на личност 2 идва от същото его състояние, към което е бил насочен стимулът и се насочва към същото его състояние, от което идва стимулът (Tilney 2001, 41). При пресечената транзакция отговорът

не идва от същото его състояние, към което е бил насочен стимулт, и затова се получава пресичане (Tilney 2001, 112) и съответно такова пресичане може да е основа за конфликт. При двойната транзакция имаме двете нива на комуникация – социално и психологическо. На социално ниво имаме размяна на стимул и отговор от определени его състояния, но на психологическо ниво размяната е от други его състояния (Tilney 2001, 125). От гледна точка на реалността, онова, което се случва на психологическо ниво, е вярното, а размяната на социално ниво е нейно прикритие. Трите типа транзакции са описвани от Бърн като трите правила на комуникацията. Последният тип транзакции – двойните са в основата на появата на игри²⁾.

Игрите са повтаряеми поредици от транзакции, които водят до конкретен изход, чиято цел е да потвърди вярванията, закодирани в сценария по отношение на себе си, света и/или другите хора (Stewart 1996, 64). Резултатът от игрите е, че двете страни се чувстват зле. В играта винаги има включен елемент на пренос и отиграване на чувства от миналото. За да се различи психологическата игра от житейския израз, че някой си играе игрички с друг човек, трябва да се има предвид, че игрите по правило са несъзнавани за този, който ги играе, докато в ежедневието човек може напълно съзнателно да манипулира и заиграва други хора. Игрите обикновено се играят, за да доведат до задоволяване на нужда, която не е била задоволена в миналото, а също така отговарят на нуждата на индивида от погалвания и от структуриране на времето. Задоволяването на нуждите в игрите е неудовлетворително и води до още по-голяма нужда от задоволяване, но е начин на удовлетворяване. Въпреки че игрите водят до негативен изход, те имат някаква психологическа и социална полза за играещия ги. Част от ползите са, че поддържат сценарните убеждения, установени в детството, които дават увереност на индивида, че познава света (независимо колко неадекватни могат да бъдат), получаване на погалвания, даване на усещане за интимност, макар че са заместител на истинската интимност, помагат за избягване на ситуации, които са трудни за индивида и спомагат за затвърждаване на детската жизнена позиция.

Според Ерик Бърн всеки от нас има нужда от структуриране на времето, която той нарича структурен глад. Съществуват 6 типа модели за структуриране на времето: оттегляне (самота), ритуали, прекарване на времето (дейности), игри, интимност (близост). Оттеглянето представлява отдръпване от другите хора, докато се фантазира за контакт с тях. Ритуалите са начин за структуриране на времето, който е предварително определен – например всекидневната ни среща с хора от работата, в която ние им казваме: „Здравей, как си“. Добре съм, а ти?“. Прекарване на времето представлява говорене по теми, по които не се предприемат действия (Tilney 2001, 133, 106, 62) (пример разговорите, които се провеждат на кафе). Интимността е емоционално свързване с другите (за разлика от прекарване на времето и подобно на игрите, но

от позицията на автентични чувства), в което нуждите се показват открито. Не само нуждите може да се показват открито, но и гневът, при условие че е от позицията „Аз съм добър – ти си добър“ (Tilney 2001, 62). Ерик Бърн определя интимността като „спонтанна, свободна от игри откровеност на осъзнат човек, освобождаване на ейдетично възприемащо здраво Дете в цялата си наивност тук и сега (Berne 1964, 180). Малко по-рано в книгата Бърн пояснява, че осъзнатостта означава да виждаш нещата непосредствено, чувствено, а не интелектуално и че повечето хора в някакъв момент губят тази способност.

Житейските позиции са също важен елемент в теорията на ТА и имат отношение към сценариите, игрите и структурирането на време. Те се отнасят до начина, по който човек ще вижда отношенията си с хората и света и ще живее живота си. Бърн формулира четири основни житейски позиции:

1. Аз съм добър – ти си добър;
2. Аз не съм добър – ти си добър;
3. Аз съм добър – ти не си добър;
4. Аз не съм добър – ти не си добър.

