

MINISKRIPT - Taibi Kahler, Ph. D. sa Hedžesom Kapersom, Div. M, LHD.*

(Vidi takođe 1999 dodatak od Taibija Kahlera)

SVRHA

Svrha ovog članka je da predstavi koncept koji unapređuje kontraskript [1] teoriju, definiše sekvence ne-OK pozicija, fokusira se na blokiranom [3] skriptnom ponašanju iz sekunda u sekund [2]. Ono je usredsređeno takođe na individualno skriptno ponašanje iz sekunda u sekund sa životnim skriptom; [4] i na kraju predlaže jednu specifičnu teoriju prenošenja skripta, transakciju po transakciju.

PRETPOSTAVKE

U Stainerovim „Igrama koje igraju alkoholičari“ [5] kontraskript je definisan kao „pristanak na kulturne i društvene zahteve koji se prenose kroz Roditelja“. [6] Stainer dalje izveštava da ako su zabrane veštice majke ili mahnitog oca uverljivije od kontraskripta, tada kontraskript nikad ne uspe. Kada Bern diskutuje o jednom Pobedničkom skriptu, u „Šta kažeš posle zdravo“ [7], on sugeriše osnovno pravilo gde se čini da naplata takvog scenarija dolazi od Negujućeg Roditelja kroz kontraskript slogan: „Jedan nepobednik vrši svoju naplatu kroz zabrane iz Kontrolišućeg Roditelja. Gubitnik je vođen putanjom ka jednoj lošoj naplati kroz provokacije i prevare Ludog Deteta u njegovim roditeljima, koji iskušava njegove samodestruktivne demone.“ [8]

Miniskript koncept sugeriše da postoji ne-OK kontraskript i OK kontraskript. Šulamit Pek, [9] Taibi Kahler i drugi prikazali su dijagramom dve skriptne matrice (kao što je prikazano na slici 1).

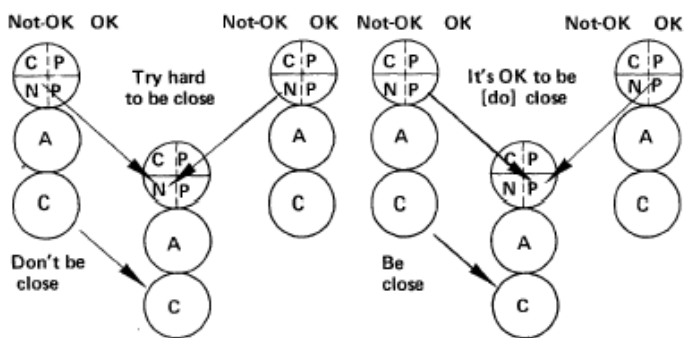


Figure 1

(Jedan članak objašnjava ovu ideju razrađenu na strukturalnoj i skriptnoj analizi koja je upravo završena)

Postoji pet ne-OK kontraskriptnih slogana, odnosno drajvera, koji dolaze iz ne-OK Negujućeg Roditelja, ili Spasilačkog dela. Čini se da su ovi kontraskript drajveri korisni, ali oni samo prizivaju pojavu ne-OK skriptne zabrane. Pet OK kontraskript slogana ili tvrdnji, dolaze iz OK Negujućeg Roditelja, ili delova koji daje Dozvole. Ove kontraskript tvrdnje ojačavaju OK

skriptnu zabranu i donose pobjednika, osobu koja kroz autentičnost gradi svoju sopstvenu sudbinu.

Kapers veruje da sva ljudska ponašanja počinju s Malim Profesorom kao inicijatorom, što je u saglasnosti s Kahlerovim konceptom unutrašnjeg aktivatora sledeći teoriju OK-a. Nakon što je Mali Profesor rođen, on je u potpunosti zavistan od mame i tate, kada su oni u svojoj OK poziciji, kao i kad su u ne-OK poziciji.

Mali Profesor oseća da jednog dana mora da bude samostalan. Mama i tata pune jednu ili dve njegove baterije kad njegov život počne. Što su oni više OK, više će njegove OK baterije biti napunjene. Što su više njihove ne-OK baterije na snazi, više će se njegove ne-OK baterije puniti. Svaka baterija mora imati određen nivo punjenja pre nego što se može koristiti. Njegov Mali Profesor sve ovo oseća i započinje aktiviranje jednog internog mehanizma koji će mu pomoći da ima roditelje uz sebe tokom celog života, a tako je ujedno uspostavljena i svrha ego stanja Roditelja. Ovo ego stanje funkcioniše kao magnetofonska traka, koja se uključuje kada je to potrebno. Mali Profesor će preživeti ako može da zadrži napunjene baterije. Ako mama i tata prvo pune ne-OK baterije sa diskontovanim i negativnim strokovima, [10] on nije u mogućnosti da pokrene sopstvenu OK bateriju - to treba da bude učinjeno iz spoljašnjeg izvora u početku - tako Farkuar aktivira svoju ne-OK roditeljsku traku i udara sebe kad mama i tata nisu u blizini da to učine za njega. Ovaj Roditeljski akt deluje kao jedan generator za punjenje baterija (vidi sliku 2).

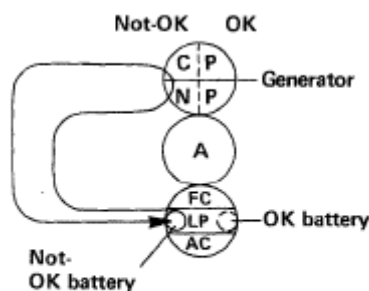


Figure 2

U pitanju je sledeći ciklus: Mali Profesor, kroz ne-OK bateriju, prema ne-OK Roditeljskom generatoru, i dalje, prema ne-OK bateriji, do ne-OK samoodrživosti u postojanju Farkuar.

Što mu više pozitivnih strokova mama i tata daju, više se Farkuarova OK baterija puni, čime se omogućuje niz samoodržavanja OK pozicije: Mali Profesor kroz OK bateriju, kroz OK Roditeljski generator vraća se ka OK bateriji (vidi sliku 3).

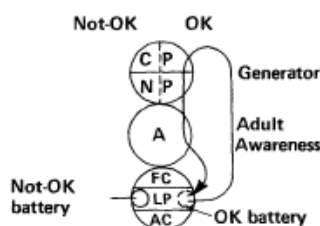


Figure 3

(Ova teorija sugerše primarne unutarnje sekvence u skladu sa sekvencama miniskripta)

Ovi očigledni unutrašnji uzroci nude objašnjenje za prihvatanje diskonta ili stroukova ulazeći u drajvere (diskaunti su srodni) ili dozvoljivače (pozitivni stroukovi su srodni). Farkuar mora da ima neke baterije da bi postojao. Ako nema dovoljan izvor energije za punjenje svoje OK baterije, i njegova ne-OK baterija je nesigurna, on će tražiti jedan diskant ili negativan strouk da bi se njegova ne-OK baterija napunila, nastavljajući da produžava svoj život na taj način. Kada Farkuar odluči da ne može da preuzima bol ovog traženja i roditeljskog udaranja, umesto zadržavanja tog punjenja ne-OK baterije, on će rizikovati pokušavajući da dobije njegovu napunjenu OK bateriju, ili će isključiti sve generatore, zatvoriti se pred spoljnim stimulusima i povući se u smrt.

