

Хайди Байтингер

Все они в нашей душе – навсегда

Семейные расстановки в индивидуальной терапии. Возможности и границы

Практическое руководство

За последние несколько лет на семейные расстановки по Берту Хеллингеру стали обращать все большее внимание, как на высокоэффективный метод психотерапии.

Удивительное понимание психодинамических связей жизненных конфликтов и симптомов с поворотными событиями в истории семьи, а также глубокое целебное воздействие метода вызывают не только восхищение психотерапевтов, консультантов и психосоциологов, но нередко и желание внедрить его в собственную практику.

Поскольку в повседневной работе не у каждого психотерапевта или консультанта в любой момент имеется в распоряжении группа для расстановки, то важную и ценную альтернативу представляет собой возможность проводить расстановку в условиях индивидуальной сессии.

В данной статье я кратко представлю возможный практический подход к проведению расстановки в рамках индивидуальной терапии и помимо различных возможностей этого метода опишу и границы его применимости. Статья написана на основе моего многолетнего опыта проведения расстановок в индивидуальной терапии.

1. Подготовка расстановки

1.1 Концентрация внимания

Внутренняя собранность клиента всегда является главным условием для проведения расстановки, но при индивидуальной работе она приобретает особое значение. В группе клиент соприкасается с сутью своего запроса и со сплетением семейных судеб в ходе коллективной работы, расстановок других участников и благодаря сгущению энергии в группе.

В индивидуальной терапии этот процесс должен осуществиться в результате терапевтического диалога.

Первый шаг в этом направлении – помочь клиенту сконцентрироваться на его запросе и прочувствовать проблему физически, всем телом.

Если запрос осознаётся только на когнитивном уровне, и человек участвует в расстановке не потому, что проблема для него действительно важна, а из чистого

любопытства («посмотрим, что из этого получится»), или потому что расстановку ему «прописал» терапевт, то эта попытка с самого начала обречена на провал.

Это в той же мере касается и терапевта. Он тоже должен быть внутренне собран. Чтобы максимально соответствовать пониманию системной работы, разработанной Бертом Хеллингером, терапевт занимает феноменологическую позицию, ищет внутреннюю середину и непредвзято отдается тем ощущениям, которые возникают в процессе совместной работы.

Таким образом, в первую очередь усилия терапевта должны быть направлены на то, чтобы переместить внимание клиента и его восприятие проблемы с повествовательного, объясняющего и описательного уровня на физический – телесное, сфокусированное на внутреннем восприятии, которое теснее связано с бессознательным.

Я исхожу из предположения, что коллективное бессознательное как более глубокий уровень бессознательного хранит информацию о семейных судьбах и динамиках и, что спустя поколения клиент в любой момент может получить доступ к этому слою подсознания. Семья всегда присутствует у него в душе.

В то же время терапевт должен сознательно отслеживать свои телесные ощущения и быть открытым для внутреннего резонанса: например, внимательно наблюдать за собственным восприятием пола, почвы под ногами, за дыханием, эмоциональными реакциями. Знакомые терапевту виды телесно-ориентированной терапии могут способствовать восприятию этих чувственных ощущений.

Затем терапевт стремится найти доступ и сконцентрироваться на основном, центральном чувстве клиента, которое определяет его жизненные ощущения, например, чувство «я здесь лишний», чувство постоянного давления или «словно меня здесь нет». Таким образом, его восприятие «здесь и сейчас» актуализируется в терапевтическом кабинете, внимание переносится вовнутрь и концентрируется.

1.2. Знания и внутренняя позиция терапевта

Терапевт рассматривает клиента не как отдельную личность, а как человека, обязательно включенного в систему семьи, разделяющего судьбы и динамики ее членов.

Общаясь с клиентом, знакомясь с его состоянием и проблемой, терапевт внутренне задает себе вопрос: «Кому он выражает любовь таким образом?» или «К кому в системе семьи относится это чувство или поступок?»

Крайне желательно, чтобы терапевт имел опыт участия в нескольких расстановках в качестве заместителя, и чтобы он уже сделал расстановку своей семьи и узнал на

собственном телесном и душевном опыте, что чувствует заместитель, и какое воздействие имеет такая работа на клиента.

Необходимым условием, как для индивидуальной работы, так и для проведения расстановки в группе является глубокое понимание системной динамики, разрешающих процессов, разрешающих фраз и знание технических приёмов. Например, изменение позиции: человека, который пытается уйти из семьи, следуя его импульсу, ставят подальше от остальных, чтобы выяснить путем наблюдений и расспросов реакции членов семьи на эту перемену. Надежная основа для работы – изучение обширно представленной специальной литературы и видеозаписей семинаров.

