

Истоки семейных расстановок по Берту Хеллингеру

Работа с расстановками, которая сегодня по всему миру известна, как «работа по Хеллингеру», была разработана Бертом Хеллингером в 80-х годах прошлого столетия. С тех пор она была расширена, значительно дополнена и переформулирована по большей части сама по себе, но также благодаря некоторым ученикам, которые внесли свой вклад в концепцию, которая сегодня известна, как работа с расстановками. То, что началось, как семейные расстановки, получило развитие и сегодня это целый спектр различных форм расстановок. С помощью расстановок можно визуализировать не только семейные системы и организационные структуры, но и все, что занимает нас ментально, можно рассматривать с помощью расстановок. По видимости, все внутренние когнитивные элементы, разделенные на смысловые составные части, могут быть репрезентированы в пространстве и приведены в новый, более осмысленный порядок. Для того чтобы понять эту чрезвычайно сложную работу, имеет смысл обратиться к ее истокам, из которых можно понять зачастую поразительные и сложные для понимания интервенции. Если учесть, что работа с расстановками начиналась с семейных расстановок, то очевидно, что в основе работы лежат теории и методы групповой, индивидуальной и системной терапии. Элементы различных форм терапии были обобщены и дополнены Бертом ХЕЛЛИНГЕРОМ, и позволили ему развить свои философские взгляды в собственный уникальный метод, а также утвердили его высокий авторитет в качестве терапевта и мыслителя.

Когда Берт ХЕЛЛИНГЕР в 70-х годах начинал работать терапевтом, его основным направлением развития была психотерапия в групповой динамике, психоанализ, транзакционный анализ и первичная терапия. Позднее к ним добавились семейная терапия и гипнотерапия. Его познания охватывали не только знания из индивидуальной терапии и анализ проблем человека в контексте его биографии, но и знания из групповой и семейной терапии и анализ проблем с точки зрения нарушения баланса в биологической системе. В работе по Хеллингеру удастся объединить оба направления в одно целое, хотя и кажется, что они находятся в противоречии и исключают друг друга.

Групповая динамика:

Важный тезис **групповой динамики** гласит, что группа является нечто большее, чем просто совокупность отдельных индивидуумов, что также абсолютно справедливо для семьи, как для первичной группы. Группа является самостоятельным организмом, который формируется, растет и развивается. Отдельные члены взаимодействуют друг с другом, при этом должен соблюдаться один из главных принципов Вацлавика: невозможно не коммуницировать и не взаимодействовать. Часто именно исключенные

члены семьи, коммуникация с которыми нарушена, являются самыми главными людьми в семье. Группы формируют свои нормы, устанавливают границы, распределяют роли и накапливают предрассудки в отношении посторонних (см. Доймлиг и др.). Нарушение норм наказывается, солидарность внутри группы ставится выше, чем солидарность с другими людьми. Группы ориентированы на выполнение задач, и для их выполнения они используют отдельных ее членов. В группах царит определенный порядок, которому следуют ее члены. Таким образом, групповая динамика имеет ряд принципов, которые регулируют отношения между членами группы, и которые позднее сформулировал и описал Хеллингер для семейных расстановок.

Трансакционный анализ

Если групповая динамика естественным образом отражает явления, протекающие в группах, объясняет проблемы и нарушения сложностями адаптации к групповым процессам, то **трансакционный анализ** – это такой метод, который хоть и применяется не только в индивидуальной терапии, но объясняет нарушения, исходя из биографического опыта. Эрик Берн, основоположник трансакционного анализа, изучал труды трех великих аналитиков Фрейда, Адлера и Юнга и объединил их исследования в собственную модель терапевтической работы. У Фрейда он перенял структуру личности, но нашел новые определения терминов «Я», «Оно» и «Сверх-Я». «Оно» у него – эго-состояние ребенка, разделенное на адаптивного, бунтующего и естественного ребенка. «Сверх-Я» становится родительским эго, в котором различают заботливое и карающее родительское эго. «Я» получило название эго-состояние взрослого и здесь подчеркивается рациональность мышления личности, взрослого человека. Ребенок получает информацию о себе и жизни, прежде всего, от родителей и через проживаемый опыт, что ведет к формированию индивидуальной структуры Я. В **структурном анализе** собирается информация об отдельных частях Я, и тогда ставится ясным индивидуальное исходное состояние (жизненные позиции ОК и не ОК).

Ведение внутреннего диалога ведёт к **анализу трансакций**. Когда мы ведём внутренний диалог с самими собой, проявляются отдельные части Я. Наказывающее или строгое родительское Я обращается, например, к ребенку и запрещает ему что-то, и это приводит к тому, что уже взрослый человек налагает на себя ненужные ограничения или может действовать вопреки возникающим во внутреннем диалоге ограничениям только из-за чувства вины. Эрик Берн, на основе анализа трансакций разработал инструмент, с помощью которого можно сделать доступным для терапевтического исследования внутренний диалог. Простота описания, вероятно, является секретом большого успеха его метода, разработанного в 70-е и 80-е годы прошлого столетия.

Анализ игр рассматривает пересекающиеся и повторяющиеся модели коммуникации между людьми. Берн исходит из того, что модели психологических игр снова и снова проявляются в межличностной коммуникации. Под играми понимается последовательность транзакций, результат которых заранее известен, Берн делит игры на конструктивные и деструктивные.

