

ВИКТОРИЯ ШИЛКИНА

КРАТКОЕ

СОДЕРЖАНИЕ «ИГРЫ, В
КОТОРЫЕ ИГРАЮТ
ЛЮДИ»

Виктория Шилкина
Краткое содержание «Игры,
в которые играют люди»
Серия «КнигиКратко»

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27358854
House; 2016*

Аннотация

Этот текст – сокращенная версия книги «Игры, в которые играют люди». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты.

Книга Эрика Берна, всемирно известного психолога и психиатра, автора знаменитой концепции сценарного программирования, посвящена популярной теме – теории игр, в которые играют люди, взаимодействуя друг с другом. Он выделяет несколько игровых групп: игры на всю жизнь, супружеские и сексуальные игры, игры в компании.

Под игрой Эрик Берн понимает серию ходов, содержащих ловушку, какой-то подвох. Но надо отметить, что Берн рассматривает только бессознательные игры, в которые мы играем, даже не понимая этого, но которые не дают нам достичь настоящей близости в отношениях и делают нашу жизнь зависимой от правил игры.

В своей книге Берн подсказывает, как понять, в какую игру мы играем. Кроме того, он приводит познавательную классификацию игроков и очень интересно анализирует свою коллекцию наиболее распространенных игр, таких как «Алкоголик», «Если бы не ты», «Ну что, попался, негодяй!», «Загнанная домохозяйка», «Видишь, как я старался», «Подумайте, какой ужас!», «Изъян», «Гость-растяпа» и других.

Напоминаем, что этот текст – краткое изложение книги

Авторский обзор книги

«Игры, в которые играют люди»

Эрик Берн

Автор обзора: Виктория Шилкина

Что заставляет нас играть друг с другом, несмотря на то, что игры мешают жить

Книга Эрика Берна, всемирно известного психолога и психиатра, автора знаменитой концепции сценарного программирования, посвящена еще одной, не менее популярной, его концепции – теории игр, в которые играют люди, взаимодействуя друг с другом. Он выделяет несколько игровых групп: игры на всю жизнь, супружеские и сексуальные игры, игры в компании.

Под игрой Эрик Берн понимает серию ходов, содержащих ловушку, какой-то подвох. Но надо отметить, что Берн рассматривает только бессознательные игры, в которые мы играем, даже не понимая этого, но которые не дают нам достичь настоящей близости в отношениях и делают нашу

жизнь зависимой от правил игры.

Что же заставляет нас играть друг с другом?

По мнению Берна, свою игру мы получаем от родителей. Если не произойдет какое-то вмешательство извне, то человек будет играть в ту же игру, что и его родители, и научит этой игре своих детей и внуков. В большинстве случаев в этом и состоит суть воспитания. Мы даже друзей и любимых выбираем из числа тех, кто играет в те же игры, что и мы.

Однако игры – это только суррогат истинной близости. Эрик БERN считает их острой формой взаимоотношений. А настоящая близость начинается только тогда, когда человек понимает скрытые мотивы своей игры и находит в себе силы выйти из нее.

В своей книге БERN подсказывает, как понять, в какую игру мы играем. Кроме того, он приводит познавательную классификацию игроков и очень интересно анализирует свою коллекцию наиболее распространенных игр, таких как «Алкоголик», «Если бы не ты», «Ну что, попался, негодяй!», «Загнанная домохозяйка», «Видишь, как я старался», «Подумайте, какой ужас!», «Изъян», «Гость-растяпа» и других.

Зачем мы играем в игры?

Общение и потребность в признании жизненно важны для человека. Их нехватка сродни пищевому голоду. Конечно, каждому из нас нужен разный объем контактов и признания. Киноактеру, например, бывают необходимы постоянные восторги и похвалы (Эрик Берн называет их «поглаживаниями»). А, например, ученому будет достаточно лишь одно «поглаживание» в год от уважаемого им коллеги.

Наряду с потребностью в признании существует также и потребность структурировать или, проще говоря, планировать свое время. Эту потребность Эрик Берн называет структурным голодом. И порой этот голод нестерпим. Мы чувствуем беспокойство, когда не знаем, чем занять свое время. Помните, как бывает трудно переносить ситуацию, когда в разговоре вдруг возникает пауза и мы не знаем, что сказать дальше?

Эрик Берн выделяет три вида планирования времени. Перечислим их.

Материальное планирование – это то, что мы обычно называем работой. Такой процесс взаимодействия Эрик Берн называет деятельностью.

Социальное планирование – это ритуалы или полуритуальные способы общения. Основной критерий такого общения – социальная приемлемость, то есть то, что приня-

то называть хорошими манерами. Родители учат детей, как нужно есть, знакомиться, прощаться и т.д., а также как вести беседы на определенные темы. Последнее умение называют тактом или искусством дипломатии. Одни приемы универсальны, другие имеют местное значение. Полуритуальные беседы на определенные темы Эрик Берн называет «временным сопровождением».

Индивидуальное планирование – это так называемые игры, анализу которых и посвящена книга «Игры, в которые играют люди». Индивидуальное общение, основанное на игре, лишь на первый взгляд кажется случайным (именно таким чаще всего оно представляется участникам). Эрик Берн обнаружил, что игры подчиняются определенным схемам и поддаются классификации. На протяжении многих лет в основе отношений супругов, коллег, друзей могут лежать разные варианты одной и той же игры.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.