Чтобы познакомить клиента с методом расстановок, и помочь ему раскрыться для работы, в качестве вступления терапевт может рассказать о важнейших выводах психологии о неосознаваемых нами причинно-следственных связях, порядках и динамиках семейной души и проиллюстрировать рассказ конкретными примерами. Примечательно, что часто можно наблюдать, как клиентов трогают примеры неосознанных сплетений судеб, они кивают головой и, сами того не осознавая, настраиваются на собственную проблему на более глубоком уровне. Когда терапевт рассказывает истории-примеры, часто создается состояние легкого транса, в котором у клиента включается подсознание и начинаются первые поисковые процессы.

1.3. Генограмма

Если создается впечатление, что клиент готов вникнуть во взаимосвязи семейных судеб, терапевт задает вопросы о судьбах членов семьи и составляет генограмму. При этом терапевт может вести записи или положиться на собственную память.

Сначала терапевт расспрашивает обо всех членах семьи, и особенно о тех, у кого была трудная судьба. В любом случае, желательно дойти до поколения бабушек и дедушек, а также осведомиться о судьбах предыдущих партнёров, родителей, братьев и сестёр. На этом этапе терапевт строит первые временные гипотезы о том, в чём состоит переплетение судеб на основании произошедших судьбоносных событий или волнения, с которым клиент о них рассказывает. Тем не менее, терапевт должен быть готов в любой момент отказываться от своих предположений, если расстановка и восприятие в моменте наводят его на другие причинно-следственные связи.

2. Проведение расстановки в индивидуальном режиме на практике

Следующий шаг – это непосредственное проведение расстановки. Терапевт может подготовить клиента к ней, рассказав, что каждый человек несет в себе

пространственное представление (образ) о своих отношениях со всеми членами семьи, которая передает его ощущения в семье. Теперь ему нужно выставить эту картинку на обозрение.

2.1 Тело как инструмент восприятия

Существуют разные технические возможности проведения расстановки в индивидуальной терапии. Некоторые терапевты используют для обозначения членов семьи фигурки из наборов Playmobil или им подобные. Я предпочитаю картонные шаблоны, простые и вызывающие минимальные ассоциации, которые раскладываются на места, которые занимают члены семьи, и на которые клиент потом может встать сам.

Я вырезала мои шаблоны из картона, и они по форме такие, как описываются в книгах по расстановкам (круг с вырезанным сектором, изображающим направление взгляда – для обозначения женщин, четырехугольник с вырезанным клином – для мужчин, большие шаблоны – для обозначения взрослых, маленькие – для детей).

Только встав на шаблоны, можно активно прочувствовать всем телом особенности восприятия системных воздействий и внутренние движения и импульсы заместителей, тогда как простое рассматривание расставленных фигурок ограничивается зрительными впечатлениями и фантазиями. Они скорее способствуют формированию предположений о динамиках, чем выражают реальные душевные порывы.

В работе с расстановками главный инструмент восприятия – это наше тело, им нужно активно пользоваться как в индивидуальной работе, так и в работе с заместителями в группе.

Прежде всего, терапевт должен решить, расстановку какой семейной системы он будет проводить: родительской семьи клиента или его актуальной семьи. Это решение принимается интуитивно, при этом терапевт руководствуется тем, откуда, по его ощущению, исходит больше всего энергии или у кого были самые тяжелые судьбы.

Затем выбираются шаблоны для важнейших членов семьи. В родительской семье – это родители, клиент, его братья и сестры (включая умерших в младенчестве), предыдущие партнеры родителей и их дети, рожденные до брака или в браке. В собственной семье клиента в расстановке представлены, как правило, оба партнера, их дети, важные предыдущие партнеры, общие дети с предыдущими партнерами, а так же абортированные дети.

Расстановка, в которой участвует клиент, ограничивается названными членами семьи. Бабушки и дедушки, тети и дяди и т.д. в расстановку не вводятся, даже если клиент полагает, что они важны, например, потому что они жили в семье.

Для начала важно понять элементарную динамику в основной семье. После этого начинаются поиски человека, на ком сходятся все нити. Нередко для решения оказываются важны совершенно другие люди, чем те, которые предполагались. Основное правило, которым стоит руководствоваться при расстановке: чем меньше, тем лучше. То есть, лучше начать с небольшого количества членов семьи, а потом добавить тех, кого действительно не хватает.

2.2 Расстановка с шаблонами

После того, как шаблоны выбраны, клиента просят сконцентрироваться на запросе и, следуя внутренним ощущениям, по наитию найти место в пространстве для каждого члена системы. Иногда клиенты спрашивают, какую семью нужно расставить: ту, какой она была раньше или какая она сейчас. Подобные вопросы мешают концентрации внимания и работе подсознания, перенося внимания на когнитивный уровень – уровень контроля. Обычно помогают ответы: «просто, следуйте своим внутренним ощущениям» или «как подсказывает давно знакомое чувство».

