

МАЙКЛ УАЙТ

# НАРРАТИВНАЯ ПРАКТИКА

ПРОДОЛЖАЕМ РАЗГОВОР



Майкл Уайт

**Нарративная практика.  
Продолжаем разговор**

«Генезис»

2011

УДК 616.89  
ББК 56.13

**Уайт М.**

Нарративная практика. Продолжаем разговор / М. Уайт —  
«Генезис», 2011

ISBN 978-5-98563-672-7

Книга представляет собой сборник работ Майкла Уайта, бережно собранных после его смерти друзьями и коллегами. Автор исследует важнейшие для нарративных терапевтов темы социальных норм и социального контроля, технологий власти и властных отношений в психотерапии, ответственности терапевта и тех, кто обращается к нему за помощью. Описываются способы работы с людьми, переживающими последствия травмы; с людьми, чьи близкие покончили жизнь самоубийством; с мужчинами, совершавшими насилие. Рассматриваются вопросы контрпереноса, сопротивления, понятия экстернализации, «отсутствующего, но подразумеваемого». Книга будет полезна и интересна психологам, психотерапевтам, консультантам и всем, кто интересуется нарративным подходом. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 616.89  
ББК 56.13

ISBN 978-5-98563-672-7

© Уайт М., 2011  
© Генезис, 2011

# Содержание

От издательства	6
Благодарности	9
От редактора-составителя	10
Предисловие	15
Введение	17
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Майкл Уайт

## Нарративная практика. Продолжаем разговор

*Выражаем огромную благодарность Дарье Кутузовой. Именно она дала возможность российскому сообществу терапевтов встретиться с личностью Майкла Уайта, его «Картами нарративной практики», его взглядом на психологическую работу и новым сборником его статей. Майкла Уайта больше нет с нами, но эта книга – великолепный шанс продолжить прерванный диалог.*

© Cheryl White, Penny White, 2011

© W. W. Norton & Company, Inc., preface and introduction, 2011

© Cheryl White, epilogue, postscript and acknowledgement, 2011

© Д.А. Кутузова, перевод, 2022

© Издательство «Генезис», 2022

## От издательства

Книга Майкла Уайта «Нарративная практика. Продолжаем разговор» была издана уже после смерти автора и представляет собой сборник прежде не опубликованных работ Уайта, собранный его коллегами. Одна из особенностей исследований Уайта – его взаимодействие с теоретическим наследием постмодернизма: так, невозможно переоценить влияние на автора философии и идей французского философа М. Фуко. Уайт также опирался и на других авторов, принадлежавших к тому же идейному течению, – Г. Башляра, Ж. Бодрияра, Ж. Делеза, Ж. Деррида и др.

Язык и понятийно-категориальный аппарат постмодернистской философии чрезвычайно сложны. В русскоязычной литературе – как академической, так и популярной, – не сложилось консенсуса о том, как переводить некоторые основополагающие для этих авторов понятия. Исходя из этого, мы хотели бы подробнее рассказать о содержании некоторых ключевых для работ Уайта понятий: «власть» и «деконструкция».

Множество упоминаний слова «*власть*» и его производных бросается в глаза даже при беглом взгляде на текст. Слово «власть» в русском языке – многозначное, оно понимается либо как *абстрактная категория*, отражающая отношения подчинения и превосходства, право управлять, воздействовать на что-то или кого-то, либо как *политическая категория*, отражающая отношения общества и государства. Нам может быть непривычно включать эти темы в поле психотерапии, однако для нарративных терапевтов они чрезвычайно важны. В этой книге тема власти и властных отношений рассматривается с разных сторон и ракурсов. Почему это так важно, связано ли это с политикой, и о чем вообще идет речь?

В основе нарративной терапии лежит представление о том, что жизнь человека состоит из множества равноценных историй, которым можно придать любой смысл в зависимости от отбираемых событий. Мы придаем смысл этим событиям и складываем их в сюжеты, ориентируясь на общественно признанные нормы и знания. Эти нормы, однако, не возникают ниоткуда, они формируются обществом, и, как правило, именно они становятся основой для конструирования людьми собственных историй.

Когда в жизни человека появляется какая-то сложность, он пытается ее осмыслить и рассказывает истории, обнаруживая общую тему. Каждое новое событие человек начинает рассматривать не только через призму этой темы, но и через призму соответствия принятым в обществе нормам. В результате люди часто определяют как проблему себя и свое поведение. Таким образом создаются, как их называют нарративные терапевты, «проблемно насыщенные истории». Задача нарративного терапевта – найти такие события в жизни людей, которые могли бы опровергнуть эту генеральную линию и создать новую историю, позволяющую сделать о себе другие выводы и заключения и выбрать другой путь.

