

# Почему моральные черты так важны в понимании себя?

Алсу Идгаровна  
**САМОЙЛОВА**

Место работы: частная практика, студентка Международного Института Развивающего Транзактного Анализа; Россия; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com), супервизор Мария Тереза Този (Италия) PhD, TSTA-P, супервизор Алла Далит PTSTA-P, ORCID 0009-0003-6815-2633, ResearcherID: IVU-7502-2023.



Alsou Idgarovna  
**SAMOILOVA**

Place of work: private psychology practice; a student of International Institute of Developmental Transactional Analysis; Russia; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com), Supervisor Maria Teresa Tosi (Italy) PhD, TSTA-P, Supervisor Alla Dalit PTSTA-P, ORCID 0009-0003-6815-2633, Researcher ID: IVU-7502-2023.

## Why are Moral Qualities so Important in Understanding Ourselves?

**Аннотация:** В данной статье предлагается доклад Алсу Самойловой и Екатерины Вережан по теме статьи Марии Терезы Този (Италия) PhD, TSTA-P «Личная Идентичность и Моральный Дискурс в психотерапии» (Tosi, 2018), представленный на студенческой онлайн-конференции Института МИР-ТА «Транзактный Анализ в XXI веке», которая прошла 1 и 2 июля 2023 года. В статье приводится анализ оригинального текста Марии Терезы Този об определении личной идентичности в связи с моральными ценностями человека. Предлагается рассматривать личностную идентичность как два базовых измерения — это автобиография и моральные ценности. Как показывают исследования, которые приводятся в статье, именно моральные ценности признаются наиболее важной частью личностной идентичности. Моральные ценности связаны с общим развитием, а значит, необходим новый взгляд на психотерапевтическую работу. Несмотря на распространенное мнение, что моральный дискурс не входит в область терапевтической работы, возможно, пришло время пересмотреть эту тенденцию. Мария Тереза Този подчеркивает необходимость включения морального дискурса в психотерапевтическую практику. Привнесение в терапевтические беседы обсуждения моральных ценностей может содействовать созданию альянса и способствовать личностному росту и социальной ответственности пациентов, что в перспективе имеет целительное значение для участников терапевтического процесса. В этих аспектах духовность можно рассматривать как основу для развития Родительского «Я» с целью привнесения позитивных ценностей и моральных принципов в личностную идентичность.

**Ключевые слова:** мораль, ответственность, моральные ценности, моральный дискурс, автобиографические истории, личная идентичность, личность, социально-когнитивный Транзактный Анализ

**Abstract:** This article presents a paper by Alsu Samoilova and Ekaterina Verezhn at the online student conference «Transactional Analysis in the 21st Century», which was organized by the MIR-TA (World of TA) Institute and took place on July 1st and 2nd, 2023. The topic of the paper is Maria Teresa Tosi's (Italy, PhD, TSTA-P) article «Personal Identity and Moral Discourse in Psychotherapy» (Tosi, 2018). This paper analyzes an original text by Maria Teresa Tosi on the definition of personal identity in relation to person's moral values. It is suggested that personal identity can be viewed as having two basic dimensions, which are autobiography and moral values. As the research cited in the paper shows, it is moral values that are recognized as the most important part of a personal identity. Moral values are linked to the general development, which means that a new perspective for psychotherapeutic work is needed. Despite the common belief that the moral discourse is not a part of the field of the therapeutic work, it may be the time to reconsider this tendency. Maria Teresa Tosi emphasizes the need to incorporate the moral discourse into the psychotherapeutic practice. Bringing the discussion of moral values into therapeutic conversations can help to build an alliance and promote personal growth and social responsibility in patients, which in the long term has healing implications for the participants in the therapeutic process. In these aspects, spirituality can be seen as a framework for the development of a Parent Self in order to bring positive values and moral principles into personal identity.

**Keywords:** morality, responsibility, moral values, moral discourse, autobiographical stories, personal identity, social-cognitive Transactional Analysis

**М**атериал данной статьи публикуется с одобрения Марии Терезы Този, на основании перевода и в результате диалога с автором статьи (Tosi, 2018). Автор статьи Алсу Самойлова имела возможность лично обсуждать материал перевода и получила разъяснения от Марии Терезы Този. Данный материал публикуется под супервизией Марии Терезы Този и Аллы Далит. Клинический случай, описанный в данной статье, относится к частной практике автора.