Кроме того, основным компонентом транзакционного анализа является **анализ сценариев**. Под сценарием жизни Берн понимает неосознанно выбранный план жизни, которые человек формирует в детстве, а затем претворяет в жизнь. Он следует ему, не осознавая этого. Оглядываясь назад, этот жизненный сценарий проходит красной нитью через всю жизнь, которая становится заметной при эпизодических переживаниях эффекта дежавю. Он запускается через, так называемые, «рэкетные чувства» («rackets») или подменные чувства, которые возникают на месте недозволённых в семье чувств и которые перекрывают первичные импульсы и чувства. Подменные чувства часто проявляются в конце психологической игры. Они не поддаются терапевтической корректировке, и будет лучше всего, если терапевт в процессе работы будет их игнорировать. Если терапевт обращается с «рэкетными чувствами» как с первичными процессами, он будет непосредственно втянут в игру и потеряет свою терапевтическую силу. Концепция сценариев БЕРНА имеет сходство с концепцией стиля жизни А. АДЛЕРА (см. АНСБАХЕР), с помощью которой АДЛЕР описывает как основные внутренние установки человека, так и нацеленность человеческого поведения. БЕРН дополняет концепцию стиля жизни анализом сказок и мифов, которые позаимствованы из учения К. Г. ЮНГА об архетипах. ЮНГ определяет архетипы как межкультурные паттерны, которые сохраняются в коллективном бессознательном. Транзакционный анализ рассматривает их, как фон, формирующий сценарии.

Берт ХЕЛЛИНГЕР в своей работе, в качестве терапевта, в 70-е и 80-е годы придавал большое значение сценарному анализу. До 90-х годов он предлагал свои курсы по сценариям, которые обеспечили ему репутацию терапевта и мыслителя. В рамках этих курсов были выполнены первые семейные расстановки, и он впервые представил результаты своих изысканий. В отличие от транзакционного анализа Хеллингера в скором времени предположил, что важные части сценариев не найти, анализируя сказки, а сказки являются только «моделями» для историй и судеб из собственной семьи (см. ГРОСС и ШНЕЙДЕР). Понятие коллективного бессознательного, введенное ЮНГОМ, он дополнил своим открытием, что у семей и групп есть коллективная совесть, которая не зависит от личной совести и напрямую личной совести не доступна. Только оказывая влияние на нашу жизнь, она становится осязаемой, но она не подвластна нашим чувствам.

Первичная терапия

Как и транзакционный анализ **первичная терапия** объясняет возникновение психических проблем событиями в биографии человека. В начале 70-х годов Берт Хеллингер приехал в Лос Анжелес к основателю первичной терапии А. Янову, и учился этому методу у него лично. Первичные терапевты считают, что человеческий организм начинает сохранять воспоминания с самого момента зачатия и в процессе развития накапливает травматические переживания, причем наиболее ранние переживания оказывают более глубокое воздействие. Травматические переживания блокируются и, таким образом, исключаются из сознания и воспоминаний, однако эти блоки негативно сказываются на развитии человека и его способности к восприятию, эти изменения могут затрагивать даже клеточный уровень. В первичной терапии эти блоки могут быть устранены за счет повторного переживания, возвращения к месту событий из прошлого и повторного формирования старых травматических переживаний. Материалом для работы являются чувства. Первичная терапия – это интенсивная эмоциональная терапия с частыми катарсическими проявлениями. Особое значение придается повторному проживанию рождения, которое часто является хоть и травматичным, но и одним из важнейших событий в жизни, также работа может быть сфокусирована и на пренатальных чувствах. Берт ХЕЛЛИНГЕР вплоть до 90-х годов наряду с курсами сценариев, проводил курсы первичной терапии. В 70-х и 80-х годах он был одним из самых известных терапевтов в Германии, работающих с этим методом. Однако вскоре он значительно реже предлагал первичную терапию, так как стал скептически относиться к методу, разработанному ЯНОВЫМ. Полученные им знания о характере вторичных чувств, таких например как «рэкетные чувства» (rackets), но прежде всего о перенятых чувствах, т.е. о чувствах, которые возникли из идентификации с другими судьбами, привели к снижению значимости первичной терапии (см. БРОЙЕР в ВЕБЕР, 1996). Позднее он интегрировал необходимую работу с интенсивными чувствами в семейные расстановки, в которых заметно влияние школы первичной терапии при ведении клиента (выпрямиться, глубоко дышать, пропускать поток). Остался только один отдельный элемент первичной терапевтической работы, необходимый для исцеления прерванного движения любви к матери.

Гипнотерапия

Гипнотерапия занимается изменением внутренних подсознательных образов, части которых, однако могут быть предсознательными или сознательными. Внутренние образы содержат в себе не только все чувственные качества (визуальные, акустические, кинестетические, ольфакторные и вкусовые части), но и символические описания, а также

в образе всегда содержится информация об отношениях с другими людьми. Также как нельзя обойтись без общения, внутренние образы не обходятся без коммуникационных высказываний. Таким образом, внутренние образы представляют собой очень сложные явление. Они могут быть получены из символов, сенсорных составляющих или системной информации.