Ovo objašnjenje se uklapa u ideju kontinuuma koji ide od gubitnika, preko ne-pobednika, ka pobedniku, koju su predložili Mjuriel Džejms i Doroti Jongevard u „Rođenom pobedniku.“ [11]

DEFINICIJA MINISKRIPTA

Miniskript je jedna sekvenca (niz) ponašanja koja se javlja u nekoliko minuta ili čak sekundi, što rezultira pojačanim obrascem za život.

Ne-OK miniskript je jedna sekvenca ne-OK ponašanja (patologija), koja se javlja u nekoliko minuta ili čak sekundi, što dalje rezultira jačanjem ne-OK životnog skripta. OK miniskript je jedna sekvenca OK ponašanja, javlja se u nekoliko minuta ili čak sekundi, što rezultira jačanjem oslobađanja od skripta, samousmerenjem, autonomnim ponašanjem.

Miniskript je takođe jedan pojam koji se lako primenjuje na strukturu, transakcije, igre i analizu skripta kao alat koji će se koristiti u tretmanu.

Ne-OK miniskript

Dobra terapija nastavlja da radi sa skriptnim zabranama skriptnom naplatom. [12]

Postoji, međutim, bolji i brži alat - miniskript. Miniskript nije nova vrsta skripta, nego alat koji se koristi u setingu tretmana kako bi se omogućilo pacijentu da ponovo preusmeri svoj život.

Četiri dela ne-OK miniskripta su: kontraskript drajveri, ograničenja (ili skriptne zabrane), [13] Osvetoljubivo Dete i, konačno, miniskriptna naplata.

U ne-OK miniskriptu su kontraskriptni drajveri, tj. poruke koje čini se kao da pozivaju osobu da izađe iz sopstvenog ograničenja, ali na duže staze pozivaju je da ide dublje u njega. Na primer, na ograničenje „Osećaj se neadekvatno“ kontraskript drajver može biti „Budi savršen“ (dobij najbolju ocenu). Nivo čiste poruke je „Ti si neadekvatan.“ Da bi dete izašlo iz osećaja neadekvatnosti, ono veruje da mora „Biti savršeno“ (dobij najbolju ocenu). Ako ono ne dobija sve najbolje ocene, može se osećati još više neadekvatno. Dakle, kontraskript drajver nije izlazak iz skripta, već zapravo jedan poziv da se ide još dublje.

Mali Farkuar se tek rodio. On ima 20-20 viziju i vidi život i ljude vrlo jasno. Budući da mama i tata žive pod uticajem svojih sopstvenih ne-OK poruka, oni će insistirati na tome da on ne vidi jasno život i pozvati ga da stavi par skriptnih naočara, vrlo sličnih njihovim. S ovim skriptnim naočarima Farkuar će videti sliku života u skladu sa izobličenjima opisanim kao stvarnost njegovih roditelja. Nakon nekog vremena, oni vide da mali Farkuar počinje da slepi od nošenja tih naočara. Da ne bi oslepeo, roditelji odlučuju da će oni za njega brusiti sočiva za gornji deo stakla na takav način da će moći videti malo, deo kontraskriptnog drajvera.

Kako Farkuar raste, on će tražiti ljude koji vide isti tip izobličenja – bilo da je reč o prijateljima ili supruzi.

Ponašanje Osvetoljubivog Deteta je pakosno ponašanje. Kada je osoba u svom Osvetoljubivom Detetu, ona kaže: „Ja ću ti pokazati.“ [14] Osvetoljubivo Dete uključuje ne-OK delove Kritičkog Roditelja, kao i jedan deo Adaptiranog Deteta. Aktivno Osvetoljubivo Dete može se videti po igrama „Došao si mi na zicer“, „igre blama“ ili kroz, na primer, praktične šale. Pasivno-agresivno ponašanje osvetoljubive dece može se videti u sledećem primeru: Mali Farkuar ima ograničenje za „Osećaj zbunjenosti“ ('Ti si glup'). Od njega se zatražilo da iznese smeće. Pritom ga je izbacio pored umesto u kantu za smeće, na travnjak ('Osvetoljubivo Dete'), vraća se iritiranoj majci koja vrišti: „Ti si glup ...“ On dobija mito time što ga naziva glupim (Adaptirano Dete), te u isto vreme, iako je gubitnik (bazični kućni položaj ja sam ne-OK – ti si OK), on veruje da je „učinio majku ljutom njegovom osvetničkom Detetovom akcijom. Odugovlačenje je drugi manevar pasivno-agresivnog Osvetoljubivog Deteta.

Baš kao što se ne-OK pobuna odražava u Osvetoljubivom Detetovom ponašanju, i OK pobuna se ogleda u ponašanju Slobodnog Deteta. Osvetoljubivo Dete se ogleda u ne-OK antiskriptnom ponašanju: 1) „Oni možda žive u svom kontraskriptu, i prividna pobuna je samo probijanje skripta“; 2) „S druge strane, oni mogu živeti po svom skriptu i prebacivati se u svoje kontraskriptove“; 3) „Oni mogu imati različita skriptna usmerenja od svakog roditelja, ili iz jednog skupa na drugi“; 4) „Oni mogu samo slediti posebne skriptne direktive koje im govore da se pobune“; 5) „Osoba može biti u 'skriptnoj grešci' gde je strepela od vršenja skriptnih direktiva i jednostavno je odustala.“ Primeri OK (pobune Slobodnog Deteta) antiskript ponašanja uključuju: 1) „Oni mogu dobiti kletvu i biti oslobođeni iz svog skripta“; i 2) „On se može osloboditi i 'izaći iz svog skripta' kroz svoje sopstvene napore ili uz pomoć psihoterapije.“ [15]

Konačna miniskript naplata može uključivati takvo ponašanje kao što je: osećati se sam, neželjen, nevoljen, bezvredan, marginalizovan, beznadežan, i tako dalje. Četvrta pozicija, odnosno konačna miniskript naplata, nazvana je konačnom jer osoba može izabrati da izvrši naplatu u bilo kojem od ove četiri pozicije.

Sekvence Ne-OK miniskripta

Ne-OK miniskript je jedan vidljiv obrazac ponašanja. Sve ne-OK pozicije će se odraziti u ne-OK miniskriptu. Prvo se osoba ponaša pod uticajem kontraskriptnog drajvera, a onda pazi kako se ponaša pod uticajem ograničenja (koji se mogu pojaviti kao ponašanje Osvetoljubivog

Deteta kako bi se izbegao Ja sam ne-OK osećaj), a zatim, eventualno, kreće u završnu miniskript naplatu ponašanja. To može biti napisano kao formula i dijagram na slici 4.

Položaj osobe kada je u svom kontraskript drajveru je „Ja sam OK - ako...“ Položaj osobe kada je u svom ograničenju je „Ja nisam OK - Ti si OK“, što je „Skloniti se od“ pozicija. Položaj osobe kada je u svom Osvetničkom Detetu je „Ja sam OK - Ti nisi OK“, što je pozicija „Otarasiti se“. Položaj osobe kada je u svojoj finalnoj miniskriptnoj naplati „Ja nisam OK - Ti nisi OK“ je pozicija „Stići nigde“.

Osoba će se izdići na onu poziciju u svom miniskriptu koja pruža potporu za njegovu ne-OK životnu poziciju (pozicije).

