
Miniskript

od [Taibi Kahler, Ph. D. with Hedges Capers, Div.M., LHD.*](#)

Vidi takođe [1999 addendum by Taibi Kahler.](#)

SVRHA

Svrha ovog članka je predstaviti 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 usresređeno takođe na individualno skriptno ponašanje iz sekunda u sekund sa životnim skriptom; [4] i na kraju predlaže jednu specifičnu teoriju transakcija (jedne po jedne), prenošenja skripta.

PRETPOSTAVKE

U Steinerovim 'Igrama koje igraju alkoholičari' [5], kontraskript je definisan kao "pristanak na kulturne i društvene zahteve koji se prenose kroz Roditelja". [6] Steiner dalje izveštava da što su zabrane veštice majke ili mahnitog oca uverljivije nego kontraskript, tada kontra skript 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 njegovu naplatu kroz zabrane iz kontrolišućeg Roditelja. Jedan gubitnik je vođen putanjom ka jednoj lošoj naplati provokacijama i prevarama njegovog ludog Deteta iz Roditelja, koji iskušava njegove samodestruktivne demone." [8]

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

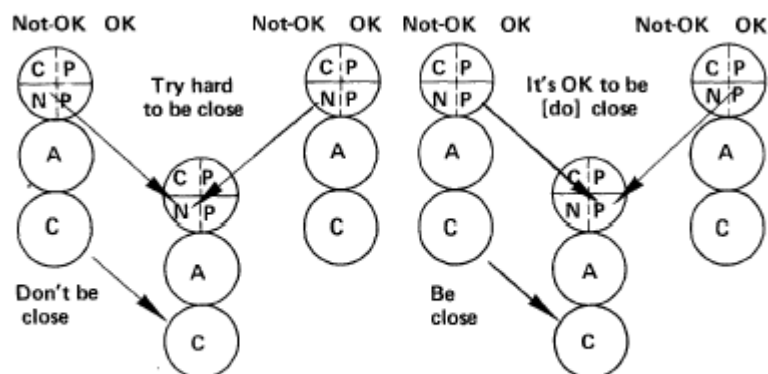


Figure 1

(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. Ovi kontraskript drajveri čine se da su korisni, ali samo pozivajući 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, jednu osobu koja kroz autentičnost gradi svoju sopstvenu sudbinu.

Caperovi veruju da sva ljudska ponašanja počinju s Malim Profesorom kao inicijatorom, što je asocijacija s Kählerovim konceptom unutrašnjeg aktivatora sledeći teoriju Okness -a. Kako je mali Profesor rođen, on je u potpunosti zavistan o mami i tati, kada su oni u svojoj OKpoziciji kao i kad su u ne-OKpoziciji.

Mali profesor oseća da on jednog dana mora biti samostalan. Mama i tata pune jednu ili dve njegove baterije kad njegov život počne. Što su više OK oni, više će njegove OK baterija biti napunjene. Što više oni dodju s ne-OK baterijama, više će se njegove ne-OK baterije puniti. Svaka baterija mora imati određen nivo punjenja pre nego što se može koristiti. Ovo su osećaji Njegovog Malog Profesora i započinje aktiviranje jednog internalnog mehanizma koji će mu pomoći da ima roditelje s sobom tokom celog života, tako je uspostavljena i svrha ego stanja Roditelj. Ovo ego stanje funkcioniše kao magnetofonska traka, koja se uključuje kada je to potrebno. Mali profesor će preživeti, ako može zadržati napunjene baterije. Ako mama i tata prvo pune ne-OK baterija sa diskantovanjem i negativnim stroukovima, [10] on nije u mogućnosti da pokrene sopstvenu OK bateriju - to treba biti učinjeno iz spoljašnjeg izvora u početku - tako Fahrquahr aktivira njegovu NE - OK roditeljsku traku i udara po sebi 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).

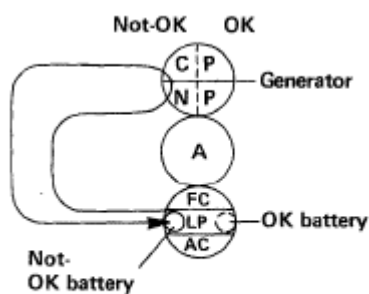


Figure 2

Ovaj ciklus - Mali profesor, kroz ne-OK bateriju, prema ne-OK roditeljskom generatoru, i prema ne-OK bateriji - ne-OK samoodrživosti u postojanju Fahrquahr

Što mu više pozitivnih stroukova mama i tata daju, međutim, više se Fahrquahr -ova OK baterija puni, čime se omogućuje niz samoodržavanja OKpozicije: Mali profesor kroz OK bateriju, kroz OK Roditeljski generator vraća se ka OK bateriji (vidi sliku 3).

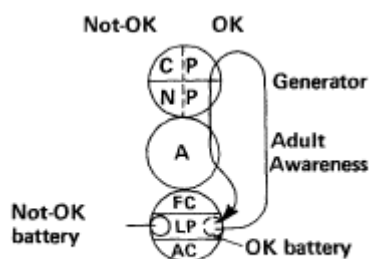


Figure 3

(Ova teorija sugerira primarne unutarnje sekvence u skladu sa sekvencama miniscripta.