В статье Марии Терезы Този мы знакомимся с гипотетической историей об одном исследовании (Strohminger, Nichols, 2015). Это история Джима, который попал в аварию и нуждался в пересадке мозга. В эксперименте Джим выборочно теряет разные части мозга, и, соответственно, меняется его способность распознавать объекты, теряются его воспоминания и желания. Главный вопрос, которым задавались исследователи: какие способности влияют на то, что испытуемый остается тем самым человеком, которым был до аварии? Зрение, память, намерения? Эксперимент показал, что именно нравственность является самым драматическим изменением в личности человека. А уже после нее в порядке убывания идут его воспоминания, желания и познание.

Сегодня мы поговорим о том, что нас делает людьми, и каким образом мы продолжаем оставаться собой даже в периоды глобальных изменений и нестабильности. В статье, о которой пойдет речь, присутствуют несколько разделов: о личной идентичности, о морали и нравственности, а также моральном дискурсе.

### **Как личная идентичность влияет на ваше ощущение себя**

Мария Тереза рассказывает о людях, которые проходят огромные изменения. Они как будто перестают быть собой. Вот типичные комментарии тех, кто переживает сильный стресс или проходит через трансформационные процессы: «Я не узнаю себя» и «Я чувствую, будто сбрасываю кожу» (Tosi, 2018).

Действительно, для многих важно видеть общее между своим прошлым и настоящим самоощущением. Исследования травмы, гендерного развития и проблем миграции важны для понимания идеи личной идентичности. Добавлю, что в моей психотерапевтической работе с пациентами, которые проживают непростой период в жизни, часто возникает вопрос «Кто я теперь?», который они задают себе.

Личная идентичность — это активное представление себя. Эриксон пишет (Эриксон, 2019 [первая публикация в 1950]), что она может меняться со временем, но остается стабильной, многогранной и более или менее развитой в зависимости от стадии развития человека.

В социально-когнитивном Транзактном Анализе человек рассматривается как «симфония» многих «Я» (De Luca, Tosi, 2011; Scilligo, 2009; Tosi, 2016). Мария Тереза напоминает, что нарративный подход предлагает рассматривать каждое «Я» как продукт историй, нарратива человека. А раз этих «Я» много, мы и ведем себя по-разному. Идентичность — это как раз ответ на вопрос «Кто я?» и «Какой я?» (Tosi, 2010).

Я согласна с ней и предлагаю вспомнить какой-либо непростой момент в жизни клиента из недавнего прошлого. Если отследить мысли, многие из нас заметят, что они похожи на диалог. Это могут быть даже конфликтные, скандальные диалоги. Таким образом ваши разные «Я» проявляли свои желания.

Дело в том, что наши знания о себе хранятся как воспоминания или истории. Практически всё, что мы знаем о себе, связано с какой-то историей. Идентичность построена как нарратив — то, что можно рассказать. Истории придают смысл и форму нашей идентичности.

Мария Тереза Този утверждает, что для личной идентичности важны наши желания, намерения и черты личности. В рамках ТА они связаны с опытом эго-состояния Ребенка и стилем привязанности человека. Те, кто пережил отвержение в детстве, меньше контактируют со своими желаниями и обычно чаще говорят о других людях — отношениях с ними и их реакциях.

В свою очередь хочу добавить, что привязанность в раннем возрасте возникает, даже если значимый взрослый лишен чуткости или проявляет недостаточно внимания к ребенку. Ребенок вынужден подстраиваться под те отношения, которые у него есть. При этом тот стиль привязанности, который в итоге формируется, как правило, будет проявляться и во взрослом возрасте.

Транзактные аналитики учитывают это измерение и на его основании строят терапевтический альянс и контракт, а также определяют, куда будет двигаться терапевтический процесс.

Что здесь самое важное? Я считаю, что именно значимость наших историй, включая воспоминания или фантазии. Всё это — важные элементы личности, которые помогают поддерживать чувство контакта с собой и постоянства во времени.

### **Мораль — наиболее существенная часть идентичности**

Далее Мария Тереза переходит к рассказу об исследованиях в психосоциальной сфере и философии. Они указывают нам на то, что моральные черты — это важная часть идентичности.

Современный философ Лекальдано (Lecaldano, 2009) говорит, что только если человек берет ответ-

ственность за свои действия и обосновывает свой выбор, он проявляет себя как нравственный человек.

Мария Тереза Този в статье «Личная идентичность и моральный дискурс» подчеркивает, что наиболее важный аспект личной идентичности — это все-таки моральный аспект. Я согласна с Този, ведь именно мораль помогает нам выбрать жизненный путь и влияет на принятие важных решений.