Slika 5 odražava relativne „potrebe“ koje jedna osoba treba konstantno da zadrži u svom životnom prostoru. [16] Da bi se održao ovaj životni prostor, osoba će biti u svom OK miniskriptu oko jedne osmine svog vremena, tako pojačavajući „Ja sam OK - Ti si OK“ poziciju, što je dovoljno da je i zadrži. Osoba bi potrošila većinu svog ne-OK miniskriptnog vremena (transakcije) u svom ograničenju, zatim u svojoj završnoj miniskript naplati, a najmanje vremena u svom Osvetoljubivom Detetu.

Svaki sekund u toku dana osoba je ili u svom OK miniskriptu ili u svom Ne-OK miniskriptu. Kada je u svom ne-OK miniskriptu, sakuplja energiju za jačanje svog (ne-OK) životnog skripta. Osoba će pojačavati jedan (retko dva) od šest takvih životnih skriptova. Bern opisuje svaki:

- 1) Nikada – „Ja nikad ne uspem. Kada sam bio dete roditelji su mi zabranjivali da radim stvari koje sam hteo da radim.“
- 2) Uvek – „Ako je to ono što želiš da radiš, onda možeš da provedeš ostatak svog života uvek radivši to. Ako si prekrio svoj krevet grehom, sada moraš da ležiš u njemu.“
- 3) Dok – „Ti se ne možeš zabaviti dok...“
- 4) Posle – „Možeš se zabaviti neko vreme, ali nakon toga započeće tvoje nevolje. Ako je život dobar, nešto loše će se dogoditi. Stvari treba uravnotežiti.“
- 5) Ponovo i ponovo – „Skoro da sam uspeo, ali ne sasvim. Ja radim istu stvar uvek iznova. Samo da ovo, samo da ono...“
- 6) Otvoreni kraj – „Ja nemam plan nakon odlaska u penziju, kad nastupi menopauza, kada deca napuste dom, itd.“ [17]

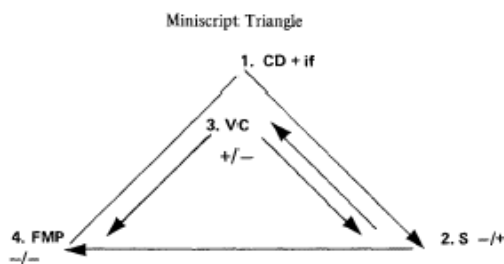
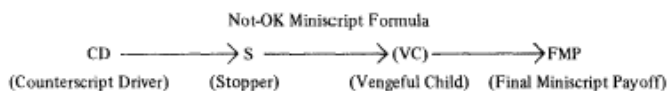


Figure 4

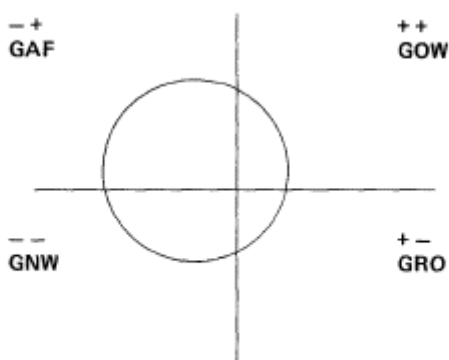


Figure 5

Kontraskript drajveri

Zapažanja nekoliko hiljada ljudi snažno sugerišu da postoji pet - i samo pet - osnovnih kontraskript drajvera: „Budi savršen“, „Trudi se“, „Požuri“, „Udovolji mi“ i „Budi jak“. Svaki kontraskript drajver je poput vrata koja vode na stepeništa povezana s raznim podrumima. Svaki ispunjen sa „Ja nisam OK - Ti si OK“ zauzima poziciju reketa, kao što je depresija, krivica. Prvi nivo je ispunjen sa „Ja nisam OK - Ti si OK“ pozicijom reketa, kao što su depresija, krivica, briga, neadekvatnost, zbunjenost, itd. Drugi nivo u podrumu je ispunjen sa „Ja sam OK - Ti nisi OK“ reketima kao što su ljutnja i trijumf. Najdublji podrum je ispunjen sa „Ja nisam OK - Ti si OK“ reketima kao što su usamljenost, nevoljenost, stešnjenost, neželjenost, odbačenost, itd. Pre nego što čovek može da ima bilo koji od ovih reket osećanja, on prvo mora proći kroz jednu ili više od ovih pet kontraskript drajvera kako bi ušao u podrum svoje ne-OK pozicije.

„Požuri“ kontraskript drajver poziva osobu da radi stvari brzo, da govori brzo ili brže. Kada je pod uticajem ovog drajvera, osoba smatra da mora učiniti sve „upravo sada“. Ona može prekinuti ljude, požurujući ih da završe rečenicu, može često gledati na sat ili kuckati prstima s nestrpljenjem. Kada je zahtev upućen drugima da žure, on je pod uticajem tog „Požuri“. Ovaj kontraskript drajver simbolizuje Belog Zeca koji tvrdi: „Ja kasnim, ja kasnim, za vrlo važan datum!“ Alisa mora da požuri da ga uhvati.

Kada je osoba pod uticajem kontraskript drajvera „Budi savršen“, ona teži za savršenstvom, ili očekuje to od drugih. Ona može koristiti pretenciozne reči, reći više nego što je zatraženo da kaže, ili biti pripremljena za sve moguće situacije. Osoba veruje da mora dati mnogo informacija da bi je ljudi shvatili „na pravi način“. Ona je u zabludi da će, ako nije savršena, to značiti da nije OK. Pedantni drvoseča u „Alisi u zemlji čuda“ koji traži savršenu gramatiku simbolizuje „Budi savršen“.

Kada je osoba pod uticajem svog kontraskript drajvera „Trudi se“, ona poziva druge da se trude s njom. Ne može da odgovara na pitanja direktno, može da ponavlja pitanja, da pravi pauzu, da improvizuje, ili da kaže stvari poput „To je teško za mene“, ili „Ne znam“ (kad zapravo zna). Primer za drajver „Trudi se“ je kad je čovek uhvaćen u živi pesak, a spas mu je nadohvat ruke. Ako se bori (Trudi se), on će potonuti. Ako se kreće polako i odmereno, on će dostići sigurnost.

Kada je osoba pod uticajem svojih drajvera „Budi jak“, ona je stoik, drži svoja osećanja pod kontrolom. Ona može da govori monotono i da pokazuje male znake uzbuđenja. Spartanski ratnici su bili programirani vrlo rano da veruju da su osećanja znak slabosti i da čovek treba da bude jak.

Kada je osoba pod uticajem svog drajvera „Udovolji mi“, ona oseća odgovornost da i drugima ugoditi kako bi se i oni osećali dobro. Ona se može lako složiti s drugima. To može biti važno za nju kako bi bila drugima dopadljiva, i može se truditi da dobija odobrenja od drugih. Pre nego što odgovori na pitanje, osoba može klimati glavom, podizati obrve, reći: „Umm hmm“ često, ili želi da sazna: „Kako mi ovo ide?“ Ovo je Dobrica ili Duša od čoveka. [18]

OK MINISKRIPT

(od Hedžesa Kapersa)

Baš kao što ne-OK deo miniskripta poziva osobu u ne-OK poziciju, tako je i OK deo poziva u OK poziciju. Četiri dela OK miniskripta su: dozvoljivač, goer, Afirmativno Slobodno Dete i iščuđivač.