В отличие от методов и форм терапии, описанных выше, гипнотерапия определенно считается Милтоном Эриксоном системной терапией. Сам Эриксон работал практически исключительно в системном контексте, для него было само собой разумеющимся принимать во внимание и учитывать жизненные обстоятельства пациента. При определении целей терапии он фокусировался на невыполненных задачах развития, эта концепция автоматически рассматривает отношения с семьей, социальной группой и обществом в целом. ХЕЛЛИНГЕР познакомился с работой Милтона ЭРИКСОНА в начале 80-х годов. Он был настолько впечатлен новыми открывающимися горизонтами, что немедленно принял участие в психотерапевтических семинарах по НЛП и гипнотерапии, а также в ряде других образовательных семинаров из этого направления. Чтобы направить пациента к желаемым переменам, в гипнотерапии используются естественные состояния транса и состояния транса, систематически возникающие в терапии. Каждый человек, ежедневно, по много раз, впадает в **транс**, часто этого не замечая. Терапевт может попутно использовать эти состояния транса, внедряя в эти моменты установки на изменения. Состояния транса также можно формально индуцировать или косвенно вызвать, рассказывая забавные эпизоды или истории, в которых описываются аналогичные шаги к решению, соответствующие ситуации. В состоянии транса фокус внимания направлен вовнутрь, внешнее окружение теряет свое значение, в организме происходит большое количество физиологических изменений и в центральной нервной системе меняется система коммуникации. В состоянии транса предоставляется возможность задействовать в коммуникации другие центры, которые в нормальном состоянии сознания труднодоступны, то есть являются бессознательными, но задействование которых, по-видимому, может чрезвычайно облегчить процессы изменений. Состояния транса автоматически возникало во всех видах терапии. От других форм гипнотерапию отличает то, что в ней эти моменты используются системно.

Гипнотерапия считается стратегической терапией, это означает, что терапевт активно действует и своими действиями подводит пациента к изменениям. Принципиально она настроена не на проблему, а на поиск решения. Для процесса перемен не так важно, понимает ли пациент, что происходит. В любом случае, изменения происходят в подсознании, а сознанию доступны лишь рудиментарно. Терапевт использует различные способы внушения, которые можно разделить на методы подавляющие активность

сознания, такие как техника конфуза и парадоксальные интервенции, и методы, которые обращаются непосредственно к сознанию, через такие языковые формы, как афоризмы и метафоры (см. также Вацлавик, 1978). Как правило, терапевт во время терапевтического сеанса инициирует кратковременные состояния транса, иногда даже незаметно для пациента, в которых описываются изменения, мобилизуются ресурсы, происходит смена контекста и рефрейминг, и т. д. Таким образом, терапевт активно участвует в выстраивании терапевтического процесса.

Основным принципом гипнотерапии, согласно Эриксону, является принцип утилизации, то есть для достижения желаемых изменений, терапевт использует то, что предоставляет ему пациент, даже симптомы. Он прокладывает путь по внутренней карте своего пациента, четко понимая, что согласие с одним внушением повышает вероятность того, что и следующее внушение будет принято, а оно в свою очередь влечет за собой согласие и со следующим и т. д.

Главная цель – это дать пациенту возможность сфокусироваться на желаемых изменениях и иметь в распоряжении все ресурсы, необходимые для осуществления процесса изменений. Если упростить, можно сказать, что ресурсы ассоциируются, а проблемы диссоциируются. Так как в состоянии транса задействовано больше различных когнитивных центров, образуются новые нейронные связи, отличающиеся от имеющихся, которые позволяют менять поведение и получать новый опыт. Другими словами, внутренние, неосознанные образы, вызывающие нежелательное поведение или переживания, соединяются заново и, благодаря добавлению нового содержания, изменяются. Одной из задач терапевта является препятствование оживанию старых образов и предупреждение рецидивов.

В семейных расстановках мы можем наблюдать широкий спектр трансовых состояний, начиная с искажения времени, каталептических проявлений, заканчивая возрастной регрессией. А весь процесс можно также описать с помощью терминов, используемых в гипнотерапии. Клиент расставляет картину проблемы, которая затем трансформируется в картину решения. В этой картине решения хорошо заметны все значимые люди, каждый человек на своем месте. Клиент вводится в картину решения на свое место и может зафиксировать ее на всех уровнях восприятия, что повышает эффективность постгипнотического внушения, которое в целом состоит в том, чтобы в будущем действовать в соответствии с картиной решения. Более того, тот, кто наблюдал за работой Хеллингера, мог убедиться, что он использовал множество приемов внушения, начиная с трюизмов, парадоксов, описаний симптомов и заканчивая анекдотичными и метафоричными интервенциями, которые часто выходили за пределы уровня проблемы

на метауровень и, таким образом, решение часто закрепляется в области жизненных установок и системы убеждений.

Системная терапия – семейная терапия

Ничто так не всколыхнуло индивидуальную и ориентированную на историю жизни психотерапию, как работы школы Пало-Альто под началом Грегори БЕЙТСОНА (Gregory BATESON). Группа ученых в своих исследованиях нашла взаимосвязи между психическими заболеваниями и манерой общения в семье. Исследования положили конец исключительно линейному мышлению, прямолинейные описания причинно-следственных связей стали все больше и больше дополняться гипотезами о циркулярных взаимосвязях. Родилась системная терапия. Стало уделяться больше внимания системе, в которой находится человек, отдельный человек и его проблемы стали рассматриваться в групповом контексте и вопреки «здравому смыслу» стал возникать вопрос, не может ли сам человек со своими симптомами вносить ощутимый вклад в стабильность системы, в которой он находится. Теоретической базой для исследования системной терапии является логический конструктивизм (см. ГЛАЗЕРСФЕЛЬД и ВАЦЛАВИК, 1981). Согласно этой теории любая реальность не является объективной, а представляет собой некую конструкцию, то есть субъективный процесс объединения элементов, составляющих эту реальность. Так мы сами создаем реальность, в которой живем. Как неоднократно подчеркивал ХЕЛЛИНГЕР, это находится в полном противоречии с феноменологической методологией, что, однако, не помешало ему интегрировать системные подходы в свою работу.