Мораль соотносится с процессами развития человека. Например, есть знаменитая схема Кольберга (Kohlberg, Kramer, 1969), в которой он связывает мораль с когнитивным развитием ребенка. На первом уровне развития дети определяют, кто плохой, а кто хороший согласно авторитету — кто сильнее. На втором появляются моральные правила, которые передали родители. А уже на третьем происходит присвоение всеобъемлющих принципов.

Мария Тереза Този приводит исследование Вестена (Westen, 1990). Он связывает моральное развитие с нарциссическим измерением. Сначала другие люди рассматриваются как инструменты удовлетворения, для комфорта и безопасности. Затем происходит переход от стадии желания и страха наказания к усвоению норм, связанных со значимыми другими. И уже далее человек становится способен к формированию глубоких преданных отношений, в которых другой ценится за свои уникальные качества, а к себе и другим относится как к целям, а не средствам. На этом уровне люди начинают понимать правила и даже считать, что иногда их необходимо изменить, если они могут нанести вред.

Однако эта модель позднее оспаривалась, потому что появились исследования, которые рассматривают чувство морали с точки зрения эмпатии и отношений. Такие исследования полагают, что у ребенка с самого начала есть моральный инстинкт, который связан с чувством сострадания и желанием помогать тем, кто страдает.

Из многочисленных исследований, которые приведены в статье Този, мы видим, что развитие морали связано с развитием эмпатии. Эти два измерения взаимодействуют. Дети рождаются с эмпатией, со временем это чувство развивается и видоизменяется (Gopnik, 2009).

Я считаю, что моральные принципы влияют на качество отношений человека — на то, как он выстраивает общение с близкими, соблюдает договоренности и проявляет себя как партнер.

Из статьи Този мы узнаем: бывает так, что мораль выходит на первый план. Могут возникнуть ситуации, когда человек переживает сильную дилемму или конфликт принципов. В этом случае нарушается самонаратив, если человек предает себя, не учитывая свои потребности. При этом выбор, основанный на мораль-

ных ценностях, не следует путать с детскими ранними решениями, принятыми на эмоциях, когда приходится выбирать из нескольких зол.

Моральный выбор, полагает Този, основан на свободе и ответственности. Это соответствует философии ТА, которая рассматривает человека как способного выбирать и развиваться в соответствии со своей волей.

Однако свобода — это только одно измерение морали, потому что рост происходит и через эмоциональное вложение в других, говорит Този. Моральные черты влияют на то, как вы поведете себя в ходе сотрудничества. Мы хотим знать, кому можно доверять и как различать людей, чтобы найти подходящих социальных партнеров.

По сути, мораль рождается из солидарности с другими и эмпатии по отношению к ним.

Я добавлю: термин «мораль» происходит от латинского *moralitas* — «традиция, обычай», а позднее «нравы». Соответственно, мораль влияет еще и на путь адаптации человека в обществе. Без понимания, что такое хорошо и что такое плохо, невозможно быть среди людей в качестве полноценного члена общества (Oxford Dictionaries, 2017).

## Моральный дискурс

Дискурс — это идеи, представления и мифы, которые предписывают нам правила жизни. Дискурсы влияют на нашу индивидуальность и социальную жизнь. Они формируют наши представления о том, что правильно и неправильно, что является соответствующим, а что негодным. Даже если мы впитываем их неосознанно, дискурсы оказывают огромное воздействие на нашу психику и поведение. Нарушение допустимого дискурсом может вызвать внутреннее страдание и негативные эмоции. Отказ от этого влияния требует самосознания и осознанного выбора. Это важный шаг на пути к самопознанию и свободе.

У дискурсов большая власть: они предлагают нам решения и «накладывают санкции» за нарушения. Приведу свой пример. Если мы руководствуемся дискурсом «надо делать зарядку по утрам», но вот уже неделю выбираем поспать подольше, скорее всего, нам будет стыдно. Самообвинение — частый способ самонаказания за несоблюдение правил, предписанных дискурсами.

Мария Тереза Този поднимает важный вопрос: необходимо ли включать моральный дискурс в психотерапевтическую практику и каким образом? Вопрос не только в этике, хотя кодекс EATA (2012) стал мощным инструментом идентификации транзактных аналитиков во всем мире.