Първата позиция е единствената здравословна позиция. В нея човек възприема безусловно себе си и другите и може да бъде интимен. Да приемаш себе си и другия, че е добър, не означава, че човек не може да посочва грешки или че трябва да одобрява всичко, което другият или той самият прави, а че всички тези неща се правят на основата на загриженост, уважение към него или към себе си. Мога да бъда критичен към другия, защото го обичам и виждам, че си вреди, когато действа по определен начин (Аз съм добър – ти си добър), или да бъда критичен, защото искам например да го накарам да се чувства слаб, зависим и защото мисля, че по-добре от него разбирам нещата (Аз съм добър – ти не си добър). Втората позиция обикновено е позиция на хората, които се чувстват зависими и имат нужда от одобрението на другите и подценяват себе си (Tilney 2001, 68). Третата позиция се отнася до хора, които са силно критични към останалите и им липсва доверие в тях. Последната, четвърта позиция е най-патологична и обикновено хората, които са в нея, имат сериозни психологически проблеми и чувстват силно отчаяние. Всеки човек от време на време може да влиза в някоя от тези позиции, така че в някакъв смисъл е естествено хората да превключват от една или друга позиция от време на време от основния идеал, който е „Аз съм добър – ти си добър“. Житейските позиции се основават на виждането на Мелани Клайн за позициите, през които преминава малкото дете в процеса на развитието – параноидно-шизоидна позиция: Аз съм добър – ти не си добър (за параноидната) и Аз не съм добър – ти не си добър (за шизоидната), и депресивна позиция: Аз не съм добър – ти си добър. Според Бърн човек не може да стигне до „Аз съм добър – ти си добър“ директно от „Аз съм добър – ти не си добър“ или от „Аз не съм добър – ти не си добър“, без да премине през „Аз не съм добър – ти си

добър“ (Tilney 2001, 86). Житейските позиции участват активно в създаването и поддържането на сценария.

Сценарият е „несъзнаван житейски модел, който се основава на ранните решения, които се вземат, обикновено несъзнавано, в детството“ (Tilney 2001, 109). Именно тук в областта на ранните детски решения Бърн се доближава до Адлер, както беше отбелязано по-рано. Сценарият обикновено се състои от игри, които трябва да доведат до краен резултат, който може да бъде различен според различното му съдържание, но онова, което е общо, че сценарият винаги има предопределен край. Сценарият се състои от вярвания, свързани с него (сценарни вярвания), апарат (послания, контрапослания, разрешения и ранни решения). Посланията обикновено идват от родителите и са предаване на отношение спрямо себе си. Популярни послания са „Не бъди себе си“, „Не пораствай“, „Не бъди дете“, „Не мисли“. Важно е да се отбележи, че тези послания не се предават директно като реплики, а под формата на държание и думи, в които е закодиран смисълът на тези послания. Те са в основата на негативния сценарий. Контрапосланията са по-късни реакции на посланията с цел да се минимизира или преодолее негативният ефект на посланията и да се заслужи любовта на родителите. Те създават чувство „Аз съм добър“ и са в основата на антисценарий. Освен него може да имаме и позитивен сценарий, но специалистите в ТА понякога са разделени по отношение на вероятността да съществува подобен сценарий.

Теорията му в общи линии следва основните идеи на З. Фройд, но и се различава в доста отношения от основните му концепции (Heathcote 2010). Например Бърн нарича екстеропсихиката „нещо подобно на идентификация“, археопсихиката – „първичен процес“, а неопсихиката – „вторичен процес“ (Berne 1961, 240), термини, които се използват в психоанализата. От друга страна, въпреки че често его състоянията се асоциират със структурата на психиката на Фройд То-Аз-Свърхаз, те не са идентични. Всяко его състояние може да бъде регистрирано, наблюдавано чрез определени поведенчески признаци, които включват позиция на тялото, мимики, жестове, интонация, поглед. В психоанализата всяка психична инстанция не може да се наблюдава директно (освен съзнателната ѝ част, която е само частична при Аз и Свърхаз), а само опосредствано чрез грешките, забравянията, символите, метафорите и сънищата. За да се разбере например дали човек прави пренос или контрапренос, се анализират чувствата и реакциите му, но не и поведението му. В този смисъл, Бърн, който възприема идеята на Фройд за преноса и контрапреноса, има обективни показатели по отношение на его състоянията, по които да установи активацията на едно или друго, и това го различава от ортодоксалната психоанализа, в която наличието или отсъствието на преноса и контрапреноса се анализира и търси в символи и метафори, но рядко в поведенчески израз или смисъл на думите. В течение на десетилетията след по-