В поисках альтернативных историй нарративные терапевты обращаются к социокультурному и историческому контексту, в которых существуют рассказываемые людьми истории. Обнаруживая уникальные эпизоды, т. е. события, которые выбиваются из генеральной линии проблемно насыщенных историй, терапевты неизбежно исследуют и те самые истины, на основании которых люди строят свои истории и которые конструируются в этих социокультурных контекстах. Выясняется, что истины в процессе исторического развития могут меняться, однако в каждый конкретный период времени они выглядят базовыми, непреложными. Все то, что норме не соответствует, объявляется ущербным, не имеющим права на существование, часто постыдным. Таким образом эти общепринятые знания становятся инструментами давления на людей, давления не прямого, но косвенного, пронизывающего все слои жизни.

Уайт сделал это важное для метода нарративной терапии наблюдение, основываясь на работах Мишеля Фуко – французского философа, историка, теоретика постмодернизма.

Фуко утверждал, что существуют два типа власти: власть-господство и власть-знание (она же власть дисциплинарного общества, или дисциплинарная власть). Последняя начинает формироваться с конца XVIII века под влиянием промышленной революции, становления капитализма и распространения рациональной философии. Капиталистическое общество стремится к тому, чтобы сделать людей максимально полезными с точки зрения производимой ими работы. Общество, принимающее естественнонаучное, «объективное» знание как единственно возможное, стремится к классификации и систематизации. Принимаются законы и правила, регламентирующие поведение людей, делающие его наиболее функциональным, полезным, маргинализирующие тех, кто им не соответствует. Так появляются дисциплинарное общество, предписывающее каждому человеку определенное место в системе, и свод правил, ограничений и наказаний, соответствующих занимаемому положению, предписанной роли.

В подобном обществе в воспроизводство и распространение нормирующих суждений встроены все социальные институты, все, кто производит и распространяет знание о норме, – врачи, психиатры, учителя, ученые становятся проводниками особого рода «власти-знания». «Обычного» же человека в подобном обществе побуждают к самоконтролю, к самоизменениям, к достижению наивысшей степени эффективности. Отсюда огромное распространение всяческих практик самосовершенствования тела и духа, постоянного самообучения и саморегуляции. Выработывается определенная привычка к самоконтролю и самоорганизации, подкрепляемая «объективным» научным знанием.

Власть-знание становится обезличенной, анонимной, пронизывающей все общество. В качестве примера ее функционирования М. Фуко приводил идею паноптикума (паноптикона) Иеремии Бентама. Тот разработал архитектурный проект инспекционного заведения, пригодного для использования и в качестве тюрьмы, и в качестве больницы, и промышленного предприятия, и школы – практически любого учреждения, осуществляющего надзор за гражданами. Суть в том, что все надзиратели имеют возможность круглосуточно наблюдать за помещенными в здание людьми, однако сами остаются невидимыми. При этом и за самими надзирателями тоже могут наблюдать старшие надзиратели или любые другие члены общества.

Нарративные терапевты стараются всячески отслеживать проявления нормирующих суждений, уделяя внимание социокультурным особенностям окружения человека, обращающегося за помощью, разного рода злоупотреблениям властью, в том числе проявлениям экспертной, властной позиции самого терапевта. Вслед за Фуко, Уайт обращает внимание на то, как именно властные отношения, отношения принуждения и подчинения, проявляются в представлениях людей о себе и других, во взаимодействиях, в речи, в рассказываемых историях. Больше того – Уайт не просто констатирует их присутствие, он проговаривает, делает эти властные дискурсы видимыми для тех, кто обращается за помощью. Затем он помогает создать другое пространство, в котором люди сами, сообразно своим ценностям, создают альтернативную историю и следуют альтернативным путям развития.

Когда в первой главе Уайт в качестве примера влияния власти-знания на жизнь людей рассматривает истории Дианны, Дженни, Паулины и Дамиэна, а затем переходит к рассмотрению механизмов современной власти, он не ведет речь о политике в том смысле, в котором мы привыкли воспринимать это понятие. Для Уайта политика – это системы взглядов и убеждений, реализующие технологию социального контроля. Все мы так или иначе поддерживаем властные дискурсы, без этого сложно представить функционирование современного общества, однако полезно задаваться вопросом, как именно эти дискурсы влияют на нашу жизнь и как им можно сопротивляться.