Ovi očigledni unutrašnji uzroci nude jedno objašnjenje za prihvatanje discounta ili stroukova u drajverima (diskaunti se odnose) ili dodeljuju (u vezi su s pozitivnim stroukovima). Fahrquahr mora imati neke baterije da bi postojao. Ako on nema dovoljan izvor energije za punjenje njegove OK baterije, i njegova ne-OK baterija je nesigurna, on će tražiti jedan discount ili negativan strouk da bi se njegova ne-OK baterija napunila, nastavljajući tako da produžava svoj život na taj način. Kada Fahrquahr odluči da ne može preuzeti 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 spoljnim stimulusima i povući u smrt

Ovo objašnjenje se uklapa u ideju kontinuuma koji ide od gubitnika ka ne-pobedniku ka pobedniku, koju je predložio Muriel James i Dorothy Jongeward u 'Rođenom pobedniku.' [11]

DEFINICIJA MINISKRIPTA

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

Ne-OK miniskript je jedna sekvenca ne-OK ponašanje (patologija), koja se javlja u nekoliko minuta ili čak sekundi koja rezultira jačanjem ne-OK životnog skripta. OK miniskript je jedna sekvenca OK ponašanja, javlja se u nekoliko minuta ili čak sekundi, što rezultira u jačanju oslobađanja od skripta, samo-usmerenju, autonomnom ponašanju.

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

Ne-OK Miniskript

Dobra terapija čini i 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 ponovno preusmeri njegov život.

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

U ne-OK miniskriptu su kontraskriptni drajveri ,tj., poruke koje se čine da pozvaju osobu da izađe iz njenog ograničenja, ali na duže staze pozvaju je da ide dublje u njega. Na primjer, na ograničenje "Osećaj se neadekvatno" kontraskript drajver može biti "Budi savršeni" (*dobi najbolju ocenu*). Nivo čiste poruke je "ti si neadekvatan." Da bi dete izašlo iz osećaja neadekvatnosti, ono veruje da mora 'Biti savršeno "(dobi najbolju ocenu). Ako ono ne dobija sve najbolje ocene (u Americi 'A') što je postavio, može se osećati još više neadekvatno. Dakle, kontraskript drajver nije izlazak iz skripta, već u stvarnosti, jedan poziv da se ide još dublje.

Mali Fahrquahr se tek rodilo. 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 sličnim njihovim. S ovim skriptnim naočarima Fahrquahr će videti sliku života u skladu izobličenjima opisanim kao stvarnost njegovih roditelja. Nakon malo vremena, oni vide malog Fahrquahr-a gde ide slep od nošenja tih naočara. Oni odlučuju da će za njega da ne bi oslepeo oni

brusiti sočiva za gornji deo stakla na takav način da će moći videti malo, deo kontraskriptnog drajvera.

Kako Fahrquahr raste on će tražiti ljude koji vide isti tip izobličenja – bilo da su prijatelji ili supružnici.

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 osvetoljubivog Deteta, jedan deo Adaptiranog deteta. Aktivno osvetljivo Dete se može videti po igrama 'Došao si mi na zicer ili kroz, na primjer, praktične šale. Pasivno-agresivno ponašanje osvetoljubive dece može se videti u sledećem primeru: Mali Fahrquahr ima ograničenje za "Osećaj zbunjenost" ('Ti si glup'). Od njega se zatražilo da iznese smeće. Pritom ga je izbacio u stranu umesto u kantu za smeće, na travnjak ('osvetoljubivo Dete'), vraća se iritiranoj majci koja je vrištala: "Ti si glup ..." On dobija mito time što ga zove "glupi" (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-agresivno Osvetoljubivog Deteta.

Baš kao što se ne-OK pobuna odražava u Osvetoljubivom Detetovom ponašanju, i OK pobuna se ogleda u ponašanju Slobodnog Deteta, tako osvetoljubivo Dete se ogleda u ne-OK antiskriptnom ponašanju: 1) "Oni možda žive u njihovom kontraskriptu, i prividna pobuna je samo probijanje skripta; "2)" S druge strane, oni mogu živeti po njihovom skriptu i prebacivati se u svoje kontraskriptove, "3)" Oni mogu imati različite 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 od 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 njegovog 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, ne vredan, marginalizovan, beznadan, i tako dalje. Ove četiri pozicije – konačna miniskript naplata - nazvana konačnom, jer osoba može izabrati da izvrši naplatu u bilo kojem od ove četiri pozicije.

Sekvence Ne-OK Miniskripta

Ne-OK miniscript je jedan vidljiv obrazac ponašanja. Sve ne-OK pozicije će se odraziti u ne-OK miniskriptu.

Prvo osoba se ponaša pod uticajem kontraskriptnog drajvera, a onda pazi kako se ponaša pod uticajem ograničenja (koji se mogu pojaviti kao ponašanje Osvetoljubivog Dete kako bi se izbegao Ja sam ne-OK osećaj), a zatim, eventualno, on se kreće u završnu miniskript naplatu ponašanja. To može biti napisano kao formula i diagram 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 "Pomeri se od" pozicija. Položaj osoba 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 miniscriptnoj naplati Ja nisam-OK - Ti nisi-OK, je pozicija "Stići nigde".

Osoba će biti unapred na toj poziciji u svom miniskriptu koja pruža pojačanje za njegovu ne-OK životnu poziciju (e).

Slika 5 odražava relativne "potrebe" koje jedna osoba mora zadržati konstantno 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. On bi potrošio većinu svog ne-OK miniskriptnog vremena (transakcije) u svom ograničenju, drugo najviše u svojoj završnoj miniscript naplati, a najmanje vremena u svom Osvetoljubiv Detetu.