В ходе исследовательской работы школы Пало-Альто под началом Грегори БЕЙТСОНА в 60-х и 70-х годах появились различные направления семейной терапии с широким спектром задач и методов.

Стратегическая терапия, возникшая в Пало-Альто, считается прямой терапией, которая занимается нарушениями адаптации семейных жизненных циклов (см. ХЕЙЛИ). Нарушения адаптации возникают из-за дисфункциональных организационных моделей, нечетких границ и нарушения иерархии между поколениями, а также патологических триангуляций. Они выражаются в коммуникационных и интерпретационных паттернах семьи, которые должны быть изменены через новые интерпретации, парадоксальные интервенции и т.д. Стратегическая семейная терапия считается коммуникационной терапией. Стратегическая семейная терапия может проводиться и как индивидуальная терапия, так как каждый член семьи является элементом системы и система должна измениться, если меняется один из ее элементов.

Структурная семейная терапия, которой занимался МИНУХИН, делает акцент на подсистемах (супружеская подсистема, родительская подсистема, подсистема детей) и рассматривает проблемы, как проявления нарушения границ между системами и как следствие нечетких правил и позиционирований. Нарушения чаще всего видны в триангуляциях и уходах от конфликтов. Терапевт пытается установить более корректные границы и устранить переплетения. Он вступает в различные коалиции, помогает родителям в осознании их родительской задачи и временно занимает самое высокое место в иерархии. Интервенции направлены на то, чтобы осуществить наиболее эффективные стратегии решения семейных проблем.

БУЗОРМЕНИ-НАДЬ вместе со своей **контекстуальной терапией** ввел в семейную терапию многопоколенную перспективу. Предполагается, что члены семьи постоянно находятся в процессе обмена «брать – давать», в который также включены родители, бабушки и дедушки, а также семьи братьев и сестер. «Дебет» и «кредит» записываются в семейную «бухгалтерскую книгу», на которую ориентируются отдельные члены семьи и к которой чувствуют себя привязанной. Основными понятиями являются завещание, заслуги, счет для записи заслуг. Исполнение или неисполнение завещания оказывает значительное влияние на собственный счет записи заслуг и, тем самым, на самооощение себя в семье.

Системная терапия была сформулирована группой под началом М. СЕЛЬВИНИ-ПАЛАЦОЛИ, которая также стала известной под названием «миланская модель». Семья рассматривается как самоорганизующаяся система, связанная с другими системами. Имеющиеся проблемы имеют системную функцию. Терапевт по поводу заявленных проблем выдвигает гипотезы, которые проверяются через круговой опрос и, в случае необходимости, изменяются. Чтобы оставаться в метапозиции, терапевт должен сохранять полный нейтралитет. Весь сеттинг терапии с наблюдателями за зеркальным стеклом должен препятствовать тому, чтобы семья втягивала терапевта в совместные действия. Ставится задача добиться изменения второго порядка, которые выражаются в том, что семья снова берет на себя ответственность за все происходящее в семейном кругу.

Для понимания работы ХЕЛЛИНГЕРА особенно важны концепции подсистем, проблемы нарушения границ и переплетения, а также элементом большинства расстановок ХЕЛЛИНГЕРА является перспектива нескольких поколений. Понимание о порядках и балансе между «брать и давать» уже было предложено ранее в семейной терапии, ХЕЛЛИНГЕР дополняет ее правом на принадлежность и четко формулирует принципы порядков, а также четкие формы переплетений и необходимы шаги, чтобы найти решение.

Таким образом, он расширяет диапазон возможностей для наблюдения и позволяет находить новые возможные подходы к конфликтам в системе.

Влияние психодрамы и семейной скульптуры

Работа с семейной скульптурой стала известной, в основном, благодаря В. САТИР. В разработанном ей методе скульптура семьи развивается на двух уровнях. На первом эмоциональная близость и дистанцированность выражаются в приближении или отдалении в пространстве, а на втором те, кто имеют большее влияние и признание, возвышаются в пространстве. Те же, кто слабее, размещаются в самом низу. Можно добавить типичные жесты и мимику, с помощью которых люди вступают друг с другом в контакт, что повышает диагностическую и терапевтическую ценность работы. Далее работа с семейной скульптурой может быть продолжена методом **психодрамы**. (см. ЛЕЙТЦ). Комната становится сценой, терапевт – режиссером, могут быть введены вспомогательные Я, которые благодаря дублированию могут привнести чувства и смыслы, которые главному герою были не известны.

Расстановки по ХЕЛЛИНГЕРУ выходят за рамки описанной здесь работы. При анализе семейной скульптуры рассматривается не только близость и дистанция, власть и бессилие, но и как подсистемы устанавливают границы между собой и предполагаемыми переплетениями. Терапевтическая работа направлена на то, чтобы найти решение для переплетений, терапевт нацелен на эту задачу, также формулирование разрешающих фраз служит этой цели и имеет значение, отличное от дублирования в психодраматической работе.

Первые очертания работы Берта Хеллингера в 80-х годах

Затем, в 80-х годах, Берт Хеллингер начал формулировать свои первые системные подходы. Они определили принципы его работы, которые остаются актуальными по сей день. Их можно разделить на описания подсистем, силы, действующие в системе и виды переплетений. Все они будут кратко представлены ниже.