После того как для каждого из членов семьи найдено место, я прошу клиента встать на все или на самые важные места (братьев и сестер иногда можно пропустить). Клиент начинает со своего собственного места. В этот момент важно сфокусировать внимание клиента на его телесных ощущениях и не позволять ему «рассказывать истории». Основное правило заключается в том, что высказывания должны быть предельно простыми: «Прислушайтесь к тому, *как* вы себя здесь чувствуете? *Какие* у вас ощущения в теле?» Такие ответы как: «мне тяжело, меня тянет вниз», «я смотрю только вдаль» или «я вижу только отца» – указывают на переплетения судеб. Все время пока клиент стоит на шаблоне, терапевт должен пристально наблюдать за его телесными реакциями: куда направлен его взгляд, меняется ли его дыхание или мимика – эти детали могут стать подсказками и помочь обнаружить движения в системе и распознать идентификации.

2.3 Первичная представления о системной динамики

Ещё до того, как клиент начнет вставать на шаблоны, терапевт уже видит пространственный образ семьи, из которого можно получить некоторые сведения о семье клиента и сформировать предварительные гипотезы.

С первого взгляда необходимо прояснить следующее:

- соблюдается ли в системе иерархический порядок (порядок по происхождению) или есть видимое его нарушение (например, ребенок стоит

рядом с одним из родителей в позиции партнера)

- может, кто-то стоит далеко от всех? Не отвернулся ли кто-нибудь?
- не стоит ли ребенок слишком близко к одному из родителей? Возможно, это значит, что ребенок замещает здесь другого члена семьи или стремится спасти или удержать этого родителя в семье.
- если ребенок стоит отвернувшись, в отдалении от всех, следует выяснить, не идентифицирован ли он с каким-либо исключенным членом семьи или не берет ли на себя ответственность вместо одного из родителей. Например, если ребенок чувствует, что мать или отца «тянет» уйти из системы, он неосознанно, движимый слепой любовью, говорит: «Лучше я уйду вместо тебя!»

Какие бы динамики ни наблюдались в индивидуальной работе, терапевт должен проявлять ответственность и осторожность и ни в коем случае безапелляционно не сообщать клиенту «неоспоримые истины». После одной, не самой удачной индивидуальной расстановки, клиентка пришла ко мне в полном отчаянии, потому что терапевт сообщила ей, что на самом деле она не дочь своего отца.

Индивидуальная расстановка ни в коем случае не заменяет расстановку в интенсивном «знающем поле» группы, в которой участвуют живые заместители! Лишь в редких случаях в рамках индивидуальной работы (когда клиент должен сам занимать различные места в собственной системе) можно с той же ясностью и силой почувствовать реакции заместителей друг на друга в поле расстановки. У клиента есть «иммунитет» к метавосприятию своей системы, он привык к этим ощущениям и не может прочувствовать их объективно, как посторонний.

И, тем не менее, в индивидуальном режиме можно выявить неожиданно много системных конфликтов и обнаружить импульсы для их решения. Успех работы во многом зависит от того, насколько важным и актуальным является запрос для клиента, а также насколько он окажется чутким и насколько у него развито визуальное восприятие.

В рамках этой работы будет более уместным, если терапевт не будет называть свои выводы истинами или реальностью, а всего лишь будет высказывать предположения, описывая картину, которую он наблюдает.

2.4 Восприятие указывает путь

Возвращаясь к конкретному опыту расстановки: терапевтическая работа основывается на ощущениях, которые испытывает клиент на своем месте и на местах других членов семьи. Цель работы – найти такое изменение в данной системе, которое, с

одной стороны, выявит динамику переплетений, а с другой, в ходе процесса работы улучшит восприятие системы с места каждого из членов системы и прежде всего, конечно, с позиции самого клиента.

Если на этом этапе клиент не чувствует ничего или у него присутствуют лишь незначительные ощущения, ему не хватает энергии и внутренней вовлеченности, продолжать работу будет сложно. Терапевт должен внимательно и с уважением отнестись к реакции клиента, расценивая ее как указание, что в данный момент клиент еще не готов к этому опыту или, что в данной сессии у него просто нет эмоционального доступа к происходящему, не хватает эмоциональной рефлексии и чуткости.

Здесь существует две возможности: терапевт может рекомендовать клиенту работу в группе, как более подходящий для него формат работы и прекращает начатую расстановку или сам встает на места заместителей и сообщает клиенту, что он на них чувствует. Тогда клиент получит живой образ своей семьи, который, скорее всего, вызовет в нем внутреннее движение чувств и можно будет продолжить работу. В противном случае на этом месте следует завершить сессию.