Во второй и третьей главах эта тема исследуется с точки зрения того, как именно терапевт должен и может сопротивляться всепроникающим нормирующим суждениям, каким образом

можно их отследить и сделать видимыми для человека, обращающегося за помощью. Уайт предлагает основные вопросы, которые может задать себе нарративный терапевт, выходя за рамки властных дискурсов терапии, применяя при этом термин «*деконструкция*».

Теория деконструкции была разработана французским философом Ж. Деррида. Суть его подхода заключается в переосмыслении существующих канонов (стереотипов, убеждений) для создания или обнаружения новых или скрытых смыслов. Разрушение стереотипов достигается с помощью разбора их на составные части, анализа их происхождения и контекста. Деконструкцию не следует понимать как разрушение, это выявление противоречий, ведущее к появлению новых смыслов. Применительно к психотерапии деконструкция, по мнению Уайта, состоит в том, чтобы терапевт в первую очередь замечал за собой скрытые проявления превосходства и дисбаланса власти во взаимодействии с людьми, обращающимися за помощью. Замечая их, мы тем самым укрепляем позицию человека, приходящего на терапию, ставим в центр терапии его знания и ресурсы, а не знания терапевта. Таким образом, мы выходим на важнейший для нарративной терапии принцип децентрации терапевта.

Терапевт занимает «неэкспертную позицию», его задача состоит в сопровождении человека, обращающегося за помощью, в создании пространства альтернативных историй, в восстановлении утраченных ценностей, которые затем становятся основой для преодоления сложностей. Однако здесь же Уайт задается вопросом: если истин не существует, если в основе поступка всегда лежит субъективная ценность, как удержаться от релятивизма, от представления о том, что теперь можно все? Ответ кроется в том, что в центре терапии находится человек, но человек в связи с другими людьми, человек во взаимодействии с сообществом.

Таким образом, деконструируя понятие социальных норм, нарративная терапия снова приходит к ценностям социального взаимодействия, однако на новом уровне, учитывая многообразие существующих принципов, норм и нравов. И кажется, что в нынешние времена особенно актуальными и важными становятся слова Майкла Уайта о том, что *«возможно, сейчас самое время найти новые способы заявлять о своих принципах, намерениях, целях и ценностях и помещать эти заявления в центр нашего внимания, так, чтобы они ложились в основу нашей жизни и нашей работы. Кажется, настало время вернуть понятия принципов и добровольно взятых на себя обязательств, вместе находить способы помогать друг другу воздавать честь этим понятиям, например, обязательству откликаться на несправедливость, а не следовать каким-то утопическим идеалам»*.

## Благодарности

Мы хотели бы выразить благодарность сотрудникам издательства *W. W. Norton* за помощь в подготовке этой книги.

Энтузиазм и редакторский вклад Деборы Малмуд бесценны, навыки редактирования текста Маргарет Райан тоже внесли значительный вклад в подготовку рукописи. Редакторскую помощь также оказывал Марк Трудингер.

Кроме того, мы хотели бы выразить признательность Мэри Хит и Рэйчел Херцинг, которые предоставили ценные отзывы на более ранние варианты главы 7.

И наконец, мы бы хотели поблагодарить тех практиков, кто откликнулся на наше приглашение внести свой вклад в написание эпилога. В этом процессе принимали участие: Изабель Лаплант (Франция), Николя Де Бир (Франция), Нильс-Хенрик Серенсен (Дания), Джон Стиллман (США), Джим Дюваль (Канада), Калев Уакунга (Уганда), Летиция Урибе (Мексика), Марилен Грандессо (Бразилия), Пьер Блан-Санун (Франция), Мэгги Кэри (Австралия), Ишай Шалиф (Израиль), Сехне Хаммуд-Беккет (Австралия), Уолтер Бера (США), Гэй Стокелл (Австралия), Альфонсо Диас-Смит (Мексика), Хью Фокс (Великобритания), Шона Рассел (Австралия), Гейр Лундбю (Норвегия), Тодд Огаста-Скотт (Канада), Джон Уинслейд (Новая Зеландия / США), Джонатан Морган (Южная Африка), Пегги Сакс (США), Сара Хьюз (Канада), Максуда Бегум (Бангладеш), Руди Кронбихлер (Австрия), Рут Плазник (Канада), Зои Казан (США), Мэрилин О'Нил (Австралия), Ясунага Комори (Япония), Лорейн Хедтке (США), Вивиан Навартнам (Сингапур), Куки Толедо (Мексика), Кейте Вайнгартен (США), Джефф Циммерман (США), Анджела Цун он-Ки (Гонконг), Мария Анджела Тейшейра (Бразилия), Дарья Кутузова (Россия / Франция), Энджел Юэн (Канада) и Крис Билс (США).