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

1) Nikada, "Ja nikada to ne činim". Kao detetu to mi je bilo zabranjeno od strane mojih roditelja da radim stvari koje sam hteo raditi.'

2) Uvek; ". Ako je to ono što želite činiti, onda možete provesti ostatak svog života uvek radiši to. Ako ste načinili vaš krevet od greha, sada morate ležati u njemu."

3) Dok, "Ti se ne možeš zabaviti dok..'

4) Posle; ". Možete se zabaviti za neko vreme, ali onda nakon toga tvoje nevolje će početi. Ako je život dobar, nešto loše će se dogoditi. Stvari treba uravnotežiti.."

5) Ponovo i ponovo "skoro sam to napravio, ali ne sasvim. Ja radim istu stvar više i više ako je samo, ako se samo"

6) Otvoreni kraj, "Ja nemam plan nakon odlaska u penziju, menopauze, kada deca napuste dom, itd." [17]

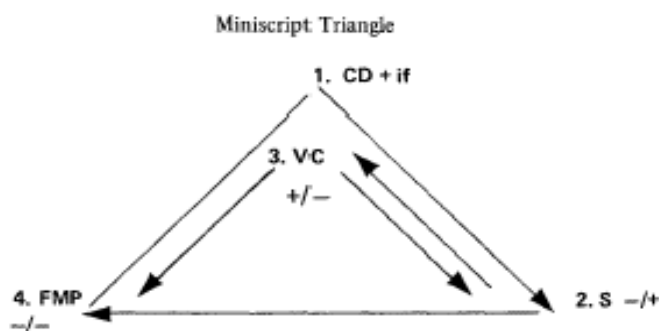
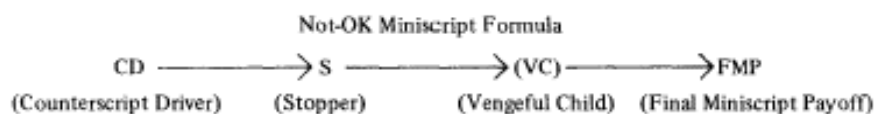


Figure 4

Kontraskript Dražveri

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

"**Požuri**" kontraskript dražver poziva osobu da radi stvari brzo, govori brzo ili brže. Osoba, kada je pod uticajem ovog dražvera, smatra da mora učiniti sve što je "upravo sada." Ona može prekinuti ljude, "požurujući ih" da završe rečenicu, pogledati na sat često, ili dodirivati prste s nestrpljenjem. Kada je zahtev upućen drugima da žure, on je pod uticajem ovog "Požurite". Ovaj kontraskript dražver simbolizuje Belog Zeca, koji tvrdi: "Ja kasnim, ja kasnim, za vrlo važan datum!" Alice mora požuriti da ga uhvati.

Kada je osoba pod uticajem njegovog kontraskript dražvera "**Budi savršen**", ona teži za savršenstvom, ili očekuje to od drugih. Ona može koristiti velike reči, reći više nego što je zatraženo da kaže, ili ispuniti sve. Ona veruje da mora dati mnogo informacija, tako da će je ljudi shvatiti "ispravno". Ona je u zabludi da će, ako nije savršena, to znači da Nije OK. Pedantni drvoseča u Alisi u zemlji čuda koji traži savršenu gramatiku simbolizuje "Budi savršen".

Kada je jedna osoba pod uticajem svog kontraskript drajvera "**Trudi se**", ona poziva druge da se trude s njim. Ona ne može odgovoriti na pitanja direktno, može ponoviti pitanja, napraviti pauzu, otići na tangente, ili reći stvari poput "To je teško za mene", ili "Ne znam" (kad zapravo zna). Primer za drajver "truditi se" je kad je čovek uhvaćen u živi pesak sa sigurnošću njemu na dohvat. Ako se bori (trudi), on će potonuti. Ako se kreće polako i odmereno on će dostići sigurnost.

Kada je osoba pod uticajem svojih drajvera "Budite jak" ona je stoik, držeći svoja osećanja. Ona može govoriti monotono i pokazati male znake uzbuđenja. Spartanski ratnici su bili programirani vrlo rano verujući da umesto osećajući slabost, čovek treba biti jak.

Kada je osoba pod uticajem svog drajvera "Udovolji mi" ona se oseća odgovornom za "činjenje" da bi se drugi osećali dobro. Ona se može slobodno dogovarati s drugima. To može biti važno za nju kako bi se svidela, i može ulagati u dobijanje odobrenja od drugih. Ona može mnogo ranije nego što odgovori na pitanje, klimati glavom često, podizati obrve, reći: "Um hmm" često, ili se zainteresovati "Kako ja to radim?" Ovo je dobar momak ili Srce. [18]

OK MINISKRIPT

(by Hedges Capers)

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, go-er, Afirmativno Slobodno Dete, - i Vau(!)er.

Kada osoba vidi njegov NE-OK miniskript na tabli, ona je suočena s odlukom ili da ga se drži ili da ga se oslobodi i napravi neke nove izbore. Mi smo posmatrali reakcije od "Wow! Mogu to i ja videti" i "ja to mogu promeniti" do uplašene osobe koja kaže: "Šta ću sada učiniti?" Kada jedna osoba razmišlja o promeni, Roditeljske trake se vrte glasnije nego ikad. To je fenomen očajnog pacijenta koji "je sada suočen s arhaičnim strahovima koji je prethodno izbegavao igranjem igara, ispunjavajući tako svoj skript." [19] Često se čini previše napisati jedan novi skript. U ovom trenutku, terapeut crta OK miniskript pored ne-OK miniskripta na granici i to objašnjava, a on i pacijent istražuju OK delove njegovog miniskripta (vidi sliku 6). "Što možete zameniti za drajver?" Životvorna, negujuća dozvola počinje s "U redu je s humorom i nadom i podrškom" terapeut pita: "Šta Vaše Dete treba? Šta Vaše 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, oblikuje specifično za njegovog dozvoljača što predstavlja antitezu njegovom drajveru. Nije moguće ljudski biti savršen, ili očekivati od drugih da su savršeni. On sebe

razočarava s tim nerealnim drajverom. "OK je i ljudski, ne morate ostaviti utisak".