явата на теорията последователите на Бърн я развиват и включват множество плодотворни концепции, като драматичния триъгълник, представен от Стивън Карпман (Karpman 1968), в който трима души винаги играят роли едни с други, които могат да си разменят. Ролите са жертва, преследвач и спасител. Друга концепция е представената от Пърл Дрего идея за Културния Родител (Drego 1983), който включва интеграция на социалните норми, размяната на транзакции на социално равнище, нещо като его състояния, но на равнището на културата. През 70-те години в Транзакционния анализ се оформят три школи – класическата школа на Бърн, школата на пререшаването и школата на катексиса (школата на Шиф). Първата школа е най-близо до оригиналната теория на Бърн, втората школа се развива от работата на Мери и Робърт Гулдинг, които комбинират ТА и гешалттерапията (Stewart 1996, 69), и школата на катексиса, развита от Джаки Лий Шиф и съпруга ѝ Морис Шиф.

Историята на транзакционния анализ в България е сравнително кратка. През 2013 г. Никола Атанасов и Димо Станчев в своята статия „Психотерапията в България: минало и настояще“ (Atanasov & Stanchev 2013) споменават, че наскоро са осъществени първите обучителни програми по метода на транзакционния анализ, но без описание на никаква предходна история на транзакционния анализ в България.

Досегът на Е. Бърн с България е краткотраен, без да оставя кой знае какви значими следи. В предговора към българското издание на книгата на Е. Бърн „Въведение за начинаещи в психиатрията и психоанализата“ (2008) синът му Тери Бърн споделя, че през 1967 г. посещава България с баща си, и по-конкретно – две психиатрични клиники във Варна.

Българските психиатри и психолози са първите, които представят идеите на Е. Бърн в страната. В своята книга „Американски теории за семейството“ Елка Тодорова (Todorova 1988) описва транзакционния анализ и видовете транзакции, в които влизат хората, както и значението им за взаимоотношенията в семейството. В края на 80-те години е отпечатана и книгата „Практическа психотерапия“ под редакцията на психиатъра Христо Христозов (Hristozov 1988). В нея психиатърът Александър Маринов, по мое мнение, за първи път прави опит да представи пред българските читатели по-подробно идеите на Е. Бърн, и по-конкретно състоянията на егото, видовете транзакции, житейските позиции, видовете игри, характерните изразни средства и външен вид на човек с активирано определено его състояние. Информацията за вербалния и физически израз на различните его състояния е от книгата на Томас Харис „Аз съм добър, ти си добър“, издадена на английски език през 1969 г.

Първото издание на български език на книга от чуждестранен автор, свързана с транзакционния анализ, е на психиатъра транзакционен аналитик Томас Харис „Аз съм добър, ти си добър“ през 1991 г. (Haris 1991), а първата публикувана книга на Е. Бърн става факт през 1996 г. – „Игрите, които хората

играт“ (Barn 1996). Впоследствие отново е отпечатана от друго издателство с различен превод (Berne 2008a) заедно с „Въведение за начинаещи в психиатрията и психоанализата“ (Berne 2008b). В следващото десетилетие се появяват две нови книги от транзакционни аналитици – „Голяма книга за транзакционния анализ“ на Франсис Брекар и Лори Окс (Brekar & Oks 2016) и „Това съм Аз!“ на Люве Купманс (Kupmans 2020).

През 90-те години на XX век Ирена Левкова започва да описва различни конструкции на транзакционния анализ, което намира своята кулминация в докторската ѝ дисертация, за която ще бъде споменато по-надолу. В средата на 90-те години транзакционният анализ е описан като възможен метод за психотерапевтично взаимодействие в обучението (Tsvetanova-Chukurova & Stoyneva 1996). В началото на XXI век Кирил Кирилов в своята книга „Утеши ме!“ (Kirilov 2004) също описва част от концепциите на транзакционния анализ, като его състояния, структуриране на времето, житейски сценарии и други. По същото време Елисавета Янчева пише за конфликтите между деца и родители (Yancheva 2005), както и за транзакционния анализ и педагогическата готовност на студентите (Yancheva 1999). Снежана Янакиева разглежда транзакционния анализ и общуването (Yanakieva 2001). Гергана Славчева прилага идеите на транзакционния анализ във връзка с възможността за използването му за ефективна комуникация и сътрудничество между родители и учители (Slavcheva 2017). Освен споменатата дисертация И. Левкова написва и редица монографии, свързани с транзакционния анализ: „Жизнен сценарий и развитие на личността“ (Levkova 2003), „Сценарно развитие в зрелостта“ (Levkova 2004a), „Транзакционен анализ в педагогическата психология“ (Levkova 2004b), „Транзакционният анализ“ (Levkova 2008), както и учебник „Консултативният процес с фокус транзакционен анализ (Levkova 2019a) и учебно помагало „Консултирането в транзакционния анализ“ (Levkova 2019b). И до ден-дневен това са единствените монографии, посветени изцяло или частично на транзакционния анализ, написани от български автор. Част от нейните статии са насочени към консултирането в парадигмата на транзакционния анализ (Levkova 2013; Levkova 2016), както и една монография „Консултирането в транзакционния анализ – преди и сега“ (Levkova 2020).