Если работа только вытягивает энергию, она становится в тягость и если клиент не испытывает эмоционального резонанса, разумнее и эффективнее будет прервать работу и, может быть, вернуться к ней позднее.

Один только образ расстановки продолжает работать в восприятии и вызывает разные внутренние реакции, нередко страхи, с которыми клиент пока не хочет или не может иметь дело.

2.5 Феноменологическое восприятие и феноменологическая позиция

Расстановку никогда нельзя полностью запланировать заранее как четкую программу. Она складывается шаг за шагом из того, что происходит в настоящий момент, здесь и сейчас, в ходе терапевтического диалога. Терапевт следует за потоком происходящего и использует собственные ощущения и реакции клиента для интервенций, которые приходят к нему в виде образов, знаний или импульсов. Они, как будто, появляются извне: терапевту приходят в голову идеи, когда он без намерений и в бездействии отдается общему целому. Это и есть феноменологическое восприятие.

Лучше всего описывать его так, что терапевт, занимающий феноменологическую позицию, находится на нескольких уровнях одновременно: в контакте с собственным целостным телесным ощущением, в контакте со своими теоретическими знаниями и с накопленным опытом. Одновременно с этим он как бы «забывает» эти знания, отодвигает их на задний план, освобождается от них и полностью раскрывается для

восприятия ощущений в настоящий момент. В этот момент он как бы «забывает о самом себе».

Проводя обучение расстановкам, я объясняю, как занять эту позицию, и учу данной форме терапевтического соприсутствия.

2.6 Подготовка первых интервенций

Благодаря феноменологической позиции у терапевта возникает впечатление о том, где и с кем в системе связана сила и энергия, и в каком направлении она течет.

Важными вопросами являются:

1. Кто хочет уйти?
2. Кого не хватает в системе?
3. Присутствует ли в системе серьезная вина?

Когда у терапевта есть представление о том, с какой из этих основных динамик он имеет дело, и он подбирает интервенцию, выявляющую эту динамику в полной мере, чтобы можно было увидеть и почувствовать крайнее ее выражение. Для этого он выбирает человека, который демонстрирует эту динамику наиболее отчетливо – «стоит на краю пропасти» по выражению Берта Хеллингера.

Итак, первая интервенция терапевта – это перестановка одного из шаблонов.

3. Работа с расстановкой: изменение позиций

Если у терапевта складывается впечатление, что в расстановке не хватает человека, с которым, вероятно, идентифицирован клиент, он вводит исключенного члена, причем он должен находиться в поле зрения всех участников, особенно того, кому его больше всех недостает.

Или терапевт переставляет человека, который хочет уйти из системы, подальше от остальных, в соответствии с его желанием, а после этого ищет ему визави – человека, который его притягивает. Для обозначения этого человека терапевт кладет на пол новый шаблон напротив того, кому хочется уйти.

Следующий шаг: терапевт просит клиента протестировать ощущения на собственном месте и на местах других важных в данной интервенции людей и обратить внимание на изменения, произошедшие после перестановки шаблонов. Как теперь чувствует себя клиент: лучше или хуже? Если клиент почувствовал себя лучше, легче и свободнее, значит, мы правильно распознали разрешающую динамику.

Несмотря на это руководство, следует помнить, что динамики бывают очень разнообразными, многослойными и неочевидными, и остерегаться парадоксальной в

рамках феноменологического подхода попытки разработать точный план действий. Данное руководство – всего лишь отправная точка, которая поможет вам погрузиться в этот метод и развить чуткость в его применении.

3.1. Процессуальная работа. Интегрирование и картина решения

Следующий шаг – поиск интеграции, которая возвращала бы исключенное и соединяла разобщенное. Многообразие интерактивных взаимодействий и психодинамических процессов на всех промежуточных этапах, которые демонстрируют заместители в группе, трудно воспроизвести в условиях индивидуальной работы, когда клиент один «отвечает» за всех членов семьи.

В индивидуальной работе нужно сконцентрироваться на следующем:

- найти основную динамику в системе и сделать ее доступной эмоциональному восприятию;
- произвести необходимую для решения перестановку шаблонов;
- перестановка членов семьи должна ориентироваться на динамику и исконный порядок, а отсутствующих или исключенных членов семьи следует снова включить в систему;
- найти разрешающие фразы;
- клиент должен телесно ощутить изменение восприятия и испытать чувство высвобождения эмоциональных переживаний;
- клиент должен осознать и запомнить новое восприятие и разрешающую картину, чтобы они начали работать в его подсознании;
- важно сделать первый шаг на пути к решению, пусть и совсем небольшой.