"Požuri", drajver ostavlja osobu da pokušava da bude negde drugde. Njegov dozvoljivač je "To je u redu živeti sada, uzeti svoje vreme. "Imate vremena raditi sve što želite raditi." Umesto "truditi se", dozvoljivaču je "to OK učiniti, to je OK završiti ono što radite, OK je raditi dobro, OK je pobediti. Sviđate mi se baš takvi kavi jeste - ti si divna. Život može biti zabava. "

Kada je osoba u svom **"Udovolji mi"**, ona treba znati da je u redu da se oslanja na svoje sopstvene sudove i brine se o svojim vlastitim potrebama. Ona mora znati da je dopadljiva i njene vrednost ne zavise o sudovima drugih ljudi. OK je za nju da neće biti odgovorna za tuđa osećanja. OK je da prihvati odgovornost za svoja osećanja.

Antiteza za "Budi jak" je dozvoljivač "Budi otvoren" – da bi bio blizu i osetio i izrazio osećaje. **"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 uzeti svoje vreme. Trudi se. OK je to raditi.
Udovolji mi	OK je uzeti sebe u obzir i poštovati sebe
Budi jak	OK je biti otvoren (i brinuti se za svoje vlastite potrebe)

Ove dozvole su dostupne svima nama i čine se, na ovoj tački, da su uključene. Činjenica da pacijent u terapiji pokazuje da on ima neke dozvole za živi i bude. Dakle, baš kao što smo izrazili nesposobnost drajvera dajući mu opciju dozvole (NE-OK Roditelja prema OK Roditelju), tako smo se bavili sa skriptnom zabranom, stoper. Mi dajemo klijentu Dozvolu da poslušna primarnu skriptnu zabranu i 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 vi dajete deci punu korpu opcija i oni biraju ono što im je potrebno ili šta žele. Ne možete ih kriviti ili zaduživati za određene izbor koji oni čine. Nikad nisam poznao roditelje koji daju svojoj deci samo loše poruke. One dobre se mogu staviti u fokus. U 'go - eru', pomažemo klijentu da vidi i zapamti pozitivne opcije koje su mu dali, ili da izabere nove (reparenting) poruke koje on želi.

Za širok raspon "Nemoj biti", poruka, postoje odgovarajući "Budi" ili "Idi" poruke. Mi se bavimo aktivnostima osvetoljubivog Deteta na isti način. Izražavajući Osvetoljubivo Dete, ono može biti zamenjeno odgovarajućim ponašanjem Slobodnog Deteta - i krajnja naplata miniskriptnog osećanja se može dati i zameniti jednim izborom "Wow" osećanja. Umesto osećanja neadekvatnosti - osećati sigurnosti. Umesto nevoljenosti - da se oseća voljeno. Umjesto da se oseća odbačen - osećaju se prihvaćeno.

Važno je da osoba bude u njegovom Odraslom kada su ove metode diskutovane s njim. Stavljanje dva miniskripta na tabli, tražeći od njega da ispuni poruke i osećanja, povećava šanse svoga bića u njegovom Odraslom.

Nije dovoljno samo da znate o našem NE OK. Zadržavajući OK miniskript pomažemo pacijentu da odustane od očaja i ima nadu.

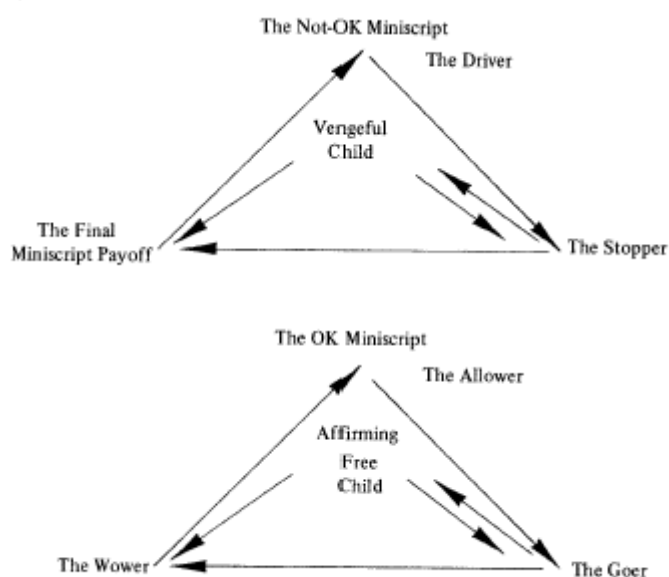


Figure 6

Sekvenca Postajati dobro

Kako osoba u terapiji postaje "sve više OK" i pomera se od gubitnika ka ne-pobedniku prema pobedniku, ona počinje da sluša više OK poruke i zabrane, nego ne-OK. Ona skida svoje slušno pomagalo (zajedno s naočarimama, prisutnim od mame i tate) i počinje slušanje u "ovde i sada." To je, u suštini, roditeljsko –

davanje dozvole sebi za slušanje i odgovaranje na poruke koje čine OK miniscript. Reparenting sa OK miniscriptom se sastoji od slušanja bez njegovog slušnog pomagala nekoga (u redu), koga je ljubio i cenio. To će mu omogućiti da otkrije njegove nove OK miniscript opcije i odabere svoje nove OK miniscript naplate.