Границы внутри семьи между ее подсистемами и границы с родом

Системная работа требует пристального внимания к границам в семье и выявления любого нарушения границ. Каждая семья имеет границы и нуждается в границах. Границы имеют разную проницаемость. Некоторые семьи максимально закрыты от внешнего мира и устанавливают чрезвычайно **строгие границы** с другими системами. Такие семьи не делятся никакой информацией с внешним миром, в них все скрыто от посторонних глаз. В других семьях границы почти прозрачны; кто угодно может в любой

момент добраться до самого центра семьи, интимность и защищенность практически отсутствуют. В таких семьях границы абсолютно проницаемы. Рассматривая границы семьи, можно определить, как семья выстраивает отношения с другими системами. Также становится понятным, как семья обходится с границами, установленными каждым членом семьи.

В каждой семье есть **субсистемы**, как правило, в обычной семье их три. Субсистемы устанавливают границы, некоторые из которых **нельзя переступать**. Если эти границы пересекаются, то можно говорить о **нарушении границ**.

Первая субсистема – это **супружеская система**. В этой системе описываются отношения мужчины и женщины в семье, то есть обычно это любовные отношения двух взрослых людей, которые создали семью. Такая система требует выставления относительно жестких границ, как внутри системы, так и вовне ее. Если в супружескую систему вмешивается кто-то третий, будь то побочные отношения одного из двух родителей, или ребенок, это оказывает серьезное влияние на систему. Обычно за это приходится расплачиваться одному из детей. Супружеская система занимает самое высокое место среди всех подсистем. Если она слажено работает, то, как правило, и у всех остальных все в порядке. Также это единственная система, которая может **распасться**. Любовные отношения могут прекратиться, а все остальные субсистемы сохраняются.

Вторая субсистема – это **родительская система**. Это то, как **мать и отец осознают свои обязанности** перед детьми. Родители могут частично или даже полностью передать свои **функции** третьим лицам. Таким образом, эта система может быть очень **подвижной**, родительские функции могут взять на себя старшие братья и сестры, бабушки и дедушки, другие родственники или даже посторонние люди. Система сохраняется и после смерти родителей до смерти детей, она **никогда не прекращает своего существования**. Родители навсегда остаются родителями, чтобы ни случилось. Если одного из родителей лишают его прав, это, как правило, ведет к проблемам.

Третья система – это **детская система**. В этой системы также относительно жесткие границы, без допуска взрослых. Если в этой системе один из родителей находится в позиции ребенка, это приводит к серьезным проблемам. Как правило, в этом случае другой ребенок парентифицирован с тем родителем, который играет роль ребенка, или все дети берут на себя роль взрослого родителя. Конечно, это означает, что один из **родителей не только не участвует в родительской системе** (или участвует не полной мере), но и что, этот **родитель не включен в супружескую систему**.

В больших семьях присутствует также система **старших родителей, бабушек и дедушек**, то есть другая семейная система, в которую включены незамужние / неженатые дяди и тети. Обе эти системы взаимодействуют друг с другом, что может привести к сложностям. **Нарушение границ** наиболее вероятно, если **старшее поколение не уважает новую систему их ребенка и его/ее супругу(га)**. То же самое происходит, если один из родителей, чья система происхождения – это семья бабушки и дедушки, **не отдает приоритет своему супругу и новой системе**.

Силы, действующие в системе

Мы постоянно находимся в отношениях с чем-то или с кем-то. В детстве мы, прежде всего, чувствуем связь с семьей и с родом. Эти отношения подчиняются определенным силам и условиям, которые удерживают систему. Часть этих сил (первые три) мы чувствуем **персональной совестью**, которая принимает решение о повиновении этим силам или противостоянии им, то есть определяют нас виновными или невиновными. В этом случае, **вину и невиновность** следует рассматривать как **системные понятия**, а не как моральные. Вторую часть сил можно ощутить только через их влияние в системе, и они не ощущаются личной совестью. Берт Хеллингер называл их **совестью рода**.

1. **Первая основная сила** или условие, действующее в семье – это **привязанность**. Мы связаны с семьей и родом, которые обеспечивают наше выживание, на тех **условиях, которые они устанавливают**. И мы должны выполнять эти условия. Если мы это делаем, в контексте привязанности мы невиновны, и **привязанность ощущается как желание близости и защищенности**.

Если мы нарушаем условия и делаемся виноватыми, это ощущается, как **страх исключения** из системы. **Сила привязанности** тесно связана с **первичной любовью**. Родители любят своих детей и дети любят родители, даже если проявления этой любви часто могут быть странными, и любовь не ощущается, как объединяющая сила

2. **Вторая основная сила** или условие – это **порядок**. **Сила порядка определяет иерархию и место в семье**. Порядок предполагает, что каждый имеет **свое место** в семье с соответствующими функциями. Отец – это отец, а не брат, партнер или друг. Мать – это мать, а не партнерша или подруга. Бабушка и дедушка – это родители одного из родителей, а не отец и мать. Старший ребенок находится на месте первенца, второй – на втором месте, и т.д. **Умершие дети тоже должны иметь место в иерархии и получить уважение**. Первая жена отца, первый муж матери также должны занимать место первых партнеров. Если в отношении этой

силы мы чувствуем себя **невиновными**, это ощущается как **добросовестность и верность**. Если же наша совесть считает нас виновным, мы чувствуем совершенный проступок, как **страх наказания**.