За пионер в изследванията в областта на транзакционния анализ в България може да се приеме И. Левкова, която през 2001 г. защитава дисертация, озаглавена „Пробата на Розенцвайг в парадигмата на транзакционния анализ“. Дисертацията е разработвана от средата на 90-те години (Levkova 1998). В нея И. Левкова използва картинно-фрустрационния тест на Саул Розенцвайг за анализ на транзакциите, в които хипотетично влизат лицата чрез отговорите си на стимулите от теста. Тестът може да се използва и при децата и е публикуван в „Ръководство за изследване на детето. I част“ (Minchev 2000). Публикациите ѝ по темата обаче могат да бъдат проследени още от началото

на 90-те години. Библиографска справка показва, че общият брой на статиите и докладите по темата на транзакционния анализ на И. Левкова са над 40. Провеждат се и изследвания, свързани с различни конструкти от теорията на транзакционния анализ. По-късно И. Левкова изследва с авторски въпросник родителските послания, които се отправят към даденото изследвано лице или които то е чуло отправени към някого³). В тях се търсят различия между родителските послания, отправяни към българите и българските турци (Levkova, Marinov & Minchev 2017a), различни поколения българи (Levkova, Marinov & Minchev 2017b), има ли разлика в получените послания при агресивни и неагресивни юноши и девойки (Levkova 2018) и други, свързани с това какви родителски послания получават хората (Levkova 2017).

Сезгин Бекир и Ергюл Таир разглеждат през призмата на транзакционния анализ стила на работа на служители в публичния и частния сектор (Bekir & Tair 2017) и успеха в кариерата в различни професии (Bekir & Tair 2019). Те анализират два различни въпросника за емоционалните и житейските позиции и оценяват тяхната валидност за български условия (Bekir & Tair 2018). Тяхното изследване се явява първа стъпка към адаптация на двата въпросника и към подобряването им, за да бъдат по-адекватни към българските културни условия. Силвия Цветкова разглежда ползата от ТА за специалиста по здравни грижи и прави анализ на личността на ръководителя по здравни грижи от гледна точка на ТА (Tsvetkova 2018).

Институционалният период в развитието на транзакционния анализ в България започва през 2013 г., когато е създадена Българската асоциация по транзакционен анализ (БАТА). Председател на обществото е Милена Манова, която е и транзакционен аналитик. Сред членовете са психолози като Оксана Хорват, Сезгин Бекир и Мая Михайлова. От 2015 г. се провеждат годишни конференции на Асоциацията, а от 2011 г. идват лектори от Белгия и Холандия, които да обучават желаещите да се развиват в това направление. От 2018 г. ТА е призната за психотерапевтична модалност от Българската асоциация по психотерапия.

В академичен план И. Левкова е първата, която въвежда Транзакционния анализ като дисциплина за изучаване в университет в България. За първи път това става през 2004 г. в Шуменския университет с дисциплините „Транзакционен анализ“ и „Сценарен анализ и игри“, които се преподават като избираеми в бакалавърската програма по психология. Пак по това време в Центъра за продължаващо образование към Шуменския университет се организират едногодишни и двугодишни специализации за консултанти по транзакционен анализ (съответно 200 и 450 часа). В тях под ръководството на И. Левкова в преподавателския екип участват и редица други български психолози, като проф. Павел Александров, проф. Милка Василева и проф. Йонка Балтаджиева⁴). Съответно в тези курсове до този момент са се обучи-