Postajati dobro (ja sam OK - Ti si OK) znači pomak od negativnog, ne-OK miniscripta na pozitivan, OK miniscript, koji, nužno, znači gašenje (ne-OK) životnog skripta. Tu je određen uzorak bivanja dobro. Osoba će morati ugasisi prvo poziciju četiri u ne-OK miniscriptu (konačne miniscript naplate), sledeće će morati ugasisi poziciju tri (u osvetoljubivom Detetu), sledeće on će morati ugasisi poziciju dva (stopper-a), poslednje, on će ugasisi svoje drajvere. Ne samo da je ovo bilo posmatrano, ali je isto tako logički dosledno.

S obzirom da čovek provede deset jedinica vremena dnevno u ponašanju drajvera, on može eskalirati u svog stopera sedam jedinica ovog vremena, u svoje osvetoljubivo Dete pet od tih jedinica vremena, i sve vreme u njegovu finalnu miniscript naplatu još samo tri od izvornih deset puta. Sve dok je ne-OK miniscript jedna sekvenca od 1-2, 1-2-3 -, 1-2-3-4 -, 1-2-4, 2-3-4 ili, fokusirajući se na poziciji jedan, osoba smanjuje broj puta da bi mogla prerasti u bilo koji od ostala tri mesta. Smanjenjem broja puta, on je u njegovom drajveru tri, on je stoga ugasio konačno njegovu miniscript naplatu, ostavši zatim sedam puta u drajveru, četiri puta u stoperu i dva puta u osvetoljubivom Detetu. Ako dalje redukuje njegov drajver po dva, on će morati eliminisati osvetoljubivo Dete; i tako ga smanjujući sa još dva eliminisaće stopera.

Sve dok je ne-OK miniscript 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. Zaustavljanje drajver ponašanja je, bez sumnje, lakše nego fokusiranje na reket osećanje poput depresije i to zaustavljati. Korišćenjem različitih reči, menja izraz lica, držanje, podešavanje, menjanje tona, ili menjanje pokreta, moguće je zaustaviti rezultujući osećaj nedoraslosti, zbunjenosti, krivice, brige, ljutnje, depresije, i tako dalje, iz ponovnih doživljaja.

Ne-OK Miniskript Plan

Ne-OK miniskript jest seme iz kojeg izranja (ne-OK) životni skript. U početku Mali Fahrquahr oponaša osećajne obrasce ponašanja. (Ne-OK miniskript sekvence su posmatrane kod jednogodišnje bebe.) Uskoro Mali Fahrquahr počinje integrisati i elaborirati na njegovoj osnovi, čulnih uzroka, 11 zahteva "od mame i tate. On odabira 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 unutar prvih nekoliko godina, ali specifični načini njihovog sprovođenja nisu fiksirani do između godina šeste i dvanaeste.

Miniscript se razlikuje od Bernove formule za skript uključivanjem kontraskript-a. Bernova formula je: Rani Roditeljski Uticaj [Counterscript] Usklađivanje ,Važno Ponašanje isplata. Bernova skriptna formula je linearna, to jest, ona izrasta kao funkcija vremena. Miniscript seme sugerše rast na dve dimenzije - intenzitetom i širenjem. Kako Mali Fahrquahr postaje stariji, što više ostaje u ne-OKpoziciji, to će više biti u skladu s ne-OK porukama koje je prihvatio. Da je prihvatio poruku "osećam se neadekvatnim", više će ostati u svom ne-OK životom skriptu i intenzivnije će omogućiti ovoj poruci neadekvatnosti da to postane. 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, pokušaji, i tako dalje.

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

On pruža osobi prednost identifikovanja specifičnog vremena i načina odlazanja u ne-OK poziciju.

Upotpunjen deo drajvera odražava tipične primere takvog ponašanja konterskripta. Po pomnom ispitivanju transakcija iz sekunde u sekund, osoba može ispuniti njegov ne-OK miniskript grafikon, kao i OK miniskript grafikon.

Kao što igre mogu biti prekinuti u bilo kojem trenutku, tako i ne-OK miniscript. Zaustavljanje ne-OK miniscripta na početnom kontraskriptnom nivou drajvera osigurava, međutim, da nema daljnjih reket osećanja koja su se osećala. Baš kao i sve igre počinju s discountom, [22] tako čineći sve ne-OK miniskripte. S zaustavljanjem igre, osobi ne prestaje njegov ne-OK miniskript. S zaustavljanjem njegovih 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 miniscript odražava strukturalne analize predstavljane ne-OK sekvencama kroz koje jedna osoba prolazi. Ova sekvenca će početi s unutarnjim discountom okidajući jedan ili više od pet drajvera. Kako ona nastavlja prema drugoj aktivnosti sa svojim ne-OK miniscript ponašanjem, osoba očituje transakcione analize. Analiza Igre je posmatrana od John Kestersona, 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 je takođe objašnjena od strane ne-OK miniskript koncepta. Sastavna dinamika prenosa skripta je poziv drugome da prihvati vlastiti drajver, stopera, osvetoljubivo Dete, ili konačnu miniscript naplatu. Mama i tata malog Profesora ga pozivaju da prihvati jedno ili oboje od njihovih drajvera tako da je mogao videti život kako su ga oni načinili. Osoba s drajverom