Kada osoba vidi svoj ne-OK miniskript na tabli, suočena je s odlukom ili da ga se drži ili da ga se oslobodi i napravi neke nove izbore. Posmatrali smo reakcije od „Vau! Mogu to da uvidim“ i „Mogu to da promenim“, do uplašene osobe koja kaže: „Šta ću sad da radim?“ Kada osoba razmišlja o promeni, roditeljske trake se vrte glasnije nego ikad. To je fenomen očajnog pacijenta koji je „sada suočen s arhaičnim strahovima koje je prethodno izbegavao igranjem igara, ispunjavajući tako svoj skript.“ [19] Često se čini da je previše napisati nov skript. U tom trenutku, terapeut na tabli crta OK miniskript pored ne-OK miniskripta i to objašnjava, i zajedno sa pacijentom istražuje OK delove njegovog miniskripta (vidi sliku 6).

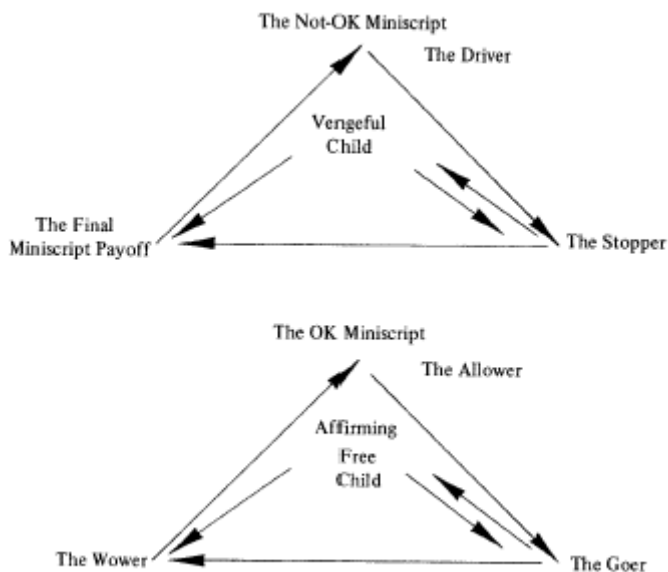


Figure 6

„Šta može da bude zamena za drajver?“ Životvorna, negujuća dozvola počinje sa: „OK je da...“ S humorom, nadom i podrškom terapeut pita: „Šta su potrebe tvog Deteta? Šta tvoje Dete želi?“ Za drajver „Budi savršen“ potvrđivač može biti „OK je napraviti grešku“, „OK je pogrešiti“; „OK je biti prljav“. Ove ponovne roditeljske poruke [20] po izboru pacijenta, koji zna svoje potrebe, utanačuju se za njegovog dozvoljivača, što predstavlja antitezu njegovom drajveru. S ljudskog aspekta nije moguće biti savršen, ili očekivati od drugih da su savršeni. Osoba sebe razočarava tim nerealnim drajverom. „OK je biti samo čovek, ne moraš da impresioniraš“.

„Požuri“ drajver nagoni osobu da pokušava da bude negde drugde. Njegov dozvoljivač je „OK je da se živi u sadašnjem trenutku, da imaš vremena za sebe“, „Imaš vremena da radiš sve što želiš da radiš.“ Umesto „Trudi se“ dozvoljivač kaže: „To je OK da se radi; OK je da završiš ono što radiš; OK je da to dobro uradiš; OK je pobediti. Sviđaš mi se baš takav kakav jesi - ti si divan. Život može biti zabavan.“

Kada je osoba u svom „Udovolji mi“ drajvu, ona treba da zna da je u redu da se oslanja na svoje sopstvene sudove i da se brine o vlastitim potrebama. Ona mora da zna da je dopadljiva i da njene vrednosti ne zavise od mišljenja drugih ljudi. OK je za nju da ne reaguje na tuđa osećanja. OK je da prihvati odgovornost za svoja osećanja.

Antiteza za „Budi jak“ je dozvoljivač „Budi otvoren“ – da osoba bude bliska, da oseća i izražava osećanja. „OK je ne biti jak“, „OK je biti čovek.“

Za svaku reku postoji tok, kao u tablici 1:

TABELA I

Budi savršen.	OK je biti svoj (to što jesi).
Požuri	OK je imati vremena za sebe. Trudi se. OK je da to radiš.
Udovolji mi	OK je imati prema sebi obzira i poštovati sebe.
Budi jak	OK je biti otvoren (i brinuti se za vlastite potrebe)

Ove dozvole su nam svima dostupne i čini se, sa trenutne tačke gledišta, da su inkluzivne. Istina je da pacijent u terapiji pokazuje da on ima neke dozvole da živi i bude. Dakle, baš kao što smo izrazili nesposobnost dražvera dajući mu opciju dozvole (ne-OK Roditelja prema OK Roditelju), tako smo se bavili skriptnom zabranom, stoperom. Mi dajemo klijentu Dozvolu da ne poslušava primarnu skriptnu zabranu i da učini nešto što on odabere umesto „Nemoj“ poruke. U ranim predavanjima, dr. Bern je odgovorio jednoj majci koja je pitala o deci koja igraju „Morate me slušati“ da je to mogući položaj kriminalaca. Bila je obeshrabrena kada je rekao da treba da daje deci punu korpu opcija i da oni onda biraju ono što im je potrebno ili šta žele. Ne možete decu kriviti ili zaduživati za određene izbore koje oni čine. Nikad nisam poznao roditelje koji daju svojoj deci samo loše poruke. One dobre se mogu staviti u fokus. U poziciji „goera“ pomažemo klijentu da vidi i zapamti pozitivne opcije koje su roditelji dali, ili da izabere nove (reparenting) poruke koje on želi.

Za širok raspon „Nemoj biti“ poruka postoje odgovarajuće „Budi“ ili „Kreni“ poruke. Mi se bavimo aktivnostima Osvetoljubivog Deteta na isti način. Izigravanje Osvetoljubivog Deteta može da se zameni odgovarajućim ponašanjem Slobodnog Deteta – i krajnja naplata miniskriptnog osećanja se može dati i zameniti jednim izborom „Vau“ osećanja. Umesto osećanja neadekvatnosti – može se osećati samouvereno. Umesto nevoljenosti – može se osećati voljeno. Umesto da se oseća odbačeno – oseća se prihvaćeno.

Važno je da osoba bude u svom Odraslom kada u toku razgovora sa njim primenjujemo ove metode. Stavljanjem dva miniskripta na tablu, tražeći od njega da ispuni poruke i osećanja, povećavamo mu šansu da bude u svom Odraslom.

Nije dovoljno samo da znate o našem ne-OK. Zadržavajući OK miniskript pomažemo pacijentu da odustane od očaja i da gaji nadu.

Sekvenca Postajati dobro

Kako osoba u terapiji postaje „sve više OK“ i pomera se od gubitnika ka ne-pobedniku i dalje, prema pobedniku, ona počinje da sluša više OK poruke i zabrane, nego one ne-OK. Ona skida svoj slušni aparat (zajedno s naočarima, prisutnim od mame i tate) i počinje da sluša u „ovde i sada“. To je, u suštini, roditeljsko – davanje dozvole sebi za slušanje i odgovaranje na poruke koje čine OK miniskript. Nove roditeljske poruke (reparenting) sa OK miniskriptom se sastoje od slušanja bez slušnog aparata nekoga (OK) koga je voleo i cenio. To će mu

omogućiti da otkrije svoje nove OK miniskript opcije i odabere svoje nove OK miniskript naplate.