3. **Третье условие** – это **системное равновесие** или **баланс между «брать и давать»**. Он контролирует, чтобы каждый, кто что-то получает, также начинал что-то отдавать, чтобы со временем получаемое и отдаваемое находились в равновесии. Если кто-то берет больше, чем ему причитается и не пытается это компенсировать, возникает дисбаланс. Когда мы не удовлетворяем требование системы, мы чувствуем угрызения совести, чувство вины, переживаемое как невыполненное обязательств, вытекающее из «брать». Если мы следуем требованиям системы и отдаем то, что задолжали, то чувствуем себя невиновными, свободными и в достаточной мере удовлетворяющими требованиям системы.
4. **Четвертое условие** – **равноценность**. **Равноценность** не стоит рассматривать, как **равенство**. В системе есть свой табель о рангах, который нельзя игнорировать. Как в государственном аппарате, первым по рангу является министр иностранных дел, то есть в традиционной семье – это, как правило, мужчина. На втором месте министр внутренних дел, а в семье – жена. **Обе должности и выполняемые задачи одинаково важны**. И если у мужчины ранг выше, из этого следует, что он должен **служить женщине**, то есть, по мере сил, содержать семью, заботиться о семье и детях. Условие равноценности, с одной стороны, **подчеркивает различие между полами**, а с другой оно также указывает на **одинаковую значимость**.
5. **Пятое условие** – это условие **полного состава**. У каждого в роду есть право на **принадлежность**. Если это право не соблюдается, то есть кого-то исключают или замалчивают, в системе возникают проблемы. По этой причине, нужно помнить всех, кто принадлежит к роду. С одной стороны это родители, предыдущие значимые партнеры родителей, дети, бабушки и дедушки, их дети и предыдущие партнеры, а иногда и прабабушки и прадедушки. Также к роду принадлежат те, кто принес ему большую пользу, кто оказал на род особенно благоприятное воздействие, чья смерть или уход, или другие действия обернулись благом для рода. Если кого-то исключают из рода, то в качестве **компенсации, рожденный после ребенок занимает место исключенного и повторяет его судьбу**. Часто такой ребенок чувствует, что им управляет непонятный ему, **навязанный импульс**. Однако влияние (перенятие) чужой судьбы не отражается на собственных чувствах, а **распознается только по ее эффекту**.

6. **Шестое условие – это приоритет предшествующих.** То, что было в системе раньше, должно быть улажено в первую очередь, и только тогда настает черед более позднего. **Права более поздних детей** не принимаются во внимание, пока **права более ранних не удовлетворены.** Это может показаться слишком сложным, однако это означает лишь то, необходимо признать право более ранних на принадлежность и определить их место в системе. Это не означает, что более поздний **вмешивается** в жизнь более раннего. Если же он так делает, то навлекает негативные последствия на самого себя.
7. **Седьмое условие – это понимание, что все проходит,** которое подчеркивает относительность всех остальных. Благодаря этому условию, все остальные **обретают свои границы.** Все должно иметь свой конец, бесконечное продолжение несет только **вред.**

Формы переплетений

Системы и подсистемы подчиняются силам и условиям описанным выше. Из-за их взаимодействия между собой то и дело возникают **различные формы повторяющихся отклонений,** которые вызывают **переплетения.** Часто мы замечаем, что находимся в переплетении, если при воплощении каких-то жизненных задач, мы снова и снова терпим неудачу. Можно выделить следующие **формы переплетений:**

1. **Экзистенциальное переплетение:** при этой форме переплетения человек оказывается перед дилеммой **только из-за одного своего существования, без какого-либо своего участия,** он становится без вины виноватым. Примером такого переплетения может быть ребенок, чье рождение стоило матери жизни. Жизнь этого человека обошлась дорогой ценой, он чувствует себя виновным в смерти матери, и часто не может использовать возможности, которые дарит ему жизнь. В этом случае, решение может состоять в том, чтобы принять **дар жизни** от матери, даже если он обошелся такой дорогой ценой. Так можно проявить должное уважение к умершей женщине и великому дару. Страдать в данной ситуации означало бы идти по пути наименьшего сопротивления, ведь известно, что страдать легче, чем действовать.
2. **Эдипово переплетение:** Эдипово переплетение происходит, когда **ребенок оказывается втянутым в супружескую систему.** Например, когда мать отдает приоритет сыну перед отцом или отец предпочитает дочь матери. **Не соблюдается граница между супружеской системой и детской системой и происходит**

нарушение границ. Хотя в такой ситуации сильный (родитель) использует более слабого (ребенка), ребенок, с другой стороны, получает выгоду и **содействует исключению** второго родителя. Он становится без вины виноватым. **Решением** здесь будет, обратиться к исключенному родителю и взять у него то, что он может дать. Кроме того, ребенок в такой ситуации **не должен вмешиваться в супружескую систему родителей**, так он сможет освободиться от переплетения.