## От редактора-составителя

Одна история из этой книги имеет для меня особое значение.

Во второй главе Майкл рассказывает о Донне, которую привели на консультацию родители, очень встревоженные качеством ее жизни. Донне был поставлен диагноз «шизофрения», она уже несколько лет принимала предписанные ей лекарства, время от времени оказываясь в психиатрической клинике. Майкл работал с Донной и ее родителями на протяжении восьми месяцев, постепенно она начала выходить из дома в мир. Потом в течение многих лет Донна время от времени обращалась за консультацией к Майклу в Далвич-центр<sup>1</sup>, чтобы, как она это называла, «подзаправиться». В один знаменательный день встреча приняла неожиданный оборот.

*«Донна пришла на консультацию после перерыва месяцев в пять. В конце нашего разговора она обвела взглядом мой кабинет, придирчиво осмотрев все, что ее окружало, и воскликнула: “Ну и бардак!” В первую очередь это касалось моей системы хранения документов. В то время у меня была горизонтальная система хранения, и я никогда не мог найти то, что было нужно. Я ответил: “Да, действительно бардак. И я решительно намерен что-то сделать с этим”. Донна спросила: “А почему ты думаешь, что готов сделать этот шаг?” Что-то слышалось родное в этом вопросе. Я рассмеялся и постарался ответить. Тогда Донна задала следующий вопрос: “Мне кажется, что это решение не возникло из ниоткуда. Что привело тебя к нему?” Теперь мы смеялись оба. Донна продолжала пристраивать опоры<sup>2</sup>: “А когда, ты думаешь, ты будешь готов предпринять этот шаг?” – “Ну, думаю, где-то, наверное, в ближайшие пару недель”, – ответил я.*

*Мы еще немного поболтали, и я проводил Донну в приемную. И там, к моему удивлению, Донна записалась еще на одну встречу со мной через две недели. Я отметил вслух, что это что-то новенькое – ведь обычно она дожидается момента, когда чувствует, что пора “подзаправиться”, и тогда записывается на консультацию. “А! – сказала Донна с большим энтузиазмом. – Так это не для меня. Это для тебя. Я записала тебя на консультацию со мной через две недели, чтобы посмотреть, приведешь ли ты в порядок свой бардак в кабинете”. Я был потрясен. И это еще мягко сказано.*

*Донна записалась на утро четверга, и полночи со среды на четверг я провел, приводя в порядок свою систему хранения документов, переводя ее из горизонтального в вертикальный формат. После этого я все-таки несколько*

---

<sup>1</sup> Далвич-центр – частный терапевтический центр, созданный Майклом Уайтом и Шерил Уайт в начале 1980-х годов в Аделаиде, Австралия. Майкл Уайт работал в нем до конца 2007 года. Далвич-центр был и остается одним из основных мировых центров обучения нарративной терапии, также при нем существует издательство «Далвич-центр Паббликейшнз» (Dulwich Centre Publications), выпускающее Международный журнал нарративной терапии и работы с сообществами (International Journal of Narrative Therapy and Community Work); основная масса книг по нарративной практике опубликована там. – Прим. перев.

<sup>2</sup> Простраивание опор (scaffolding) – практика работы в зоне ближайшего развития, в ходе которой более опытный участник взаимодействия помогает менее опытному преодолеть разрыв между тем, что уже знакомо и привычно, и тем, что он мог бы знать, ставя ему задачи различного уровня доступности. Этот термин Майкл Уайт заимствовал из теории обучения и развития советского психолога Л.С. Выготского. В применении к терапевтическим беседам это значит, что один человек задает другому вопросы, помогающие постепенно занимать рефлексивную позицию, формулировать ценности и принципы, определяющие выбор и принятие решений, и встраивать эти ценности и принципы в жизненную историю, чтобы ориентироваться на них более осознанно. Более подробно практика простраивания опор описана в «Картах нарративной практики» (М.: Генезис, 2021. – с. 281–308). – Прим. перев.