"Budi savršen" kada postavi pitanje poput: "Koliko je dva plus dva?" može dobro odgovoriti, ako je u svom ne-OK miniscriptu, "To je funkcija osnovnog sistema na koju se odnosi." On je "budi savršen" u matematičkoj teoriji, kao i u gramatici. Ako druga osoba ima blokiranje drajvera kao što su "budi savršen" ili "trudi se" ili "zadovolji me", 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 miniscript odnos, s tom drugom osobom. Kao što će blokiranje ne-OK miniskripta pozvati ne-OK češće i brže, uz pomoć ne-OK dela druge osobe. Osoba kada je u njegovom drajveru za "trudi se" može ponoviti pitanja, a ne odgovoriti na pitanja direktno, pauzirati ili reći: "Ja te ne pratim", uz viku ili zburjen izgled. Poziv na drugo je za njega da prihvati ovaj driver i "Trudi se" da biste dobili početno razumevanje osobe.

Fanita English je predložila vrući krompir ili episcript fenomen [23] Takva pojava postoji na sve četiri pozicije ne-OK miniscripta, a ne samo na napetosti vrućeg krompira (osvetoljubivo Dete). Mada, je predloženi fenomen toplog krompira u skladu s idejom Franka Ernsta koja se sastoji od poziva prolaska od jednog do drugog reketa.

Blokiranje Miniskripta

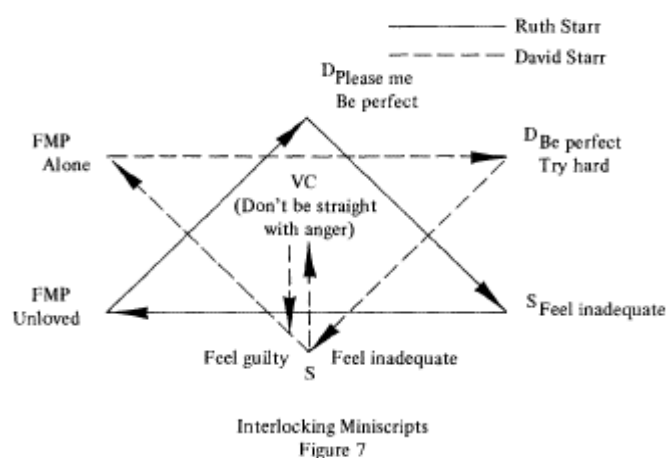
Eric Berne je otkrio dinamiku ne-OK miniscripta u jednoj od svojih grupa:

Gospođa Sayers je ispružila svoje ruke preko prsa gospođe Catter posegnavši za pepeljarom na kraju stola. Kako je stavila ruke iza leđa ona je izgubila ravnotežu i skoro pala s kauča. Ona se oporavila upravo na vreme, smejala deprecatingly, promrmljala "Oprostite!" i smestila se natrag u dim. U ovom trenutku gospođa Catter je skrenula pažnju od gospodina Troy-a dovoljno dugo da promrmlja: "Oprostite." Evo, sažete u nekoliko sekundi, životne priče gospođe Sayer . Ona pokušava biti oprezna, ali radi stvari na jedan neugodan način. Ona skoro oseti bol, ali ga se oslobodi na vreme. Ona se izvini, ali onda neko drugi preuzima krivicu [25]

Elementi od dva blokirajuća ne-OK miniscripta su očita. Gđa Sayer ima drajver "Trudi se" (budi oprezan), oba osećanja "osećati neadekvatnost" (nespretnost) stoperom i konačno "ne osećaj ono što osećaš" (osuđujući smeh) stopera, i, konačno, povrediti osećanja (bol) konačna miniscript naplata. Gđa Catter ima "Trudi se" (sklanja pažnju s gospođe Troy) da bi "Zadovoljila" (izvinite) drajver, jedno "osećanje krivice" (uzeti krivicu) stopera, što će verovatno dovesti do depresije kao konačna miniscriptna naplata.

Osoba će izabrati partnera na bazi blokirajućeg ne-OK miniscripta. Fokusirajući se na dinamiku blokiranja ne-OK miniscriptova, bračni savetnik će moći predvideti 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 miniscripta može biti nacrtan, kao na slici 7. Kad je Ruth u svom drajveru "Udovolji mi i budi savršen," David je pozvan da "Bude savršen", na što on spremno pristane, imajući takav drajver. On je, u ovom trenutku, igra suptilnu igru 'Došao si mi na zicer', "Očito trebali ste misliti o tome ..." (Osvetljubivog Deteta). Ona tada reaguje iz stopera osećajem neadekvatnosti. David tada oseća odgovornost za svoje nedostatke i oseća krivicu, oseća se odgovornim za njega takođe, a ona se povlači s depresijom u njenu konačnu miniscript naplatu nevoljenosti. On promatra nju povlačenjem i okrećući se svojoj konačnoj miniscript naplati usamljivanja. Ruta se može obnavljati pokušavajući da ga zadovolji, i tako dalje, ad infinitum.



Ruth i David izvorno su se upoznali na jednoj zabavi gde su muškarci stavili svoje skriptne naočare na sto a žene njihove na drugi. Dok je vreme prolazilo igrajući se, muškarci su probali naočare svake žene, i svaka žena isprobavala je naočare svakog čoveka. David i Ruth otkrili da su oni mogli videti kroz međusobne naočare - 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 miniscript i (ne-OK) životni skript.