Postajati dobro (Ja sam OK - Ti si OK) znači pomak od negativnog, ne-OK miniskripta na pozitivan, OK miniskript koji nužno znači gašenje (ne-OK) životnog skripta. Tu je određen obrazac bivanja dobro. Osoba će morati najpre da ugasi poziciju četiri u ne-OK miniskriptu (konačne miniskript naplate), sledeće će morati da ugasi poziciju tri (u Osvetoljubivom Detetu), zatim će morati da ugasi poziciju dva (stopera), a na kraju će ugasi svoje drajvere. Ne samo da je ovaj proces bio uočen, već je takođe i logički dosledan.

S obzirom na to da čovek provede deset jedinica vremena dnevno u ponašanju koje pokreću drajveri, on može eskalirati u svog stopera sedam jedinica ovog vremena, u svoje Osvetoljubivo Dete pet od tih jedinica vremena, i sve u njegovu finalnu miniskript naplatu još samo tri od izvornih deset jedinica vremena. Sve dok je ne-OK miniskript jedna sekvenca od 1-2, 1-2-3 -, 1-2-3-4 -, 1-2-4 ili 2-3-4, fokusirajući se na poziciju jedan, osoba smanjuje broj ponavljanja da bi mogla prerasti u bilo koji od ostala tri mesta. Smanjenjem broja puta, ona je u svom drajveru tri, te je stoga konačno ugasila svoju miniskript naplatu, ostavši zatim sedam puta u drajveru, četiri puta u stoperu i dva puta u Osvetoljubivom Detetu. Ako dalje redukuje svoj drajver po dva, moraće da eliminiše Osvetoljubivo Dete; i tako ga smanjujući sa još dva, eliminišaće stopera.

Sve dok je ne-OK miniskript jedna sekvenca, osoba nije u mogućnosti da oseća bilo koja reket osećanja (brigu, krivicu, depresiju, ljutnju, neadekvatnost, nevoljenost, zbunjenost, beznađa, itd.) bez prvog prolaza kroz jedan od pet kontraskript drajvera. To znači da osoba koja zaustavlja svoje drajver ponašanje neće nikada ponovno eskalirati u osećanje reketa. Zaustaviti drajver ponašanja je, bez sumnje, lakše nego fokusirati se na reket osećanje poput depresije i onda to zaustavljati. Korišćenjem različitih reči, menjanjem izraza lica, držanja, podešavanjem, menjanjem tona ili pokreta, moguće je zaustaviti rezultujući osećaj nedoraslosti, zbunjenosti, krivice, brige, ljutnje, depresije, itd., iz ponovnih doživljaja.

Ne-OK miniskript grafikon

Ne-OK miniskript predstavlja seme iz kojeg izranja (ne-OK) životni skript. U početku Mali Farkuar oponaša osećajne obrasce ponašanja (Ne-OK miniskript sekvence su posmatrane kod jednogodišnje bebe). Uskoro Mali Farkuar počinje da integriše i usavršava na svojoj osnovi čulnih obrazaca 11 zahteva „od mame i tate“. On bira svoje stopere vrlo rano u životu, uz određene rekete, a kasnije dodaje druge pojačane rekete u svoju zbirku. Njegovih pet drajvera su filtrirani spolja i pojačani s mamom i tatom tako da je definitivno uspostavljena lista. Ovi kontraskript drajveri su ugrađeni tokom prvih nekoliko godina, ali specifični načini njihovog sprovođenja nisu fiksirani sve do perioda između šeste i dvanaeste godine.

Miniskript se razlikuje od Bernove formule za skript uključivanjem kontraskripta. Bernova formula je: Rani Roditeljski Uticaj [Counterscript], Usklađivanje, Važno Ponašanje, Isplata. Bernova skriptna formula je linearna, to jest, izrasta kao funkcija vremena. Miniskript

sugeriše rast u dve dimenzije - intenzitetom i širenjem. Što Mali Farkuar postaje stariji, što više ostaje u ne-OK poziciji, to će više biti u skladu s ne-OK porukama koje je prihvatio. Da je prihvatio poruku „osećam se neadekvatnim“, više bi ostao u svom ne-OK životom skriptu i intenzivnije bi omogućio toj poruci neadekvatnosti da se realizuje. Važno ponašanje izvorno počinje kao fenomeni ponašanja [21] (reči, ton, pokreti, držanje i izrazi lica). Ovo važno ponašanje raste širenjem u glavnim aspektima ponašanja (ne-OK) životnog skripta, kao što su rekurentne hospitalizacije, razvodi, samoubistva, napadi, itd.

Miniskript plan je koristan u identifikaciji ne-OK miniskripta za grupni tretman i u lične svrhe.

On pruža osobi prednost identifikovanja specifičnog vremena i načina odlaženja u ne-OK poziciju. U potpunosti deo drajvera odražava tipične primere takvog ponašanja kontraskripta. Po pomnom ispitivanju transakcija iz sekunde u sekund, osoba može ispuniti svoj ne-OK miniskript grafikon, kao i OK miniskript grafikon.

Kao što igre mogu biti prekinute u bilo kojem trenutku, tako može i ne-OK miniskript. Zaustavljanje ne-OK miniskripta na početnom kontraskriptnom nivou drajvera osigurava, međutim, prestanak daljih reket osećanja. Baš kao što sve igre počinju s diskantom, [22] tako isto počinju i svi ne-OK miniskriptovi. Sa zaustavljanjem igre, osobi ne prestaje njegov ne-OK miniskript. Sa zaustavljanjem svojih drajvera, međutim, osoba zaustavlja svoje igre, rekete, ne-OK pozicije, ne-OK životni skript.

Ne-OK miniskript i strukturalne, transakcione igre i skript analiza

Ne-OK miniskript odražava strukturalne analize predstavljane ne-OK sekvencama kroz koje jedna osoba prolazi. Ova sekvencama će početi s unutrašnjim diskantom, okidajući jedan ili više od pet drajvera. Kako nastavlja prema drugoj aktivnosti sa svojim ne-OK miniskript ponašanjem, osoba očituje transakcione analize. Analiza igre, koju je posmatrao Džon Kesterson, odražava se kroz dvoje ljudi iz njihovih transakcionih kontraskriptnih drajvera na društvenom nivou, a iz njihovih stopera, Osvetoljubivog Deteta, ili krajnje pozicije miniskriptne naplate na skrivenom nivou. Skriptna analiza može se takođe objasniti preko ne-OK miniskript koncepta. Sastavna dinamika prenosa skripta je poziv drugome da prihvati vlastiti drajver, stopera, Osvetoljubivo Dete ili konačnu miniskript naplatu. Mama i tata Malog Farkuara ga pozivaju da prihvati jedno ili oba njihova drajvera tako da je mogao videti život na način na koji su ga oni videli. Osoba s drajverom „Budi savršen“ kada postavi pitanje poput: „Koliko je dva plus dva?“, može dobro da odgovori ako je u svom ne-OK miniskriptu, „To je funkcija osnovnog sistema na koju vi ukazujete.“ Osoba teži ideji „Budi savršen“ u matematičkoj teoriji, kao i u gramatici. Ako druga osoba ima blokirane drajvere kao što su „Budi savršen“ ili „Trudi se“ ili „Udovolji mi“, ona može nastojati da bude savršena, da se trudi, ili ugodi drugima tražeći više „inteligentna i savršena pitanja“, čime stvara skriptnu simbiozu, ili blokira ne-OK miniskript odnos s tom drugom osobom. Kao što će i blokiranje ne-OK miniskripta pozvati ne-OK češće i brže, uz pomoć ne-OK dela druge osobe. Kada je osoba u svom drajveru „Trudi se“, može ponoviti pitanja, ne odgovoriti na pitanja direktno, pauzirati ili reći: „Ja te ne pratim“, uz viku ili zbunjen izgled. Drugog poziva da prihvati ovaj drajver i „Trudi se“ da bi dobio razumevanje od te osobe.