*часов поспал, потом подзарядился кофейком и отправился на консультацию с Донной. Это было потрясающее событие. Донна драматично распахнула дверь, шагнула в мой кабинет первой и провозгласила: «Потрясающе! Ты действительно это сделал!» После чего она остановилась и сказала: «Но я не должна этого говорить. Имеет значение то, что ты сам об этом думаешь». И снова мы хохотали, и я никак не мог перестать смеяться, потому что она продолжала задавать мне вопросы типа: «Как это влияет на твое представление о себе?»»*

Для меня эта история значима по ряду причин. Во-первых, она хотя бы частично передает те ощущения удовольствия, задора и равенства, которыми была наполнена терапевтическая практика Майкла, особенно когда речь шла о работе с людьми, имеющими серьезные нарушения психического здоровья. Во-вторых, она немного проливает свет на то, каково это было – собирать коллекцию прежде не опубликованных работ Майкла. Если бы не Донна, возможно, мы бы так никогда и не нашли некоторых материалов, вошедших в эту книгу. Целое лето я провел, погрузившись в горизонтальные и вертикальные системы хранения документов Майкла. Разбирая кучу дискет, я ощущал себя таким первобытным охотником-собирателем. Дискеты – это, знаете, такие древние пластиковые диски, которые при включении издают характерный трескучий звук, напоминающий старшему поколению о восьмидесятых и девяностых годах прошлого века. Таких дискет у Майкла было штук двести. У меня было ощущение, что я провожу спасательную операцию в здании, пострадавшем от взрыва: никогда не знаешь, что еще доведется обнаружить за следующим завалом.

Иногда удавалось отыскать настоящие жемчужины. Многие из найденных рукописей были мне уже знакомы, я про них знал и искал их специально. Но некоторые были совершеннейшей неожиданностью. Открываешь, бывало, семнадцатый файл на какой-нибудь дискете и вообще не представляешь, что там увидишь, потому что названия файлов нисколько их содержанию не соответствуют... и внезапно обнаруживаешь прежде не известные истории и яркие, блистательные идеи. Это было восхитительное, радостное чувство, я так скучал по нему после смерти Майкла.

Январь Майкл всегда посвящал написанию текстов. В самую сильную летнюю австралийскую жару он устранился ото всех и писал. Мы терпеливо ждали и иногда осторожно спрашивали, как идут дела. А потом он завершал первый черновик – и отдавал его мне. Я всегда так предвкушал это мгновение! Я знал, что свежие истории и идеи Майкла позволят мне иначе видеть мир, научат думать по-новому. Всякий раз так и случалось. А потом мы садились вместе и доводили текст до формы, готовой к публикации.

В этот раз, когда я разбирал документы Майкла, я как будто получил от него одиннадцать новых черновиков. Некоторые были более законченными, другие – менее. Как составителю не опубликованных при жизни автора сочинений, мне важно объяснить читателям, из каких материалов была собрана эта книга и что было сделано с текстами для их подготовки к печати.

Ниже я немного расскажу, какие материалы послужили основой для глав книги.

### **1. Терапия и мир за пределами кабинета: пересматривая привычные представления о нормах и правилах**

В этой главе отражены уникальные представления Майкла о том, что представляет собой власть нормирующих убеждений и как они проявляются в терапии. Она была составлена из двух разных источников: из пленарной лекции, которую Майкл прочел на II Международной конференции по нарративной терапии и работе с сообществами, проходившей в Далвич-центре в Аделаиде в 2000 г., а также из заметок для семинара, проведенного в 1999 году, который назывался «Разные лики власти».

## **2. Поворотные моменты в развитии нарративной практики, значение этики в работе терапевта**

Эту смешную, вдохновляющую и трогательную лекцию Майкл прочел на Международной летней школе по нарративной практике, проходившей в Далвич-центре в Аделаиде в 2004 г. Я также включил в эту главу небольшие выдержки из рукописи, которая называлась «Что затрудняет введение этических норм?»

## **3. Власть терапевта: изменяя традиционный терапевтический контекст**

Каким образом терапевты могут отказываться от приверженности ценностям доминирующей культуры<sup>3</sup>? В этой главе Майкл старается представить способы выхода за пределы принятых в современном обществе социальных норм, правил и принципов жизни. Это выдержка из более длинной рукописи, подготовленной для конференции в Аделаиде. Документ был написан в начале девяностых годов и практически не потребовал редактирования.