ли близо сто консултанти, включително и авторът на тази статия. По-късно през 2006 – 2007 г. се организира съвместна специализация по транзакционен анализ между Шуменския университет „Еп. Константин Преславски“ и Университета „Проф. Асен Златаров“. Към настоящия момент съществува избираема дисциплина „Основи на ТА“ в Пловдивския университет. Всички изброени дотук дисциплини показват някакво ниво на навлизане на транзакционния анализ в академичните среди. Все пак рядко едно терапевтично и консултативно направление намира път към университета. Това определя и значимостта на работата на И. Левкова. Както Марк Уидоусън отбелязва в своята реч при приемането през 2017 г. на наградата за изследвания в областта на транзакционния анализ: „Общността на ТА до голяма степен се развива в частните обучителни институти, за разлика от терапите, които са по-приети и които до голяма степен се преподават в университетите (Widdowson 2018, 38). От друга страна, в последното десетилетие има продължаващ дебат по отношение на това, че Ерик Бърн е наблегнал повече на ТА като психотерапевтичен метод, което впоследствие е довело до там, че консултирането и други дейности в парадигмата на ТА⁵⁾ да се възприемат от страна на голяма част от практикуващите ТА като второкласна работа (Cornell 2013; Levkova 2020).

Заклучение

Представеното дотук развитие на Транзакционния анализ в България показва, че това е едно сравнително младо психотерапевтично, консултативно и академично течение в психологията в страната и тепърва ще се развива в по-широк мащаб. Основните области на приложение на ТА, освен терапевтичните, са образователна, организационна и консултативна (наричат се още специални области на приложение) (Levkova 2020, 30). ТА има голям потенциал за обяснение на редица социални феномени, като може да се стъпи на идеята за Социокултурния Родител, може успешно да се приложи към работата на педагогическите специалисти в училище, в това число педагогическия съветник и учителя, както и на училищния психолог (Levkova 2004b). Концепцията за его състоянията може да им помогне по-добре да разбират какво се случва на ниво общуване, а разбирането на собствените его състояния да им даде яснота в какви поредици от транзакции влизат с учениците, и да участват в такъв тип транзакции, които са продуктивни, и да избягват влизане в непродуктивни транзакции, които водят до конфликти. Транзакционният анализ намира широко приложение и в организационното консултиране по линия на същия модел на его състоянията. Когато служителите и управителите са наясно в какви транзакции влизат и от кое его състояние произтичат те, вероятността за конфликти намалява, а появата им може да бъде намалена значително. Консултирането е друга област, в която

ТА има богато поле за развитие и която може да бъде не по-малко конкурентоспособна спрямо психотерапевтичната страна на ТА.

БЕЛЕЖКИ

1. Нарочно се изписват с главни букви, за да се отграничат от родителя, възрастния и детето.
2. За по-подробно описание вж. книгата „Транзакционен анализ“, с. 92 – 101 (Levkova 2008).
3. Въпросникът беше съставен с помощта на студенти и психолози, между които е и авторът на тази статия. След няколко етапа на отсяване останаха най-честите фрази, които някой може да е чувал по отношение на себе си и които са характерни за българските условия, като „На кого ли си се метнал“ (негативно) или „На мама/тати умникът/умницата!“ (положително) и други.
4. Лична комуникация.
5. В ТА се наричат „специални полета“.

ЛИТЕРАТУРА

- Атанасов, Н. & Станчев, Д., 2013. Психотерапията в България: минало и настояще. *Българско списание по психология*, (1 – 4).
- Бекир, С. & Таир, Е., 2017. Стил на работа при служители в публичния и частния сектор. *Психологични изследвания*. **20**(1), 95 – 104.
- Бекир, С. & Таир, Е., 2018. Въпросници за изследване на его състоянията и житейските позиции. *Психологични изследвания*. **21**(2), 137 – 150.
- Берне, Е., 2008а. *Игрите, които хората играят*. София: ТрансКарго.
- Берне, Е., 2008б. *Въведение за начинаещи в психиатрията и психоанализата*. София: ТрансКарго.
- Брекар, Фр. & Окс, Л., 2016. *Голяма книга за транзакционния анализ*. София: Ars Sofia.
- Бърн, Е., 1996. *Игрите, които хората играят*. София: Наука и изкуство.
- Кирилов, К., 2004. *Утеши ме!* Сливен: Жажда.
- Купманс, Л., 2020. *Това съм Аз!* София: БАТА.
- Левкова, И., 1998. Възможности за използване на пробата на Розенцвайг за целите на транзакционния анализ. *Българско списание по психология*. **1**, 76 – 92.
- Левкова, И., 2001. *Пробата на Розенцвайг в парадигмата на транзакционния анализ*. НАЦИД. Протокол от 4 юни 2001 г.
- Левкова, И., 2003. *Жизнен сценарий и развитие на личността*. Велико Търново: Фабер.