Fanita Inšli je predložila vruć krompir ili episkript fenomen [23]. Takva pojava postoji na sve četiri pozicije ne-OK miniskripta, a ne samo na napetosti vrućeg krompira (Osvetoljubivo Dete). Mada, predloženi fenomen toplog krompira je u skladu s idejom Franka Ernsta koja se sastoji od prebacivanja s jednog na drugi reket.

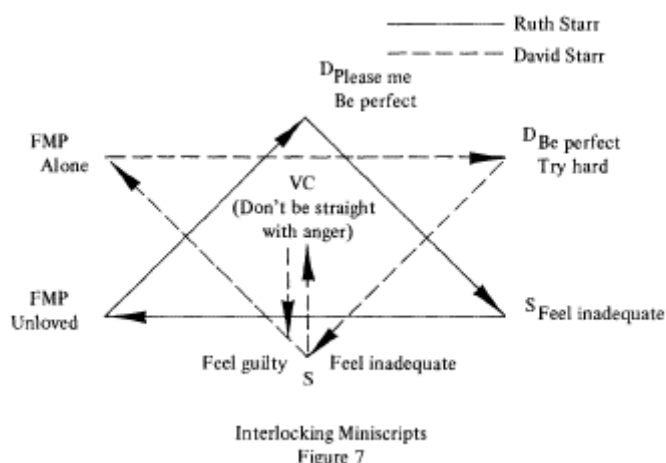
Blokiranje miniskripta

Erik Bern je otkrio dinamiku ne-OK miniskripta u jednoj od svojih grupa:

Gospođa Sejer je ispružila svoje ruke uz grudi gospođe Keter posegnuvši za pepeljarom na kraju stola. Kako je povukla unazad ruke, izgubila je ravnotežu i skoro pala s kauča. Oporavila se upravo na vreme, kiselo se nasmešila sa izrazom žaljenja, promrmljala „Oprostite!“ i smestila se natrag u dim. U ovom trenutku gospođa Keter je skrenula pažnju sa gospodina Troja dovoljno dugo da promrmlja: „Oprostite.“ Evo, sažete u nekoliko sekundi životne priče gospođe Sejer. Ona pokušava da bude oprezna, ali radi stvari na jedan trapav način. Ona skoro da oseti bol, ali ga se oslobodi na vreme. Ona se izvini, ali onda neko drugi preuzima krivicu [25].

Elementi dva blokirajuća ne-OK miniskripta su očita. Gđa Sejer ima drajver „Trudi se“ (budi oprezan), oba stopera: „osećaj neadekvatnosti“ (nespretnosti) stoper i „ne osećaj ono što osećaš“ (osuđujući smeh) stoper; i, na kraju, povređena osećanja (bol), konačna miniskript naplata. Gđa Keter ima „Trudi se“ (sklanja pažnju s gospođe Troj) koji prelazi u „Udovolji mi“ (izvinite) drajver; „osećanje krivice“ (uzeti krivicu) stoper, koji će verovatno dovesti do depresije kao konačne miniskriptne naplate.

Osoba će izabrati partnera na bazi blokirajućeg ne-OK miniskripta. Fokusirajući se na dinamiku blokiranja ne-OK miniskripta, bračni savetnik će moći da predvidi verovatnost uspeha i potencijalno vreme provedeno u ne-OK poziciji predbračnog savetovanja s parom. Na primer, osoba sa „Budi savršen“ će tražiti osobu s „Udovolji mi.“ Primer takvog blokirajućeg ne-OK miniskripta može biti nacrtan, kao na slici 7.



Kad je Rut u svom drajveru „Udovolji mi i budi savršen“, Dejvid je pozvan da „Bude savršen“, na šta on spremno pristaje, imajući takav drajver. On u tom trenutku igra suptilnu igru „Došao si mi na zicer“, „Očito je trebalo da mislite o tome...“ (Osvetoljubivo Dete). Ona tada reaguje iz stopera osećajem neadekvatnosti. Dejvid tada oseća odgovornost za svoje nedostatke i oseća krivicu, ona se oseća odgovornim za njega takođe i povlači se s depresijom u svoju konačnu miniskript naplatu nevoljenosti. On promatra nju povlačeći se i okreće se svojoj konačnoj miniskript naplati osamljivanja. Rut se može obnavljati pokušavajući da mu udovolji, i tako dalje, ad infinitum – u beskraj.

Rut i Dejvid su se upoznali na jednoj zabavi gde su muškarci stavili svoje skriptne naočare na sto, a žene svoje na drugi sto. Dok je vreme prolazilo u igri, muškarci su probali naočare svake žene, i svaka žena isprobavala je naočare svakog muškarca. Dejvid i Rut su otkrili da su mogli da se vide kroz naočare onog drugog - bila je to ljubav na prvi pogled. Što su postajali bliskiji, sve su se više udaljavali od stvarnosti, svaki pozivajući drugog dublje u njegov ne-OK miniskript i (ne-OK) životni skript.

Osnova za sva blokirajuća miniskript (ne-OK) ponašanja je jedno jedino uverenje da „Ja mogu učiniti da se osećaš (dobro ili loše) zbog onog što kažem“ i/ili „Ti možeš učiniti da se osećam (dobro ili loše) zbog onog što mi kažeš.“ Ovo verovanje je ključ za sva skriptiranja, kao i za pojedine ne-OK doživljaje. Kada pacijent odustaje od uverenja da su drugi odgovorni za osećanja, on će ugasi svoja ne-OK ponašanja. Druga najveća ometajuća poruka je „Ne razmišljaj“. Ako osoba koja se drži ovog „pravila“ ne može da razume svoj problem, niti biti svesna svog stopera, treba ispitati njene prošle odluke i razmisliti o postavci novih. „Nemoj misliti“ znači ne konektovati se u svog Odraslog. [26]

Miniskript terapija

Miniskript je vredan alat za tretman, u smislu da pruža terapeutu sredstvo prepoznavanja i lečenja (ne-OK) životnog skripta razbijanjem ne-OK miniskripta. Taj ne-OK miniskript sledi određeni red, predvidljivu sekvencu koja omogućuje ovde i sada konfrontacije skriptnih ponašanja. Na primer, terapeut može konfrontirati pacijenta koji se i dalje „Trudi“, koji ne odgovara na pitanje direktno ugovorom za direktne odgovore. Za pacijenta koji izgleda odsutno („Udovolji mi“) pre odgovora, ugovor se može ponuditi kako bi održao kontakt oči u oči. Ako pacijent „zaboravlja“, terapeut može ponoviti ugovor ili koristiti svoje Slobodno Dete pomicanjem glave privlačeći pacijentovu pažnju. Ako pacijent i dalje nastavlja da „zaboravlja“ ugovor tako što „klizi“, to znači da ima jakog „Trudi se“ i moguće probleme sa svojom ljutnjom (Ako ništa drugo, može da ima skript „Nikada“).