Osnova za sva blokirajuća miniscript (ne-OK) ponašanja je jedno uverenje da "Ja mogu učiniti da se osećate (dobro ili loše) onim što kažem" i / ili "Vi možete učiniti da se osećam (dobro ili loše) onim što mi kažete.

"Ovo pojedinačno verovanje je jedan ključ za svo skriptiranje, kao i za pojedine ne-OK doživljaje. Kada pacijent odustaje od uverenja da su drugi odgovorni za osećanja, on će ugasiti svoja ne-OK ponašanja.

Druga najveća ometajuća poruka je "**Ne razmišljaj.**" Ako osoba koja drži ovo "pravilo", ne može razumeti njegov problem, biti svesna svog stopera, ispitati njegove prošle odluke i razmisliti o postavci novih. "Nemoj misliti" znači ne uključiti se u svog Odraslog. [26]

Miniskript Terapija

Miniscript 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 miniscript sledi određeni red, predvidljivu sekvencu koja omogućuje ovdje i sada konfrontacije skriptnih ponašanja. Na primer terapeut može konfrontirati pacijenta koji se i dalje "Trudi", koji ne odgovara na pitanje direktno sa ugovorom za direktne odgovore. Za pacijenta koji izgleda odsutno ("Udovolji mi") pre odgovora, ugovor se može ponuditi da drži kontakt oči u oči. Ako on "zaboravlja", terapeut može ponoviti ugovor ili koristiti svoje slobodno Dete pomicanjem glave hvatajući pacijentovu pažnju. Ako pacijent i dalje nastavlja da "zaboravlja" ugovor "klizi", to znači da on ima jakog "Trudi se" i mogućih problema s njegovom ljutnjom. (On može imati jedan skript "Nikada" .)

Kada pacijent dolazi na početni intervju, sledeća sekvenca je korišćena. Dopustiti mu da govori nekoliko minuta i približi se njegovom Ne-OK miniscript-u. (Moguće je, fokusirajući se na reči, tonove, pokrete, poze i izraze lica, pokupiti osobin Ne-OK miniscript u roku od nekoliko minuta, čak i ako priča o vremenu). Sekvenca mu je pokazana bez imenovanja, pitajući ga da li je to tačno (ne govoreći mu). Miniscript je neverovatno moćan alat. Kao i svaki 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, ako je potrebno, pruža optimalan poziv pacijentu da uđe u njegov OK miniscript.

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

Objašnjenje Ne-OK miniskripta je onda ponuđeno pacijentu.

Konačna naplata miniskripta je samo reket osećanje, ono nema snage u sebi, može biti naručeno, ispitano, prihvaćeno, odbijeno, ili zamenjeno. Pacijentove aktivnosti Osevtoljubivog Deteta su modeli lutkarskih ponašanja, i to ponašanje nekada poželjno, više ne donosi zadovoljstvo, i on može odlučiti da se ponaša drugačije.

Stoper je snimljen i snimak će tamo ostati - pacijent je napravio odluku po nekada pre nego prihvati zabranu jer se čini najprikladnije u to vreme. On je rekao da to više nije primereno i da on može napraviti nove odluke. Najmoćnije i najlakše prihvaćeno je uverenje da pacijent može razumeti njegove drajvere i odlučiti ne živeti pod njihovim uticajima više. Ovu odluku je najlakše napraviti na ovaj način. Odluka se odnosi na stopera (ponašanje Osevtoljubivog Deteta), a konačna naplata miniscript ponašanja su svi nivoi odluke na osnovu jedne konkretne vrste mišljenja koju najbolje shvaća Dete i otežavajuća za osobu koristeći racionalno

razmišljanje da se nosi s tim. Mišljenje koje je otišlo u odluku da prihvati drajver je načinjeno od strane pacijenta u vreme kada on nije bio dovoljno star da koristiti 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 miniscript naplatu.

Dobra terapija se obavlja kada osoba odluči da zameni svoja loša osećanja dobrim osećanjima. Kao jedna osoba koja primi k znanju svoju ne-OK sekvencu ona je u svom Odraslom (van loših osećanja). Pacijent često kaže "Wow!" ukazujući da je on naučio nešto i to oseća – i na ovoj tački, terapija je počela.

Iako su korištene tradicionalne tehnike, focus u ovde i sada je najbrži način za zaustavljanje ne-OK miniscripta. 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 reketete." Odmah nakon toga, odrasla osoba može analizirati ne-OK sekvencu koji je dopustila da se dogodi takvo reket osećanje. Jedna mera prevencije je vredna jednog tona ozdravljenja.

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

Terapeut treba biti svestan svog sopstvenog životnog skripta i njegovog Ne-OK miniscripta, tako da on ne rizikuje zaglavljajući se sa svojim pacijentima. Neki pacijenti biraju svoje terapeute na osnovu toga kako se oni mogu blokirati na Ne-OK miniscript ponašanje s njim. To nije svesno, ali može ustrajati. Opservacija, preferira snimak video trake, terapijskog sesiona što je vredan način praćenja ne samo pacijentovog miniscripta, već i bilo kojeg ne-OK miniscript ponašanja između terapeuta i pacijenta koje može postojati. (Kamera na svakom se pokazala vrednim.) [28]

Primeri

Terapeut koji ima visok novo drajvera "Trudi se" može "imati problema" u postavljanju ugovora.