3. **Вынужденное (необходимое) переплетение:** возникает между **родителями и детьми**. Мы обязаны нашим родителям жизнью, через них жизнь приходит к нам. Это такой дар, за который мы не можем отплатить. Такой подарок мы можем только передать дальше и/или компенсировать особым вкладом во всеобщее благо. Сепарирование от родителей способствует созданию собственной системы. **Процесс сепарирования состоит из двух шагов и двух подводных камней.** Первый шаг – это бунт и сопротивление долгу быть благодарным родителям, а второй, более поздний – принять полностью все, что родители дают ребенку. Принять полностью означает, не выбирая между плохим и хорошим, а принять с благодарностью и то и другое, **принять родителей как личностей, со всеми их противоречиями.** **Подводные камни** можно описать следующим образом: усыновленные дети не решаются на сепарацию, они остаются слабыми; хотя бунтующие дети делают первый шаг, они часто забывают про второй и застревают на стадии бунта.
4. **Переплетение переноса:** под этим понимается, что **появившийся в роду позднее перенимает на себя что-то у одного из членов рода, то, что этот член рода задолжал роду или то, что задолжали ему.** Например, кто-то был несправедливо исключен или кто-то из членов рода нанес ему ущерб и не компенсировал его. В следующем или последующем поколении, это **компенсирует ребенок, который будет повторять судьбу жертвы или агрессора.** Решением в такой ситуации **будет благожелательное, полное любви отношение к отверженному.** Клиент должен **поклониться ему и его судьбе, почтить его память, отступить в смирении** и не поддаваться самонадеянному желанию **вмешиваться** в его судьбу.
5. **Справедливое или моральное переплетение:** обе формы переплетения могут возникнуть в любых моделях отношений. Один человек находится в моральном переплетении с другим человеком, когда первый **берет что-то против воли другого человека и наносит ему ущерб.** Таким образом, первый становится виновным, а второй – невинной жертвой. Оба попадают в ловушку, первый находится в заложниках у невинности и может требовать возмещения, а второй в заложниках у вины. Эта дилемма остается неразрешимой до тех пор, пока

виновный не возместит ущерб. Если возместить ущерб жертве невозможно, виновный должен найти другой способ компенсации. Если же он этого не сделает, то бремя компенсации берет на себя род, то есть вина будет оставаться и передаваться в системе и перейдет к одному из потомков.

Справедливое переплетение также возникает во всех формах отношений. **Один человек берет что-то у другого с его согласия** и позднее должен возместить это. Таким образом, они оказываются **связанными друг с другом**, возникает переплетение. Решение находится в возмещении. Если этого не происходит, возникает моральное переплетение и **компенсация совершается через систему**.

Эти категории охватывают **основные формы нарушения границ и условий** в семейных системах. В каждом случае приводятся наиболее применимые решения для высвобождения из переплетений.

Заключение

Описанные в данной статье методы и идеи имели значительно влияние на развитие Берта Хеллингера как психотерапевта и внесли вклад в становление семейных расстановок, как метода. Семейные расстановки вобрали в себя важные аспекты этих методов, но объединив их в себе стали чем-то совершенно новым, имеющим в основе первоначальные идеи ХЕЛЛИНГЕРА, изложенные выше. В своей книге «Порядки любви» он сформулировал принципы порядков в системах и предложил возможные решения и пути выхода из различных форм переплетений. С тех пор эта работа непрерывно продолжается и развивается. Ещё одним важным камнем в фундаменте стало осознание, что у семей есть коллективная совесть, влияние которой отражается на судьбах отдельных людей. Эта совесть задействована в общей душе группы, которая призывает на службу отдельных людей и которая, в свою очередь, является частью «великой души», которая следует своему пути, и чьи намерения нам не ведомы. Ее влияние на нас мы также можем лишь почувствовать, ее сущность остаётся загадочной и непостижимой. Новая работа с «движениями души» позволяет увидеть ее влияние. Она отрывается от уровня расстановок и выходит далеко за его пределы. Движения души можно проследить в масштабных событиях, как, например, в конфликтах между народами. Здесь системные расстановки выходят за пределы психотерапии и становятся чем-то большим, чем психотерапевтический метод, они находят применение в самых разных областях общественной жизни.

В 90-х годах ХЕЛЛИНГЕР все ещё занимался поиском решений для различных клинических случаев с помощью семейных расстановок, но затем феноменологический путь познания завел его в такие сферы, которые практически не имеют ничего общего с

началом его работы. Он становится скорее философом и мыслителем и все больше поддается влиянию не психологических теорий о душе, а теологии, философии, и даже поэтов и таких гениев, как Рильке. Логично, что свою работу он стал называть не семейными расстановками, а прикладной философией. Путь туда он описывает как «вхождение в пустую середину», как это формулирует Лао-цзы. По этому пути можно идти только с уважением, с уважением к себе и реальности. Это означает отказаться от ожиданий, каким должен быть я, какими другие или реальность, а также воздерживаться от осуждения. Только тогда, когда между реальностью и наблюдателем не встает ожидаемый образ, действительность раскрывается и становится видимой, а значит, проявляются движения души. Конструктивист может это также воспринимать, как интересное конструирование действительности и найденные таким образом открытия отдать на откуп субъективной случайности. Но в этом случае между действительностью и наблюдателем встает только образ, человек застревает в формах проявления, а суть ускользает.

Нам не обязательно следовать по пути Берта ХЕЛЛИНГЕРА, который привел его к последним работам. Семейные расстановки и без дополнений являются для психотерапевтов эффективным методом, который обладает огромно целительной силой. Но можно с восхищением наблюдать, как он следует своему пути и какие открытия его ещё ожидают. И, безусловно, невероятно любопытно, что мы ещё сможем почерпнуть из его работы.