Kada pacijent dolazi na početni intervju, koristi se sledeća sekvencu. Treba mu dopustiti da govori nekoliko minuta i da ukratko zabeleži svoj ne-OK miniskript (Moguće je, fokusirajući se na reči, tonove, pokrete, poze i izraze lica, pokupiti ne-OK miniskript neke osobe u roku od nekoliko minuta, čak i ako priča o vremenskoj prognozi). Sekvencu mu se pokazuje bez imenovanja, pitajući ga da li je to tačno (ne govoreći mu). Miniskript je neverovatno moćan alat. Kao i svaki drugi alat, može se koristiti na OK način ili na ne-OK način. Koristeći ovaj alat

na jedan ne-tretirajući način s OK Negujućim Roditeljem i Slobodnim Detetom, kada je potrebno, pruža optimalan poziv pacijentu da uđe u svoj OK miniskript.

Kada pacijent vidi i pristaje na njegovu sekvencu od ne-OK, nudi se ugovor za svaku poziciju ne-OK miniskripta. Onda je jasno da svi ti ugovori mogu biti ispunjeni putem zaustavljanja pozicije jednog (drajver) ponašanja.

Objašnjenje ne-OK miniskripta se zatim nudi pacijentu.

Konačna naplata miniskripta je samo reket osećanje, ono nema samo po sebi moć, jedino može da bude u posedu, ispitano, prihvaćeno, odbijeno ili zamenjeno. Pacijentove aktivnosti Osvetoljubivog Deteta su obrasci ponašanja marioneta, i to ponašanje koje je nekada bilo poželjno, više ne donosi zadovoljstvo, i on može da odluči da se ponaša drugačije.

Stoper je snimljen i snimak će tamo ostati - pacijent je negde u prošlosti doneo odluku da prihvati zabranu jer se u tom trenutku to čini kao najprikladnije. Rečeno mu je da to više nije primereno i da može napraviti nove odluke. Najmoćnije i najlakše prihvaćeno je uverenje da pacijent može razumeti svoje drajvere i odlučiti da ne živi više pod njihovim uticajima. Ovu odluku je najlakše napraviti na ovaj način. Odluka se odnosi na stopera (ponašanje Osvetoljubivog Deteta), a konačna naplata miniskript ponašanja su intuitivne odluke koje se zasnivaju na konkretnoj vrsti mišljenja koju najbolje shvata dete, dok osoba koja koristi racionalno razmišljanje teško može da se nosi s tim. Mišljenje koje je prešlo u odluku da prihvati drajvere potiče od vremena kada pacijent nije bio dovoljno star da koristi racionalno razmišljanje. Ovu vrstu razmišljanja je lakše redukovati od ostalih. Osoba koja odluči da ne živi pod uticajem svog drajvera ne može ići pod uticajem njegovog stopera, niti će se angažovati u aktivnostima Osvetoljubivog Deteta ili prihvatiti konačnu miniskript naplatu.

Dobra terapija je delotvorna kada osoba odluči da zameni svoja loša osećanja dobrim. Kad osoba primi k znanju svoju ne-OK sekvencu, ona je u svom Odraslom (van loših osećanja). Pacijent često kaže „Vau!“ ukazujući da je nešto naučio i to oseća – i na ovoj tački, terapija je počela.

Iako su korištene tradicionalne tehnike, fokus u ovde i sada je najbrži način za zaustavljanje ne-OK miniskripta. Ako, na primer, osoba koja traži da se izloži regresiji [27], ili ima rano katektirano Dete, ona je dovoljno odrasla da koristi Odraslog umesto regresije, da posmatra svoja ovde i sada ponašanja. Tek kad osoba odbije da katektira svog Odraslog, nakon nekoliko različitih poziva od strane terapeuta, prikladno je koristiti tehniku koja pokušava da „očisti rekete.“ Odmah nakon toga, Odrasli može analizirati ne-OK sekvencu koja je dozvolila da se dogodi takvo reket osećanje. Jedno zrnce prevencije je vredno jedne tone ozdravljenja.

TA terapeuti ukazuju da osobi treba dve godine za gašenje njenog ne-OK životnog skripta. Sa miniskriptom ljudi imaju, na različitim nivoima, gašenje njihovog ne-OK životnog skripta u roku od sedam meseci.

Terapeut treba da bude svestan svog sopstvenog životnog skripta i svog ne-OK miniskripta, tako da ne rizikuje da se eventualno sam blokira radeći sa svojim pacijentima. Neki pacijenti biraju terapeuta na osnovu toga kako mogu da se upletu u ne-OK miniskript ponašanje s njim. To nije svesno, ali može da potraje. Opservacija terapeutske sesije, najbolje zabeležena

na video trakama, dragocen je način praćenja ne samo pacijentovog miniskripta, već i bilo kojeg ne-OK miniskriptnog ponašanja između terapeuta i pacijenta koje može postojati (snimak svakog od njih pokazao se dragoceni). [28]

Primeri

Terapeut koji ima visok nivo drajvera „Trudi se“ može „imati problema“ u postavljanju ugovora.

Terapeut koji ima visok drajver „Udovolji mi“ obično će biti voljen, ali će podesiti pacijente da počnu da se dobro osećaju kako bi udovoljili njemu („Udovolji mi“), radije nego da krenu da se osećaju bolje zarad samih sebe. Klimanjem glavom, podizanjem obrva, govoreći: „hmmm“ ili „OK“, nakon što pacijent govori, terapeut može biti u svom „Udovolji mi“ drajveru podešavajući pacijenta da mu udovolji. Naizgled se čini da je terapeut pažljiv i savestan i dobar davalac stroukova. Pojačanje, ako je učinjeno iz „Udovolji mi“, brzo uspostavlja transfer (jer „Udovolji mi“ obično rezultira jednom Ja sam ne-OK eskalacijom, druga osoba nema „potrebu“ da se boji Kritičkog Roditelja), a možda i permanentno, dok terapeut ne zaustavi svoj drajver.

Terapeut može da izbegne da se ne upeca u svoj drajver „Trudi se“ pažljivim praćenjem zamki.

Pacijent: „Ja stvarno imam problem.“ (Pauza) Ovo je poziv da se terapeut „Trudi“ („Šta je to što želite?“). Odgovor terapeuta nije neophodan.

Ovo su klinički primeri radnog treninga terapeuta s pacijentima:

Terapeut: „U kojim situacijama se osećate depresivno? Kada se to osećanje dodatno pojačava?“ (Dva pitanja u nizu bez odgovora označavaju „Trudi se“).

Pacijent: „Pa, to je teško utvrditi.“ („Trudi se“).

Terapeut: „Da li biste to učiniti sada?“ („Da li bi“ je „Udovolji mi“, a „sada“ je Odrasli.)

Pacijent: „Da, ako zaista želite to od mene.“ („Udovolji mi.“)

Terapeut: „Šta upravo sada osećate u Vašem stomaku?“ („Budi savršen.“)

Pacijent: „Voleo bih da mogu da kažem, postajem tako zbunjen.“ („Udovolji mi“, konfuzija.)

Pacijent: „...onda sam bio u kontaktu s.....“ terapeut: (prekida) „...taj isti stari bes, a zatim šta sledi?“ („Požuri.“)

Pacijent: „Koji je to bio bes?“ („Trudi se.“)

Kada terapeut ne uđe u svoje drajvere, pacijent će ili ostati u svom OK miniskriptu s njim (posledica punjenja svoje OK baterije), ili otići u terapeutove drajvere u nadi da će ga uhvatiti. Ako terapeut odluči da ne bude uhvaćen, pacijent može eskalirati na svoje omiljeno mesto u svojoj ne-OK miniskript poziciji (npr. „Ja sam ne-OK – Ti si OK“, „jer Vi ste me tako zbunili“; „Ja sam OK – Ti si ne-OK“, „jer Vi nemate nikakva osećanja, jer Vas plaćam da mi

pomognete“; „Ja sam ne-OK – Ti si ne-OK“, „jer ako ostanem tih, Vi nastavljate da me analizirate i mislite da sam glup, ako kažem nešto, Vi ćete na to skočiti“).