- Левкова, И., 2004а. *Сценарно развитие в зрелостта*. Велико Търново: Фабер.
- Левкова, И., 2004b. *Транзакционен анализ в педагогическата психология*. Велико Търново: Фабер.
- Левкова, И., 2008. *Транзакционният анализ*. Варна: Псидо.
- Левкова, И., 2013. Сценарното разрешение – изход от сценария, *Психологични изследвания*, **16**(1), 83 – 88.
- Левкова, И., 2016. Рефлексивен модел за формиране на консултативни умения. *Стратегии на образователната и научната политика*. **24**(5), 552 – 562.
- Левкова, И., 2017. *Какво казват родителите на децата си, интердисциплинарна научна конференция на ПФ „Детето като ценност“ – „Социално-педагогически аспекти на детското развитие*, 9 – 11 октомври 2017, Пловдив, България, 246 – 258.
- Левкова, И., 2020. *Консултирането в Транзакционния анализ – преди и сега*. Варна: Онгъл.
- Левкова, И., Маринов, Г. & Минчев, П., 2017а. Сравнителен анализ на Родителските послания при българи и турци. *Управление и образование*. **13**(4), 83 – 88.
- Левкова, И., Маринов, Г. & Минчев, П., 2017б. Сравнителен анализ на Родителските послания при две поколения българи. *Управление и образование*. Том **13**(4), 89 – 96.
- Левкова, И., 2019а. *Консултативният процес с фокус транзакционен анализ*. Варна: Онгъл.
- Левкова, И., 2019б. *Консултирането в транзакционния анализ*. Учебно помагало по ОТА. Варна: Онгъл.
- Маринов, А., 1988. Транзакционен анализ. В: Христозов, Хр. (ред.). *Практическа психотерапия*. София: Медицина и физкултура, 139 – 142.
- Минчев, Б. (ред). 2000. *Ръководство за изследване на детето*. I част. София: Веда-Словена-ЖГ.
- Славчева, Г., 2017. Ефективните взаимодействия между родители и учители като фактор за позитивното личностно развитие на съвременното дете. *Педагогика*. **89**(2), 151 – 159.
- Тодорова, Е., 1988. *Американски теории за семейството*. София: Наука и изкуство.
- Харис, Т., 1991. *Аз съм добър, ти си добър*. София: Наука и изкуство.
- Цветкова, С., 2018. Структурен и функционален анализ на личността на ръководителя по здравни грижи. *Knowledge International Journal*. **28**(2), 695 – 698.

- Цветанова-Чукурова, Л. & Стойнева, В., 1996. *Психотерапевтични взаимодействия в обучението*. Благоевград: Неофит Рилски.
- Янакиева, С., 2001. Транзакционен анализ на общуването. *Образование и квалификация*. 4, 8 – 17.
- Янчева, Е., 1999. Транзакционен анализ на педагогическата готовност (на студентите). *Научни трудове – Русенски университет „Ангел Кънчев“*. 37, 129 – 138.
- Янчева, Е., 2005. Конфликти и транзакционен анализ (между родител и дете). *Научни трудове – Русенски университет „Ангел Кънчев“*, 64 – 67.
- Bekir, S. & Tair, E., 2019. The role of the ego states for subjective career success in different occupations. *Psychological Research*. 22(3), 799 – 814.
- Berne, E., 1958. Transactional Analysis: a new and effective method of group therapy. *American Journal of Psychotherapy*. 12(4), 735 – 743.
- Berne, E., 1961. *Transactional analysis in psychotherapy: A systematic individual and social psychiatry*. London: Souvenir Press.
- Berne, E., 1964. *Games People Play*. New York: Grove Press.
- Berne, E., 1968. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. 3rd edition. New York: Simon and Shuster.
- Berne, E., 1973. *What Do You Say After You Say Hello?* New York: Bantam Books.
- Cornell, W. F., 2013. Special Fields. *Transactional Analysis Journal*. 43(1), 7 – 13.
- Drego, P., 1983. The Cultural Parent. *Transactional Analysis Journal*. 13(4), 224 – 227.
- Heathcote, A., 2010. Eric Berne's Development of Ego State Theory: Where Did It All Begin and Who Influenced Him? *Transactional Analysis Journal*. 40(3 – 4), 254 – 260.
- Karpman, S., 1968. Fairy tales and script drama analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, 7(26), 39 – 43.
- Levkova, I., 2018. Influence of Parental messages on the aggressiveness of teenagers, *Journal of Education Culture and Society*. 8(1), 50 – 62.
- Steiner, C., 1974. *Scripts People Live: Transactional Analysis of Life Scripts*. New York: Grove Press.
- Stewart, I., 1996. History of Transactional Analysis. In: Dryden, W. (Ed.) *Developments in Psychotherapy, Historical Perspectives*. London: Sage.
- Tilney, T., 2001. *Dictionary of Transactional Analysis*. London: Whurr Publishers Ltd.