Меня как психотерапевта, ведущего частную практику, тоже интересует этот вопрос. Должен ли тера-

певт непременно поднимать вопрос ценностей, которыми руководствуется пациент? И как делать это не директивно, сохраняя альянс?

Берн, на последних страницах книги «Игры, в которые играют люди» (Berne, 1964), писал, что целью в терапии в ТА является достижение автономии. Автономия проявляется в высвобождении или восстановлении трех способностей: осознанности, спонтанности и интимности. Берн подчеркивал важность «дружеского отделения» от родителей, которое является предварительным условием для автономии.

Известно, что часто психотерапевты предпочитают не обсуждать вопросы морали. Мария Тереза Този предполагает, что избегание темы морали уходит корнями в убеждение, что терапевты должны оставаться нейтральными, чтобы уважать ценности других и не влиять на них. Я и сама сталкивалась с убеждением коллег, что «там, где начинается мораль, заканчивается психотерапия»; терапевт не должен «впадать в морализаторство», наша задача — работать с запросами клиентов.

При этом Мария Тереза указывает на риски ситуаций, когда мы избегаем любого морального дискурса и тем самым, возможно, продвигаем новую, неявную и опасную неэтичную позицию.

Я хотела бы привести такой пример. Допустим, по умолчанию я считаю людей честными и заслуживающими доверия. Однако если возникнет неожиданная неприятная ситуация, и я столкнусь с агрессивным поведением, я уже не смогу полагаться на человека.

Это было выявлено и в ряде исследований: мы признаем других постоянными во времени и стабильными, основываясь именно на чувстве морали. Как это объясняется? Дело в том, что мы социальные «животные», в нас сильна потребность доверять другим.

В прошлом действительно считалось, что психотерапевты не должны влиять на выбор человека. Однако есть исследования, которые говорят, что моральные ценности — важная часть нашей идентичности. Если продолжать избегать вопроса морали, последствием может стать отсутствие внимания людей к ежедневному опыту добра и зла. Я бы добавила, что, замалчивая вопросы ценностей, мы также упускаем возможности для создания дополнительной глубины альянса, которая может возникнуть в ходе обсуждения важных вопросов о том, что является хорошим или плохим для конкретного человека.

Мария Тереза Този задает вопрос: «Почему мы, психологи, не обращаем внимание на то, как формируется чувство морали у людей?». Конечно, в первую очередь мы — психотерапевты. И чувство морали человека с ОКР отличается от чувства морали человека с нарциссическим расстройством или человека зависимого. Този отмечает, что чувство морали — важный аспект,

который развивается и видоизменяется. И прежде всего это связано с эмпатией к другим, а не только к себе. Важные качества психотерапевта, который хочет использовать моральный дискурс в работе с клиентами, — участие, вежливость и осторожность. Този обращает внимание на исследование и осознание моральных ценностей как существенной части идентичности человека.

Со своей стороны добавлю, что в личной и общественной жизни мы постоянно сталкиваемся с вопросом моральных убеждений и ценностей. На мой взгляд, невозможно искусственно избегать обсуждений морали, даже если поставить себе такую цель.

## Клинический случай

Этот клинический случай взят из частной практики автора данной статьи и публикуется с разрешения клиента и с изменением личных данных.

Арианна, 23 года. Обратилась в терапию с проблемой взаимоотношений с матерью и бабушкой. Она родилась вне брака, и ее бабушка была против ее рождения. У Арианны есть молодой человек, живущий в США. Она хочет выйти за него замуж для того, чтобы получить американское гражданство, хотя общение с ним ей неприятно.

В процессе исследования проблемы Арианны выясняется, что она одинока, несмотря на многочисленные любовные отношения с мужчинами. Девушка нуждается в контакте и любви, которые она пытается удовлетворить в любовных связях. Это субъективное измерение в личностной идентичности Арианны, ее одинокое «Я».

На межличностном уровне Арианна не принимает во внимание чувства других людей, с которыми вступает в отношения, так как считает, что людей можно использовать для удовлетворения своих потребностей, а доверять нельзя. Она чувствует, что пострадала и теперь может использовать людей, не испытывая угрызений совести.

На самом деле Арианна проецирует собственное отвергающее Родительское отношение на социум и отказывается от своей ответственности за то, какой вред она может причинить, пытаясь найти любовь, вкус которой она знает, хотя и пытается создать образ старательной и ответственной девушки.

Таким образом, она использует других людей в своих целях, не принимая своей ответственности, считая, что она им ничего не должна.