4. Примеры

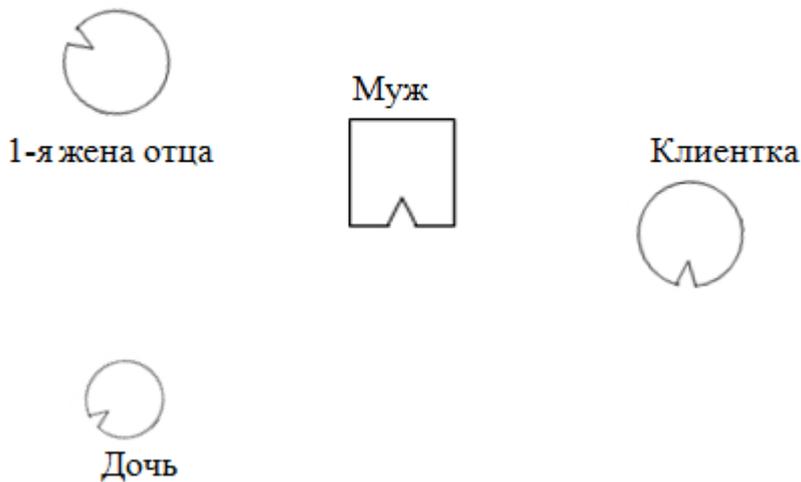
4.1 Нарушения семейной иерархии

Более наглядно представить процесс можно на следующих примерах.

Женщина пожаловалась на то, что у нее испортились отношения и с мужем и с дочерью, они все время ссорились с дочерью. У мужа до нее был недолгий первый брак: у его первой жены развилось психическое расстройство, и из-за этого их брак распался. Вторая жена и сам муж относятся к первой жене пренебрежительно, не принимают ее всерьез: «она не в счет, она же сумасшедшая».

Картина расстановки (рис. 1):

Рис. 1



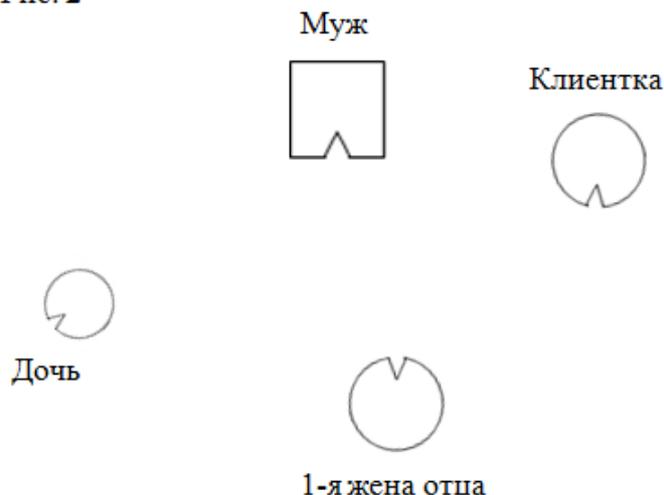
Расположение шаблонов показывает, что первая жена отвернулась, она исключена из системы; нетрудно предположить также, что дочь, стоящая в похожей позиции, замещает эту женщину. Ощущения на отдельных местах подтвердили это: на своем месте клиентка чувствовала угрозу со стороны дочери и сильное напряжение, как будто ей постоянно нужно было быть настороже и все контролировать. На месте дочери она чувствовала сильное напряжение и беспокойство, на месте первой жены – грусть, а на месте мужа чувствовала себя скорее безучастно и равнодушно.

Первая интервенция должна была обнаружить самое яркое и самое энергетически важное, т.е. не «ходить вокруг да около», а сразу вскрыть предполагаемую динамику. В одиночной сессии, как и при расстановке в группе, мы двигаемся за самым мощным потоком энергии.

В описанном случае терапевт сразу поставил в центр внимания исключенное лицо, первую жену, чтобы ее могли видеть как клиентка, так и ее муж.

Первая перестановка (рис. 2):

Рис. 2



Чтобы направить все силы на решение проблемы после этой перестановки мы не проверяем новые ощущения на всех позициях, а концентрируем внимание на позиции клиентки. Когда клиентка снова встала на свое место в расстановке, для нее была важна только первая жена ее мужа, и стоять напротив нее ей было неприятно.

Вместо того чтобы более подробно разбираться в этих реакциях, терапевт в индивидуальной работе сразу переходит к разрешающим фразам и к разрешающим или упорядочивающим действиям.

Терапевтическая цель и процесс на этом шаге существенно отличаются от обычных! Речь идет не об эмпатическом понимании, не о выражении переживаемых чувств или об осознании их происхождения, а о том, чтобы назвать и немедленно исправить системное переплетение судеб, и восстановить исконный порядок, найденный терапевтами путем эмпирического опыта. Терапевт проявляет эмпатию только по отношению к общей душе семьи и к тому, что требуется для ее исцеления.