Widdowson, M. (2018). The Importance of Research in Transactional Analysis for Transactional Analysts. *Transactional Analysis Journal*. **48**(1), 33 – 42.

REFERENCES

- Atanasov, N. & Stanchev, D., 2013. Psihoterapiyata v Bulgariya: minalo i nastoyashte. *Balgarsko spisanie po psihologiya*, br. 1 – 4.
- Bekir, S. & Tair, E., 2017. Stil na rabota pri sluzhiteli v publichniya i chastniya sektor. *Psihologichni izsledvaniya*. **20**(1), 95 – 104.
- Bekir, S. & Tair, E., 2018. Vaprosnitsi za izsledvane na ego sastoyaniyata i zhteiskite pozitsii. *Psihologichni izsledvaniya*. **21**(2), 137 – 150.
- Bekir, S. & Tair, E., 2019. The role of the ego states for subjective career success in different occupations. *Psychological Research*. **22**(3), 799 – 814.
- Berne, E., 1958. Transactional Analysis: a new and effective method of group therapy. *American Journal of Psychotherapy*. **12**(4), 735 – 743.
- Berne, E., 1961. *Transactional analysis in psychotherapy: A systematic individual and social psychiatry*. London: Souvenir Press.
- Berne, E., 1964. *Games People Play*. New York: Grove Press.
- Berne, E., 1968. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. 3rd edition. New York: Simon and Shuster.
- Berne, E. (1973). *What Do You Say After You Say Hello?* New York: Bantam Books.
- Berne, E., 2008a. *Igrite, koito horata igrayat*. Sofia: TransKargo.
- Berne, E., 2008b. *Vavedenie za nachinaeshti v psihiatriyata i psihoanalizata*. Sofia: TransKargo.
- Brekar, Fr & Oks, L., 2016. *Golyama kniga za tranzaktsionnia analiz*. Sofia: Ars Sofia.
- Barn, E., 1996. *Igrite, koito horata igrayat*. Sofia: Nauka i izkustvo.
- Cornell, W. F., 2013. Special Fields. *Transactional Analysis Journal*. **43**(1), 7 – 13.
- Drego, P., 1983. The Cultural Parent. *Transactional Analysis Journal*. **13**(4), 224 – 227.
- Haris, T. (1991). *Az sam dobar; ti si dobar*. Sofia: Nauka i izkustvo.
- Heathcote, A., 2010. Eric Berne's Development of Ego State Theory: Where Did It All Begin and Who Influenced Him? *Transactional Analysis Journal*. **40**(3-4), 254 – 260.
- Karpman, S., 1968. Fairy tales and script drama analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, **7**(26), 39 – 43.
- Kirilov, K., 2004. *Uteshi me!* Sliven: Zhazhda.
- Kupmans, L., 2020. *Tova sam Az!* Sofia: BATA.