## **4. «Контрперенос» как возможность создания насыщенных историй<sup>4</sup>**

## **5. Сопротивление и ответственность терапевта**

Эти две главы очерчивают темы, о которых Майкл говорил редко: феномены контрпереноса и сопротивления. Материалы были взяты из презентаций, которые Майкл представлял на конференции «Эволюция психотерапии» в Анахейме в 2005 г. В этих главах я собрал воедино заметки, которые Майкл делал для этих презентаций, и истории, которые он рассказывал на конференции. Истории были расшифрованы с аудиозаписей и встроены в текст.

## **6. Об анорексии. Интервью с Майклом Уайтом**

Майкл довольно подробно писал о нарративной работе с анорексией, но это было давно. Это интервью отражает, пожалуй, самый свежий его взгляд на эту проблему. Я провел это интервью с Майклом в Мельбурнском аэропорту в мае 2006 г. Мы отправили его на рецензию нескольким практикующим специалистам в 2007 г., но опубликовать при жизни Майкла не успели. Для того чтобы включить его в этот сборник, потребовалась только минимальная вычитка.

## **7. Признание ответственности. Работа с мужчинами, совершавшими насилие**

В 2005–2006 гг. Майкл провел два специальных интенсива по теме «Реакция на насилие». Готовясь к этим семинарам, мы с Майклом сотрудничали с женской организацией WWSAFE, занимающейся проблемами жестокого обращения в семье, а также по приглашению Рэйчел Хэггерт встречались с мужчинами, отбывающими наказание в тюрьме «Лонг Бэй» в подразделении «Профилактика насилия». Эта глава была составлена из множества разных источников: подготовленные Майклом раздатки для семинара «Реакция на насилие» (2006 г.); три набора рукописных заметок к семинарам, которые Майкл хранил в папке, посвященной этой теме, там была намечена «карта» бесед, помогающих людям отказаться от насильственных способов поведения; терапевтическое письмо, написанное Майклом в 2001 г.; и терапевтическое письмо, которое мы с Майклом написали вместе после посещения тюрьмы «Лонг Бэй» в 2006 г. Впервые я оказался на тренинге в Далвич-центре в 1993 г., когда пытался разо-

---

<sup>3</sup> **Доминирующая культура** – это совокупность принятых в сообществе социальных норм, обычаев, взглядов, ценностей. – *Прим. ред.*

<sup>4</sup> **Насыщенная история (насыщенное описание)** – ключевое понятие нарративного подхода. Под насыщенным описанием понимают подробный, многомерный, эмоционально окрашенный рассказ от первого лица, в котором ясно видны ценности, принципы, смыслы и намерения человека. В отличие от насыщенно описанных историй, «бедные описания» представляют собой сухие характеристики, диагнозы, описания технических деталей и подробностей. – *Прим. ред.*

браться, что же делать с мужским насилием. Я тогда работал с заключенными в тюрьме «Лонг Бэй», а также с мальчиками-подростками в школах. Я считаю, что опыт работы Майкла с мужчинами, совершавшими насилие, имеет огромное значение. Я разговаривал с ним на эту тему еще в начале девяностых годов, и очень радуюсь, что эти идеи наконец становятся доступны практикующим специалистам на местах.

### **8. Экстернализация и ответственность**

На семинарах Майклу очень часто задавали вопрос: каким образом понятие «экстернализация» связано с понятием «ответственность»? В этой главе вы найдете ответ. Это отредактированная расшифровка записи выступления Майкла на конференции «Эволюция психотерапии» в Анахейме в 2005 г.

### **9. Восстановление ценностей на основе резонансного отклика. Нарративные ответы на травматический опыт**

В начале двухтысячных годов Майкл сосредоточился на исследовании нарративного подхода к работе с травмой. Он прочитал пленарную лекцию по этой теме на IV Международной конференции по нарративной терапии и работе с сообществами, которая прошла в Атланте в 2002 г. Готовясь к этой конференции, Майкл написал несколько вариантов конспектов выступления, и в каждом из них было гораздо больше материала, чем он мог вместить в лекцию. В одной из этих версий я обнаружил подробные заметки, касающиеся понятий «восстановление ценностей» и «резонанс». Было необходимо включить в эту главу выдержки из текста, объясняющие также понятие «отсутствующее, но подразумеваемое». Эти выдержки взяты из статьи Майкла, опубликованной в 2003 г.