Terapeut mora biti ubedljiv pre nego što da dozvolu. [29] Kada je terapeut autentičan i dosledan (kongruentan u rečima, tonu, gestovima, držanju, izrazu lica), sa dozvolom za pacijenta, on je u svom OK miniskriptu. Bivajući van svog ne-OK miniskripta i izbegavajući mogućnost pećanja u pacijentov drajver, uspostavlja svoju moć nad tom osobom. Pre nego što će pacijent prihvatiti dozvolu, on mora da oseti da terapeut neće ostati u svojoj ne-OK miniskript poziciji.

Više nego slutnje

Može postojati primarni i sekundarni ne-OK životni skript. Što se životni skript ranije u životu formira, jači je. Sve do i nakon skriptiranja su primeri ranog (pri rođenju ili preverbalnog) primarnog skripta. Ti skriptovi mogu biti proizvodi stopera, dok sekundarni skriptovi, kao što je Otvoren kraj, mogu biti rezultat drajvera. Gašenjem jednog od šest životnih skriptova bez upotrebe miniskripta tradicionalnim tehnikama TA ne postiže se uvek pomak u „Ja sam OK – Ti si OK“ poziciju. [30] Zaključci Janova [31] nisu u suprotnosti s ovim. On je primetio u stotinama slučajeva da kada je pacijent koji je imao mehanizam drajvera „čekati dok se... da bi se nešto učinilo“ („Dok“ skript) prolazi kroz prvobitno rođenje (primal), on više ne manifestuje (FMP, VC, S) ponašanje. U bilo kojoj od ove dve terapije, drajveri su još uvek prisutni – kao poziv na eskaliranje u reket osećanja i više u ne-OK poziciju.

Redosled drajvera može biti koristan u predviđanju ne-OK životnog skripta. Na primer, osobi kojoj je drajver „Budi savršen“ na prvom mestu verovatno će imati „Dok“ scenario, sa stoperima „nemoj biti blizak“, „ne veruj... ..osećaj krivicu“, „osećaj se neadekvatnim“ i „ne budi dete“ ili „ne zabavljaj se“. On će provesti većinu svog ne-OK vremena u svojoj poziciji Osvetoljubivog Deteta (ja sam OK – Ti si ne-OK) igrajući NIGYSOB ili Okrivljivanje, retko eskalirajući do konačne miniskript naplate. Ako tako radi, reketi će biti nevoljen ili neželjen. On može biti u stalnom Odraslom, [32] koji je morao biti „čovek u porodici“, ili jer je bio najstariji, ili zato što njegov otac nije bio u blizini. Njegove igre mogu takođe uključiti uznemirenost - „Ja sam samo pokušavao da pomognem“, Slobodno zidarstvo“, ili „Oni će biti zadovoljni što su me poznavali“. Njega će privući da se oženi ženom kojoj je primarni „Udovolji mi“ drajver.

Fusnote

* Februara 1973. na radionici na San Dijego institutu za Transakcionu analizu Hedžes Kapers krstio je miniskript kao Kahlerov miniskript.

** Posebnu zahvalnost dugujem Stivenu Karpmaun za uredničku pomoć.

REFERENCE

- [1] Steiner, Claude. "Script and Counterscript," TAB, V:18, April, 1966, p. 143.
- [2] Berne, Eric. What Do You Say After You Say Hello? New York: Grove Press. 1972, p. 233.
- [3] Ibid. p. 42.
- [4] Berne, Eric. Sex in Human Loving. New York: Simon and Schuster, 1970.
- [5] Steiner, Claude. "Script and Counterscript," TAB, V:18, April 1966, p. 134.
- [6] Steiner, Claude. Games Alcoholics Play. New York: Grove Press, 1971, p. 47.
- [7] What Do You Say After You Say Hello? p. 205.
- [8] Ibid.
- [9] Peck, Shulamit. Presented at the Eric Berne Seminar in San Francisco, September, 1973.
- [10] Kahler, T. and Cooper, T. "Classifications of Strokes and Discounts," unpublished ms.
- [11] James, M. and Jongeward, D. Born to Win. Menlo Park: Addison-Wesley, 1971, p. 1.
- [12] What Do You Say After You Say Hello? pp. 110,113.
- [13] Ibid. p. 107..
- [14] Selinger, Zelig. Paper presented at the Ninth Annual Summer Conference, San Francisco, California, August, 1971.
- [15] What Do You Say After You Say Hello? pp.132,133.
- [16] Ernst, Franklin. "The OK Corral: The Grid for Get-On-With," TAJ, I:4, October, 1971, p. 23 1.
- [17] Sex in Human Loving, pp. 163-171.
- [18] Harris, Amy. "Good Guys and Sweethearts, TAJ, III:1, January 1972, pp. 13-19.
- [19] Berne, Eric. Principles of Group Treatment. New York: Oxford University Press, 1966, p. 278.
- [20] Schiff, Jacqui. "Reparenting Schizophrenics," TAB, VIII:31, July 1969, pp. 49, 50.
- [21] Transactional Analysis in Psychotherapy. pp. 75,76.
- [22] Schiff, Jacqui. Personal communication.
- [23] English, Fanita. "Episcript and the 'Hot Potato' Game," TAB, VIII:32, Oct. 1969, pp. 77-82.

- [24] Ernst, Franklin. "Psychological Rackets in the OK Corral," TAJ, III:2, April 1973, pp. 19--23.
- [25] Transactional Analysis in Psychotherapy. p. 123.
- [26] Kahler, T. and Stuntz, E. "Treating Stupid Players," TAJ, III:2, April 1973, p. 33.
- [27] Schiff, Jacqui. "Reparenting Schizophrenics," TAB, VIII:31, July 1969, pp. 58-60.
- [28] Such supervision is being done at the San Diego Institute for Transactional Analysis.
- [29] Crossman, Pat. "Permission and Protection," TAB, V:19, July 1966, pp. 152-154.
- [30] Kahler, Linda. Personal communication.
- [31] Janov, Arthur. "Primal Scream" (film), 1971.
- [32] Born to Win, p. 21

Copyright © Taibi Kahler, all rights reserved.

O autorima:

Godine 1974., u vreme pisanja ovog članka, Dr Taibi Kahler, povremeni član nastave, bio je deo tima osoblja San Dijego instituta za transakcionu analizu.

Dr Hedžes Kapers, redovni predavač, bio je u to vreme direktor San Dijego instituta za transakcionu analizu.

*Ovaj članak je originalno objavljen u Transactional Analysis Journal, vol. 4, no. 1, januara 1974, pp. 27-42.

Original članak na: <http://www.slashdocs.com/isikyv/the-mini-script-taibi-kahler.html> i <http://www.docshut.com/ikrznznp/the-mini-script-taibi-kahler.html>

(AW 1977 Taibi Kahler Miniscript and five drivers The miniscript Transactional Analysis Journal 1974, 4(1), 26-42)

Korektura za HRIO: Nataša Pavela Ambrož