- Levkova, I. (1998). Vazmozhnosti za izpolzvanie na probata na Rozentsvayg za tselite na tranzaktsionnia analiz. *Balgarsko spisanie po psihologia*, № 1, s. 76-92.
- Levkova, I., 2001. *Probata na Rozentsvayg v paradigmata na tranzaktsionnia analiz*. NATsID. Protokol ot 4 yuni 2001 g.
- Levkova, I., 2003. *Zhiznen stsenariy i razvitie na lichnostta*. Veliko Tarnovo: Faber.
- Levkova, I., 2004a. *Stsenarno razvitie v zrelostta*. Veliko Tarnovo: Faber.
- Levkova, I., 2004b. *Tranzaktsionen analiz v pedagogicheskata psihologia*. Veliko Tarnovo: Faber.
- Levkova, I., 2008. *Tranzaktsionniyat analiz*. Varna: Psido.
- Levkova, I., 2013. Stsenarnoto razreshenie – izhod ot stsenaria. *Psihologichni izsledvania*, **16**(1), 83 – 88.
- Levkova, I., 2016. Refleksiven model za formirane na konsultativni umenia. *Strategii na obrazovatelната i nauchната politika*. **24**(5), 552-562.
- Levkova, I. (2017). Kakvo kazvat roditelite na detsata si, interdistsiplinarna nauchna konferentsia na PF “Deteto kato tsennost” – “Sotsialno-pedagogicheski aspekti na detskoto razvitie”, 9 – 11 oktomvri 2017, Plovdiv, Bulgaria, s. 246 – 258.
- Levkova, I. (2018). Influence of Parental messages on the aggressiveness of teenagers, *Journal of Education Culture and Society*. **8**(1), 50 – 62.
- Levkova, I. (2020). Konsultiraneto v Trankzatsionnia analiz – predi i sega. Varna: Ongal.
- Levkova, I., Marinov, G. & Minchev, P., 2017a. Sravnitelen analiz na Roditelskite poslania pri balgari i turtsi. *Upravlenie i obrazovanie*. **13**(4), 83 – 88.
- Levkova, I., Marinov, G. & Minchev, P., 2017b. Sravnitelen analiz na Roditelskite poslania pri dve pokolenia balgari. *Upravlenie i obrazovanie*. **13**(4), 89 – 96.
- Levkova, I., 2019a. *Konsultativniyat protses s fokus tranzaktsionen analiz*. Varna: Ongal.
- Levkova, I., 2019b. *Konsultiraneto v tranzaktsionnia analiz*. Uchebno pomatalo po OTA. Varna: Ongal.
- Marinov, A., 1988. Tranzaktsionen analiz. V: Hristozov, Hr. (red.). *Prakticheska psihoterapia*. Sofia: Meditsina i fizkultura, 139 – 142.
- Minchev, B. (Ed.), 2000. *Rakovodstvo za izsledvane na deteto*. I chast. Sofia: Veda-Slovena-ZhG.
- Slavcheva, G., 2017. Efektivnite vzaimodeystvia mezhdu roditeli i uchiteli kato faktor za pozitivnoto lichnostno razvitie na savremennoto dete. *Pedagogika-Pedagogy*, **89**(2), 151 – 159.
- Steiner, C., 1974. *Scripts People Live: Transactional Analysis of Life Scripts*. New York: Grove Press.

- Stewart, I., 1996. History of Transactional Analysis. In: Dryden, W. (Ed.) *Developments in Psychotherapy, Historical Perspectives*. London: Sage.
- Tilney, T., 2001. *Dictionary of Transactional Analysis*. London: Whurr Publishers Ltd.
- Todorova, E., 1988. *Amerikanski teorii za semeystvoto*. Sofia: Nauka i izkustvo.
- Tsvetkova, S., 2018. Strukturen i funktsionalen analiz na lichnostta na rakovoditelya po zdravni grizhi. *Knowledge International Journal*. **28**(2), 695 – 698.
- Tsvetanova-Chukurova, L. & Stoyneva, V., 1996. *Psihoterapevtichni vzaimodeystvia v obuchenieto*. Blagoevgrad: Neofit Rilski.
- Yanakeva, S., 2001. Tranzaktsionen analiz na obshtuvaneto. *Obrazovanie i kvalifikatsia*. 4, 8 – 17.
- Yancheva, E., 1999. Tranzaktsionen analiz na pedagogicheskata gotovnost [na studentite]. *Nauchni trudove – Rusenski universitet Angel Kanchev*. Vol. 37, 129 – 138.
- Yancheva, E., 2005. Konflikti i tranzaktsionen analiz [mezhduroditel i dete]. *Nauchni trudove - Rusenski universitet Angel Kanchev*. 64 – 67.
- Widdowson, M., 2018. The Importance of Research in Transactional Analysis for Transactional Analysts, *Transactional Analysis Journal*. **48**(1), 33 – 42.

HISTORY OF TRANSACTIONAL ANALYSIS IN BULGARIA

Abstract. The article examines the history of transactional analysis (TA) in Bulgaria. The presentation of the ideas of TA in the literature in the country is traced in historical terms. Emphasis is placed on the use of TA in different fields by different scientists and specialists who use it in these fields. Its institutional history related to the establishment of the Bulgarian Society for Transactional Analysis and the entry of TA in academic world is examined.

Keywords: Transactional analysis; history of Transactional analysis; Eric Berne

✉ **Dr. Plamen Minchev, Assist. Prof.**

Web of Science Researcher ID: AAM-2874-2021

ORCID iD: 0000-0001-9311-4928

Department of Social Pedagogy and Social Work

Faculty of Educational Studies and the Arts

Sofia University

69A, Shipchenski prohod blvd

Sofia, Bulgaria

E-mail: ptminchev@uni-sofia.bg