### **10. Жизнь после самоубийства близкого**

Тема помощи людям, чьи близкие оставили этот мир по собственной воле, часто звучала на семинарах Майкла, но он никогда при жизни не публиковал материалы на эту тему. Эту главу я составил из трех разных источников: из рукописи, датированной 15 октября 1999 г., я взял введение. Пример из практики я взял из отредактированного транскрипта видеозаписи, хранящейся в архивах Майкла Уайта (все конкретные данные, позволяющие идентифицировать участников, были изменены). Абзацы-связки и заключение были реконструированы из заметок с семинаров Майкла.

### **11. Работа с парами. Вовлекая пары в приключения**

Очень часто терапевты просят рассказать им что-нибудь о нарративных способах работы с парами. Поэтому мы включили в книгу эти недатированные заметки, которые мы нашли в файлах Майкла. Скорее всего, они написаны где-то в 1999-м или 2000 году.

Одиннадцать глав. Одиннадцать жемчужин. И каждая по-своему проливает свет на тот или иной аспект невероятно разнообразного вклада Майкла в поле терапевтической практики.

Майкл очень любил цитировать слова Клиффорда Гирца о том, как важно «спасать сказанное от исчезновения» (см. *Гирц*, 2004; *Ньюман*, 2009). Слово эфемерно, оно не существует во времени длительно, не сохраняется. Когда человек излагает с большим трудом добытые знания о своей жизни, одна из задач терапевта – «спасти» сказанное, записать, запечатлеть его таким образом, чтобы человек мог возвращаться к нему в будущем, всматриваться и применять к собственной жизни. Этот процесс подразумевает внимательность к словам, сохранение их, продление их жизни. Иначе они могут остаться незамеченными.

Для меня составление и редактирование этих одиннадцати глав было подобно спасению важных слов от исчезновения. Каждый раз, обнаруживая что-то потрясающее на диске-

тах Майкла, я радовался и одновременно вздрагивал от страха, понимая, как же легко было это насовсем потерять. Эта книга – своеобразный акт признания ценности тех слов, которые могли бы остаться незамеченными, не попали бы в поле зрения будущих терапевтов, а значит, исчезли бы, не оставив следов.

Мы старались учесть множество этических соображений, касающихся особенностей работы со словами человека, который уже умер. Важно сказать, что все оригинальные источники – записи, фрагменты текстов, вошедших в состав этой книги, хранятся в архивах Майкла Уайта, так что желающие могут изучить, как именно был реконструирован текст, какие изменения мы внесли в ходе работы над этой книгой.

Конечно, я не мог не поделиться новостью о книге с Донной. Она была очень рада услышать об этом, долго говорила о том, как любит Майкла и скучает по нему. Но когда я напомнил ей о тех усилиях, которые ей пришлось предпринять, чтобы Майкл разобрал наконец бардак в своем кабинете, и что без этого сейчас я, возможно, не смог бы собрать все материалы в книгу, мы оба рассмеялись.

Работая с Майклом в одном здании, я часто слышал смех, доносящийся из его кабинета. Я надеюсь, что, читая эти главы, вы тоже его услышите.

*Дэвид Денборо<sup>5</sup>*

---

<sup>5</sup> Дэвид Денборо (*David Denborough*) – с середины 1990-х годов сотрудник, а затем содиректор Далвич-центра и фонда Далвич-центра, редактор большинства выпусков Международного журнала нарративной терапии и работы с сообществами (*International Journal of Narrative Therapy and Community Work*). Один из основоположников коллективной нарративной практики. – *Прим. перев.*

## Предисловие

Однажды я в шутку сказала Майклу, что ужасно зла на него.

Все дело в том, что, перечитывая одну из его статей, я обнаружила в ней свою новую идею. «Майкл, – спросила я с деланным возмущением, – как тебе удалось впихнуть мою самую прекрасную, самую свежую идею в статью, которую ты написал шесть лет тому назад? И ведь я ее очень тщательно прочитала, как только она вышла...» Он ухмыльнулся и извинился передо мной.

Тексты Майкла всегда полны новых идей. Неважно, сколько раз я их перечитываю, неважно, как давно они были написаны. И это утешает меня всегда с тех самых пор, как он умер. Я могу многократно перечитывать его тексты и всякий раз находить что-нибудь новое. Однако прочитать сборник его статей, никогда прежде не опубликованных, – это настоящий подарок! Да это целая сокровищница, из которой я буду черпать драгоценности еще много лет.

На вес золота, например, представленные в книге статьи, которые изначально существовали как пленарные лекции, прочитанные на конференциях. Перечитать их – нежданная радость и огромный источник новых знаний для тех, кто слышал эти вдохновляющие выступления; теперь мы можем заново обратиться к ним и прочитать их медленно и вдумчиво. А для тех, кто не был на тех конференциях, эти публикации – первый шанс с ними познакомиться.