Terapeut koji ima visok drajver "Udovolji mi" će obično biti voljen, ali uspostavlja praćenje pacijenta kako bi bilo dobro za njega (Udovolji mi), radije nego uzimajući dobro za njih. Klimanjem glavom, podizanjem obrva, govoreći: "hmm um" ili "OK", nakon što pacijent govori, terapeut može biti u svom "Udovolji mi," postavljajući pacijenta da mu udovolji. To čini kao da je terapeut zamišljen i savestan i jedan dobar davalac stroukova pojačanje, ako je učinjeno iz "Udovolji mi," uspostavlja tranfer brzo (jer "Udovolji mi", obično

rezultira jednom Ja sam ne-OK eskalacijom, druga osoba se ne "treba" bojati Kritičkog roditelja), a možda i permanentno, dok terapeuta ne zaustavi njegov drajver.

Terapeut može izbjeći zaglavljivanje u svom drajveru "Trudi se" pažljivim slušanjem za set-up.

Pacijent: "Ja Stvarno imam problem". (Pauza) Ovo je poziv da se terapeut "Trudi" ("Šta je to što želite?").

Odgovor od terapeuta nije potreban.

Ovo su klinički primjeri radnog treninga terapeuta s pacijentima:

Terapeut: "U kojim situacijama se vi osećate depresivno? Kada se osećate više depresivno?" (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," sada "je Odrasli.")

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

Terapeut: "Upravo šta sada vi osećate u vašem stomaku" ("Budi savršen.")

Pacijent: "Voleo bih da mogu reći, bio sam tako zbunjen." ("Udovolji mi", konfuzija.) Pacijent: "... onda sam bio u kontaktu s terapeut: (prekida)" ... taj isti stari bes, a zatim šta? ("Požuri. ")

Pacijent: "Koji je to bes? ("Trudi se")

Kada terapeut ne ide u njegov drajver, pacijent će ili ostati u njegovom OK miniscriptu s njim (posledica punjenja svoje OK baterije), ili otići u njegov drajver u nadi da će uhvatiti terapeuta. Ako terapeut odluči da ne bude uhvaćen, pacijent može eskalirati na svoje omiljeno mesto u svojoj ne-OK miniscript poziciji (npr., ja sam ne-OK - ti si OK ", jer ja sam tako zbunjen od vas - "Ja sam OK - Ti si NE-OK", jer vi nemate nikakva osećanja, jer Vas plaćam da mi pomogne:

"Ja sam NE-OK – Ti si NE-OK ", jer ako ostanem tih Vi nastavljate da me analizirate i mislite ja sam glup, ako kažem nešto na čega ćete skočiti.").

Terapeut mora biti ubedljiv pre nego što da dozvolu. [29] Kada je terapeut autentičan i dosledan (kongurentan u rečima, tonu, gestovima, držanju, izrazu lica), sa njegovom dozvolom za pacijenta, on je u svom OK miniscriptu. Bivajući Van njegovog NE-OK miniscripta i ne ostavljajući sebi dobit kačenja za pacijentov drajver, uspostavlja njegovu sposobnost s tom osobom. Pre nego što će pacijent prihvatiti dozvole, onda, on mora osetiti da terapeut neće ostati u svojoj ne-OK miniscript poziciji.

Više nego guranje

Mogu 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) primalnog skripta. Ti skriptovi

mogu biti proizvodi stopera, dok su sekundarni skriptovi, kao što su otvoren kraj, mogu biti rezultat drajvera. Gašenje jednog od šest životnih skriptova bez upotrebe miniscripta tradicionalnim tehnikama TA ne postižu uvek pomak u "Ja sam OK - Ti si OK" poziciju. [30] Džanovljevi [31] nalazi nisu u suprotnosti s ovim. On je primetio u stotinama slučajeva da kada je pacijent koji je imao mehanizam drajvera "čekati ... dok se nešto učini"

(Dok skript) prolazi kroz prvobitno rođenje (primal), on više ne manifestuje (FMP, VC, S) ponašanje. U obe terapije, drajveri su još uvek prisutni – kao jedan poziv na eskaliranje u reket osećanja i više NE-OK poziciju. Redosled drajvera može biti koristan u predviđanju ne-OK životnog skripta. Na primer, osoba s broj jedan drajverom "Budi savršen" će verovatno imati 'Dok' scenario, s 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) igra NIGYSOB ili Okrivljivanje, retko eskalirajući do konačne miniscript naplate. Ako tako radi, reketi će biti nevoljen ili neželjen. On može biti u stalnom Odraslom, [32] koji je morao biti "čovjek 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 pomoći, Slobodna masonerija, ili Oni će biti zadovoljni što su znali '. On će biti pozvan da se oženi ženom koja je "ima Udovolji mi" kao njen prvi drajver

Footnotes

* *At the February, 1973, workshop of the San Diego Institute for Transactional Analysis, Hedges Capers christened the miniscript as the Kahler Miniscript.*

** *With special thanks to Stephen Karpman for editorial assistance.*

---REFERENCES

[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.

About the Author

In 1974, at the time of this article's writing,

Dr. Taibi Kahler, Provisional Teaching Member, was on the staff of the San Diego Institute for Transactional Analysis.

Dr. Hedges Capers, Teaching Member, was the Director of the San Diego Institute for Transactional Analysis.

*This article was originally published in the [Transactional Analysis Journal](#), vol. 4, no. 1, January 1974, pp. 27-42.

See also the [1999 addendum by Taibi Kahler](#).

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

<http://www.docshut.com/ikrznp/the-mini-script-taibi-kahler.html>