Ле Пуже, октябрь 2003

Хайнрих Бройер

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

- ANSBACHER, H. u. R.: Alfred Adlers Individualpsychologie, Ernst Reinhard Verlag, München, 1972 BATESON, G.: Ökologie des Geistes, Suhrkamp, Frankfurt, 1983, 6. Aufl.
 BERNE, E.: Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben, Fischer Verlag, Frankfurt, 1983 BERNE, E.: Spiele der Erwachsenen, Rowohlt, Hamburg, 1990 (277 bis 288 Tausend) BOSZORMENYI-NAGY, I., SPARK, M.: Unsichtbare Bindungen, Klett-Cotta, Stuttgart, 1981 BREUER, H. TH.: Metaphern in der systemorientierten Skriptarbeit, in PETER, B, (SCHMIDT, G.: Erickson in Europa, Carl Auer Verlag, Heidelberg, 1993 BREUER, HTH.: Approche pour Eviter et pour Utiliser les Resistances en Therapies Ericksonniennes- Vortrag auf dem 4. Frankophonen Kongress für Hypnose und Ericksonsche Therapie im März 1992 in Paris BREUER,H.TH.: Metaphors for Altering the invisible Bindings - Vortrag und Workshop auf dem 4. Internationalen Kongress für Ericksonsche Psychotherapie, Dezember 1991, Phoenix / USA BREUER, H.TH.: Hypnotherapie et Psychotherapie systemique, Materialien für einen Aufstellungskurs für Milton H. Erickson Institut Paris, Januar 1994 BREUER, H.TH.: Familienaufstellungen und Gefühle, in: WEBER, G. (Hrsg.): Praxis des Familien-Stellens, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 1998 CORSINI, R.J. (Hrsg): Handbuch der Psychotherapie, Band 1 und 2, Beltz, Weinheim, 1983 DÄUMLING, A.M., FENGLER, J., NELLESSEN, L., SVENSSON, A.: Angewandte Gruppendynamik, Klett, Stuttgart, 1974 ERICKSON, M.H. / ROSSI, E. L.: Hypnotherapie, Aufbau, Beispiele, Forschungen, München, Pfeiffer, 1981 GLASERSFELD, V.E.: Einführung in den logischen Konstruktivismus, in: WATZLAWIK, P. (Hrsg): Die erfundene Wirklichkeit, Piper, München, Neuausgabe 1985

- HAGEHÜLSMANN, U. u. H.: Transaktionale Analyse, in CORSINI, R.J. (Hrsg): Handbuch der Psychotherapie, Band 2, Beltz, Weinheim, 1983
- HALEY, J.: Die Psychotherapie Milton H. Ericksons, Pfeiffer, München, 1988, e. Aufl.
- HELLINGER, B.: Ordnungen der Liebe, ein Kurs-Buch, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 1994
- HELLINGER, B.: ten HÖVEL, G.: Anerkennen, was ist, Kosen, München, 1996
- HELLINGER, B.: Die Quelle braucht nicht nach dem Weg zu fragen, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 2002, 2 HELLINGER, B.: Gedanken unterwegs, Kösel, München, 2003 JANOV, A.: Der Urschrei, Fischer Verlag, Frankfurt, 1975
- JUNG, CG.: Die Archetypen und das Kollektive Unbewußte, in JUNG, CG.: Gesammelte Werke, Band. 9, Walter Verlag, Freiburg, 1983 JUNG, CG.: Zur Phänomenologie des Geistes in Märchen, in JUNG, CG.: Gesammelte Werke Bd. 11 Walter Verlag, Freiburg, 1983 LaoTse: Tao Te King, Lizenzausgabe des Deutschen Bücherbundes mit Genehmigung des Eugen Diederichs Verlages, Düsseldorf-Köln, 1956
- LEUTZ, G.A., Engelke, E.: Psychodrama, in CORSINI, R.J. (Hrsg): Handbuch der Psychotherapie, Band 1 und 2, Beltz, Weinheim, 1983
- MINUCHIN, S.: Familie und Familientherapie, Lambertus Verlag, Freiburg, 1974 PETER, B. Hypnotherapie, in CORSINI, R.J. (Hrsg): Handbuch der Psychotherapie, Band 1, Beltz, Weinheim, 1983
- SATIR, V.: Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe, Pfeifer, München, 1975
- SCHAEF, R.F.A., KIRKMAN, D.O., UNGASHICK, B.: Primärtherapie, in CORSINI, R.J. (Hrsg): Handbuch der Psychotherapie, Band 2, Beltz, Weinheim, 1983 SCHLEGEL, L.: Die Transaktionale Analyse, UTB, Franke Verlag, Tübingen, 1984
- SCHNEIDER, J.R., GROSS, B.: Ach wie gut, dass ich es weiß, Märchen und andere Geschichten in der systemisch-phänomenologischen Therapie, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 2000 SCHUTEN, I.J.: Die systemorientierte Skriptanalyse, unveröffentlichte Diplomarbeit im Fach Klinische Psychologie, an der Universität zu Köln, Dezember 1994 SELVINI-PALAZZOLI, M. et. AI: Paradoxon und Gegenparadoxon, Klett-Cotta, Stuttgart, 1988 SIMON, F.B., STIERLIN, H.: Die Sprache der Familientherapie, Klett-Cotta, Stuttgart, 1984 WATZLAWIK, P.: Menschliche Kommunikation, Huber Verlag, Bern, 1967 WATZLAWIK, P.: Die Möglichkeit des Anderssein, Huber, Bern 1978 WATZLAWIK, P. (Hrsg): Die erfundene Wirklichkeit, Piper, München, Neuauflage 1985 WEBER, G.: Zweierlei Glück, Carl Auer Verlag, Heidelberg, 1993
- WEBER, G. (Hrsg.): Praxis des Familien-Stellens, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 1998