Терапевт переводит отношения из одной плоскости в другую, с уровня осознанных личных ощущений на бессознательный коллективный уровень души семьи, которая не дана нам в ощущениях, но оказывает воздействие на жизнь конкретных членов семьи и заставляет их страдать.

Если в индивидуальной работе найдена динамика и недостающий человек, терапевт ищет возможность интегрировать его в систему. Для этого нужно восстановить исходный порядок.

Исходный порядок (рис. 3):

Рис. 3



Раскладывая шаблоны, терапевт может рассказать об иерархии отношений в семейной системе, о том, как важно уважать первого партнера для того, чтобы благополучно складывались последующие отношения и чтобы дети позднее его не замещали, если его обделили уважением.

Итак, я прошу клиентку занять ее место в упорядоченной системе семьи и прислушаться к изменениям в ее ощущениях.

За перестановкой следует «процессуальная работа», на этом этапе происходит называние динамики и разрешающих действий, которые клиентка затем выполняет.

Я поставила клиентку перед первой женой и попросила ее произнести вслух следующие разрешающие фразы: «Ты – первая жена, а я – вторая, у меня есть муж, потому что ты его потеряла. Теперь я уважаю тебя как его первую жену». Она произнесла это с большой неохотой. Я попросила ее поклониться первой жене. Если клиентка возражает, можно сказать ей, что к действию не обязательно относиться серьезно: «Вы не обязаны чувствовать это на самом деле, просто поклонитесь и все».

Терапевт руководствуется знанием о том, что в системе семьи имеется неосознанная разрешающая сила, которая действует в соответствии с заданным порядком и направлена на примирение и интеграцию всех членов семьи.

В процессе работы очень важно найти подход к эмоциональным движениям клиента и дать импульс его подсознанию в направлении этой разрешающей силы, релевантной для данной системы, а не задерживаться на сознательном уровне привычного опыта (к примеру, не обсуждать с клиентом, «как это бывает в жизни»). Насколько хорошо это удастся, зависит как от отношений, которые сложились у клиента с терапевтом, так и от различных индивидуальных факторов. Главное здесь – не идеально удавшийся, глубокий и полный опыт разрешения проблемы, а упорядоченная и

интегрированная системная картина семьи, полученная клиентом и дающая его душе первый импульс.

Если клиенты решаются на поклон, как правило, они испытывают облегчение, может быть, первоначальное неприятное чувство меняется или вовсе исчезает.

В центре внимания все время должны оставаться внутренние ощущения и телесное восприятие клиента, к ним нужно все время возвращаться, задавая, например, такие вопросы: «Что ты при этом чувствуешь?», «Что изменилось?»

После поклона, в результате которого у клиентки появилось чувство примирения и разрешения, она вернулась на свое место в новой семейной иерархии. В группе после этого, вероятно, и муж отдал бы дань уважения своей первой жене. Но в индивидуальной расстановке я, как правило, не прошу клиентов выполнять действия за других людей, а прошу только вообразить их. Я рассказываю им о происходящем на этом этапе в группе, полностью проговаривая разрешающие фразы и описывая ритуалы, которые считаю здесь уместными. Итак, я описала эту сцену, и клиентка сказала, что стала по-другому ощущать присутствие мужа, по-новому и рядом, а до того он словно отсутствовал.

Когда найдена правильная иерархия и хорошее место для решения, мы из него прослеживаем отношения с другими «проблемными» членами семьи. В данном случае клиентка посмотрела на дочь, и я попросила ее сказать дочери: «Ты моя дочь. Ты никак не связана с первой женой. Я – большая, именно такая, какая тебе нужна». И в отношениях с дочерью тоже наступило облегчение.

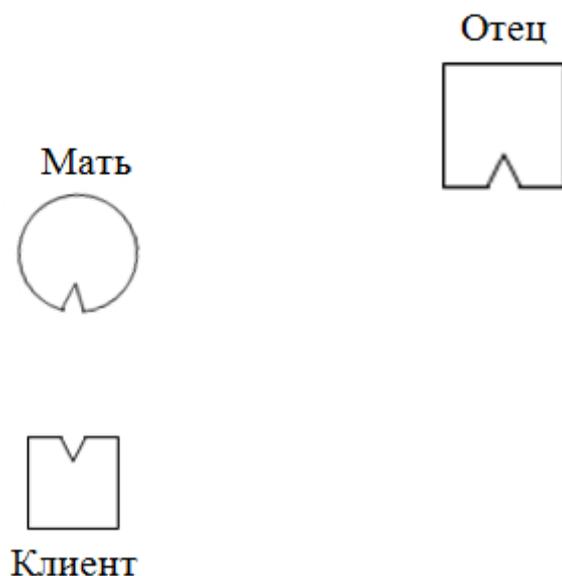
Найдя решение и ощутив прилив сил и энергии, мы заканчиваем расстановку и больше не говорим о ней. Я прошу клиентку ещё раз прислушаться к новому чувству, принять его в себя, сохранить в душе и выйти из расстановки. После этого нужно как можно быстрее закончить сессию, чтобы новый опыт не расплылся в разговорах и чтобы не мешать ему действовать в душе клиента.