Если в процессе терапевтического диалога рассмотреть моральные последствия ее поступков, то они могут способствовать размышлениям о моральных правилах, управляющих жизнью Арианны, таких, как: «Ты мне — а я еще подумаю». Или: «Ты мне, а я тебе». Или: «Бесплатно — ничего, а за пенни — самую малость».



Если Арианна преодолит эти правила и выработает более инклюзивное отношение, то тогда она может удовлетворить свои истинные желания и потребности и построить отношения, основанные на взаимном уважении и поддержке, где каждый участник готов признать и принять другого таким, какой он есть, с его достоинствами и недостатками.

Этот пример показывает, как психотерапевт может рассмотреть взаимодействие между двумя измерениями — личностной идентичностью и спиралью отвержения или изоляции.

Моральный дискурс предлагает третий фактор, который помогает направлять выбор, особенно в моменты кризиса — это моральные ценности и осознание последствий выбора. Это особенно важно, когда мы обращаемся к проблемам тех, кто пострадал от гуманитарных кризисов и травм, а также тех, кто находится в контакте с такими пострадавшими.

## Заключение

Итак, статья Този «Личная идентичность и моральный дискурс» предлагает руководство для тех, кто открыт для исследования корней и эволюции моральных ценностей своих клиентов. Моральное развитие играет важную роль в формировании личности. Този подчеркивает необходимость включения морального дискурса в психотерапевтическую практику. Она считает, что темы моральных ценностей должны быть основными в психотерапии, а обсуждение моральных вопросов является важной составляющей этого процесса.

Важно понять, что речь идет не о навязывании своих убеждений клиенту, но о создании безопасной и поддерживающей среды, в которой можно свободно выражать свои взгляды и ценности. Уважение к клиенту и его вероисповеданиям является неотъемлемой частью этических принципов психотерапии.

Человек может создавать свободного и эмпатического Родителя на протяжении всей своей жизни, в этом смысле терапевт может помочь пациенту. Родительское эго-состояние формируется всю жизнь, а транзактные аналитики при необходимости помогают в этом своим клиентам.

## Список литературы

1. Эриксон Э.Х. (2019) Детство и общество. СПб.: Питер, серия «Мастера психологии».
2. Berne E. (1964) Games People Play: The Psychology of Human Relationships. New York, NY: Grove Press.
3. European Association for Transactional Analysis (2012) EATA Ethical Code. URL: <http://www.eatanews.org/eata-2/ethics/> (05.08.2023).

4. Gopnik A. (2009) The Philosophical Baby: What Children's Minds Tell us About Truth, Love, and the Meaning of Life. New York, NY: Picador.
5. Kohlberg L., Kramer R. (1969) Continuities and Discontinuities in Childhood and Adult Moral Development // Human Development. 12 (2). P. 93–120.
6. Lecaldano E. (2009) Un'etica senza Dio [An Ethics Without God]. Bari, Italy: Gius, Laterza & Figli.
7. De Luca M.L., Tosi M.T. (2011) Social-Cognitive Transactional Analysis: An Introduction to Pio Scilligo's Model of Ego States // Transactional Analysis Journal. 41 (3). P. 206–220.
8. Oxford Dictionaries (2017) Morality. URL: <https://en.oxforddictionaries.com/definition/morality> (05.08.2023).
9. Scilligo P. (2009) Analisi transazionale socio-cognitiva [Social-Cognitive Transactional Analysis]. Rome, Italy: LAS.
10. Strohinger N., Nichols S. (2015) Neurodegeneration and Identity // Psychological Science. 26 (9). P. 1469–1479.
11. Tosi M.T. (2010) The Lived and Narrated Script: An Ongoing Narrative Construction // In R.G. Erskine (Ed.), Life Scripts: A Transactional Analysis of Unconscious Relational Patterns. P. 29–54. London: Karnac Books.
12. Tosi M.T. (2016) Social-Cognitive Transactional Analysis: From Theory to Practice // In R.G. Erskine (Ed.), Transactional Analysis in Contemporary Psychotherapy. P. 229–255. London: Karnac Books.
13. Tosi M.T. (2018) Personal Identity and Moral Discourse in Psychotherapy // Transactional Analysis Journal. 48 (2). P. 139–151.
14. Westen D. (1990) The Relations Among Narcissism, Egocentrism, Self-Concept, and Self-Esteem: Experimental, Clinical, and Theoretical Considerations // Psychoanalysis and Contemporary Thought. 13 (2). P. 183–239.