4.2. Идентификация и парентификация

Молодой человек жалуется на неудачи в отношениях с женщинами. Он часто чувствует себя «как будто совсем не здесь». Расстановка показывает, что он поместил себя очень близко к матери; с ней у него сложились особенно близкие, трепетные отношения, а с отцом – наоборот: клиент «вообще не понимает, как с ним общаться».

Картина расстановки (рис. 4):

Рис. 4

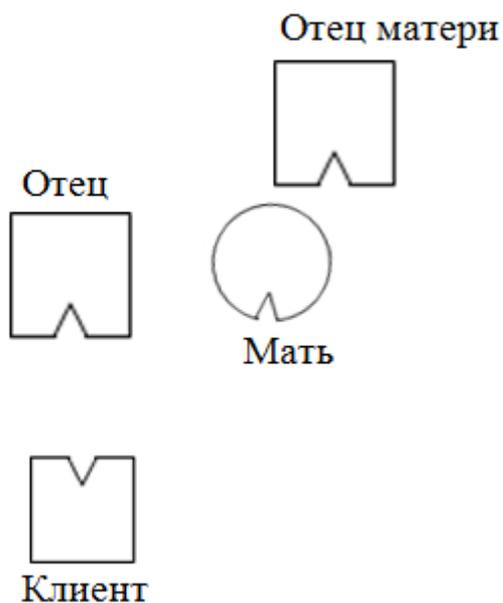


На месте матери ему стало очень грустно. В ходе расспросов выяснилось, что отец матери погиб еще до ее рождения. Когда я положила позади него шаблон, обозначающий дедушку, он почувствовал приятное тепло в спине, а когда я попросила его отойти в сторону, ему стало явно легче. Он замещал для матери отсутствующего отца (парентификация).

Терапевт восстанавливает нарушенный порядок в семье, помещая отсутствующего дедушку позади матери (слова терапевта: «Теперь, когда мы знаем, кого недостает маме, разложим шаблоны по-другому»). Я попросила клиента прислушаться к его ощущениям на новом месте и представить себе, что мать прислонилась к своему отцу – с любовью и чувством исполненного заветного желания.

Заключительная картина расстановки (рис. 5):

Рис. 5



Во время процессуальной работы я попросила клиента встать перед дедушкой, поклониться ему и отдать дань уважения, чтобы освободиться от идентификации с ним. Фраза «Я принимаю тебя, теперь ты в моем сердце. Ты – мой дедушка, а я – твой внук» освободило клиента от сильного напряжения, на глазах у него выступили слезы. После этого я поставила его напротив матери и попросила сказать ей: «Я – твой сын. Я не твой отец». Эта фраза принесла ему облегчение и освобождение.

Разрешающие фразы еще раз называют динамику переплетения и новый исцеляющий порядок. Важно, чтобы клиент представил себе, как он смотрит в глаза своему визави, и почувствовал к нему любовь, насколько это возможно на данном этапе.

Тем самым он вступает в контакт с человеком, которого он неосознанно замещал, и этот контакт прекращает идентификацию с ним. Теперь тот член семьи, который был замещен, занял свое собственное место в семье, его самого и его трудную судьбу здесь чтут.

Поскольку клиент был полностью вовлечен в страдания и судьбу своей матери, он не мог, как следует, ощутить присутствие отца и войти в контакт с ним. Я попросила его встать перед отцом и сказать ему: «Я с тобой. Я не имею ничего общего с дедом» – это принесло ему большую пользу,

Таким образом, он обрел новый источник энергии, усиливший в нем мужское начало и противостоящий старой идентификации. Эта сила сблизила его с отцом.

В работах Хеллингера можно найти широкую «палитру» разрешающих фраз. Эти «готовые» разрешающие фразы могут служить полезными ориентирами, и все же терапевт должен доверять той формулировке, которая возникает у него в ходе конкретной работы, и составлять фразы в зависимости от ситуации, индивидуально и учитывая конкретную ситуацию клиента.

5. Краткий обзор возможностей метода

Для некоторых клиентов расстановки в индивидуальной работе бывают удивительно эффективными по интенсивности ощущений и по действенности решения. Но бывают клиенты, на которых расстановки «вообще не действуют». Выше я уже называла некоторые возможные причины. Я считаю, что расстановка – это всегда полезный опыт, на который следует отважиться терапевту, так как даже небольшие фрагменты такого опыта могут вызвать ценные импульсы для дальнейших психодинамических процессов.

По моему опыту, индивидуальные расстановки работают особенно хорошо, если мы имеем дело с нарушениями в семейной иерархии. Особенно хорошим инструментом

будет расстановка при решении проблем в отношениях пар, когда нужно отдать дань уважения предыдущему партнеру. Расстановка в индивидуальном режиме также вызывает разрешающее движение в случае «простой» идентификации, если в системе недостает членов семьи, которых легко «распознать», как, скажем, в приведенном примере – отца матери, умершего в молодости.

6. Границы метода расстановок в индивидуальной работе

Если мы имеем дело с множественным переплетением судеб, с динамикой тяжелой вины или если в семье имеется несколько сложных судеб, так что невозможно точно установить, какая из них оказывает влияние на клиента, нередко мы наталкиваемся на границы возможностей расстановок в индивидуальном режиме. Только по ощущениям клиента почти невозможно исследовать сложные причинно-следственные связи. Для этого клиенту нужны заместители в «знающем поле» групповой расстановки.

Еще часто бывает, что разрешающую силу во всей ее интенсивности можно ощутить только в группе. В моей практике были такие индивидуальные расстановки, которые – по моим ощущениям могли подействовать, но не вызвали в клиенте никаких решительных изменений. А когда этот же клиент пришел в группу, он пережил процессы, удивительно схожие с процессами в индивидуальной расстановке. Однако только соприсутствие живых заместителей освободило его из переплетений судьбы.

Как я уже писала, индивидуальная расстановка требует чуткости от клиента и терапевта, их собранности на запросе. Некоторые клиенты настолько втянуты в свою системную динамику, что не готовы к метавосприятию и не способны прислушаться к своим ощущениям на шаблонах.

Даже если в семье известны трудные судьбы и сразу можно предположить, что они системно переплетаются с судьбой клиента (например, отец клиента рано остался без отца), реакции заместителей в группе иногда показывают совсем другую динамику: например, что клиент следует за матерью, которая явно хочет уйти (хотя никакой информации об обстоятельствах ее жизни у нас нет). В индивидуальной работе здесь, скорее всего, начали бы искать связь с судьбой отца, и терапевту пришлось бы долго ломать голову, почему его усилия не оказывают воздействия на клиента.

Иногда не известно о каких-либо роковых событиях, влияющих на судьбу клиента, хотя в то же время системное нарушение очевидно. В таком случае только заместители могут прояснить душевное движение или картину динамики, скрытую в семейной душе за пределами сознания, догадаться о них было бы невозможно, какие бы конкретные сведения о событиях в семье нам ни сообщали. Семейные тайны тоже, как правило,

раскрываются с помощью расстановки в группе, ведь для самого клиента эти темы остаются табуизированными. Все эти сложные взаимосвязи почти невозможно прояснить при помощи расстановки в индивидуальном режиме.

Описанный в данной статье опыт семейной расстановки в индивидуальной работе и полученные с ее помощью сведения, импульсы и разрешающие движения стоят того, чтобы отважиться на этот шаг. Они обогащают терапевтическую работу и часто обнаруживают неожиданные перспективы и новые источники сил.

Об авторе:

Хайди Байтингер (1954 г.р.) – дипл. психотерапевт, супервизор, частная практика с 1979 г. С 1984 г. Занимается системно-феноменологической работой по Берту Хеллингеру. Прошла обучение и повышение квалификации в гештальттерапии, гипнотерапии по М. Эриксону, НЛП, различные методы краткосрочной терапии, энергетическая терапия по Ф. Галло. Специализация: терапия травмы, психосоматика, работа с расстановками в индивидуальном режиме, повышение квалификации, супервизия. Преподаватель различных курсов повышения квалификации по работе с семейными расстановками.

Публикации:

- Нужна ли последующая работа после семейных расстановок? Вебер, Гунтхард (Автор): Практика семейных расстановок, Изд-во: Carl Auer Systeme Verlag, Гейдельберг, 1998, стр. 203 - 207
- Провоцирование психотического состояния через семейную расстановку и его преодоление с помощью психотерапевтической и классической гомеопатической помощи. Там же: стр. 443-445
- Организационные расстановки в индивидуальной практике: крайняя мера или хорошее решение при крайних обстоятельствах. Вебер, Гунтхард (Автор): Практика организационных расстановок. Изд-во: Carl Auer Systeme Verlag, Гейдельберг, 1999
- Влияние семейных расстановок на комплекс психосоматических симптомов и важность индивидуального терапевтического сопровождения. В: Практика системных расстановок, выпуск 2, 1999
- Возможные пути к непредвзятой терапевтической позиции и феноменологическому взгляду. Вебер, Гунтхард (Автор): Ветер поднимает в небо много воздушных змеев, Изд-во: Carl Auer Systeme Verlag, Гейдельберг, 2001