В книгу включены также рассказы Майкла о его работе с разными людьми. В этих описаниях виден и особый стиль его работы, и та тщательность и бережность, с которыми он всегда подходил к терапевтическому взаимодействию. В книгу включена и длинная стенограмма одной из бесед. Это дает нам редкую возможность понаблюдать за работой Майкла почти вживую, насколько это можно реализовать в книге, конечно.

Многие статьи приоткрывают для нас многоплановость и сложность его мышления и помогают нам лучше понять принципы и ценности, которые всегда лежали в основе его работы. Его слова, касающиеся этики и политики, звучат очень прямо и ясно: «Вопрос не в том, приносим мы или не приносим политику в кабинет терапевта. Я считаю, надо обсуждать вопрос, в какой степени мы готовы быть ее молчаливыми соучастниками?»

Возможно, потому, что это последняя книга Майкла, я решила наслаждаться ею медленно, читать понемножечку каждое утро, до начала приемов, у себя в кабинете для консультаций. Читая, я смеялась и плакала. Книга дала мне новое вдохновение для работы. В разговорах с людьми, приходившими на консультацию, я замечала моменты, которые перекликались с описанными в книге ситуациями. Я чувствовала, что иначе откликаюсь на происходящее в моей работе, и то, что я делала по-новому, мне нравилось. Когда я прочитала слова Майкла: «...возможно, сейчас самое время найти новые способы заявлять о своих принципах, намерениях, целях и ценностях и помещать эти заявления в центр нашего внимания, так, чтобы они ложились в основу нашей жизни и нашей работы», – я просто воскликнула вслух: «Да!»

Для меня большая радость снова слышать голос Майкла. В этой книге он звучит ясно и громко, мягко и вопрошающе, с юмором и с большой серьезностью. Тексты, включенные в эту книгу, я прочитала еще до того, как она обрела название. И потом, когда узнала, что читаю я книгу под названием «Нарративная практика. Продолжаем разговор», я была в восхищении. Потому что, действительно, эта книга – как продолжающийся разговор с Майклом. Но и нечто большее, чем просто разговор. Когда я читала книгу, то чувствовала, что Майкл присоединяется ко мне в моей работе. Мне бы очень хотелось, чтобы у всех читателей появился такой опыт. Едва ли можно представить себе кого-то – коллегу, члена команды, кто мог бы предложить вам более творческие и глубокие идеи. Едва ли есть кто-то, кто бы с большим, чем Майкл, энтузиазмом присоединился к продолжающимся разговорам о нарративной практике.

Было время, когда Майкл часто повторял цитату о расходящихся кругах, которая звучала примерно так: «Круги, которые расходятся дальше всего, длятся дольше, чем круги, которые расходятся не так далеко»<sup>6</sup>. Мне нравится эта цитата не только потому, что я слышу ее в своей голове с австралийским акцентом Майкла. Для меня она о том, что у малых действий есть последствия, которые расходятся, как круги по воде, все шире и шире, все больше и больше, и мы не можем предсказать, какое влияние они будут оказывать. В одной из статей, включенных в эту книгу, Майкл открыто и прямо пишет о том, как ценно и полезно отмечать, фиксировать самые малые действия. В его работе эта практика всегда была очень важной, и в примерах, которые он приводит в статьях, мы видим ее снова и снова. Но я сейчас вспоминаю эту цитату еще и потому, что пытаюсь представить себе, какие круги будут расходиться от этой книги. Я знаю, что те из нас, кто изучал, как работает Майкл, и читал его предыдущие книги, порадуются этой. Я надеюсь, что благодаря ей с работой Майкла познакомится новое поколение терапевтов, а я буду наблюдать за расходящимися кругами с восторгом и предвкушением.

В первый раз я читала эту книгу очень медленно, но потом вернулась к ней заново, чтобы перечитывать ее снова и снова. Я пометила страницы звездочками, написала себе кучу заметок, подчеркнула некоторые фразы. Вот одна из заметок, которую я написала на полях: «Вот здесь у меня возникает вопрос, и я бы очень хотела поговорить об этом с Майклом. Но вместо этого тем, кто остался, придется говорить друг с другом». И я очень надеюсь, что так и будет.

*Джилл Фридман*<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> В оригинале эта фраза звучит так: «*Those ripples that last the longest last longer than those ripples that don't last so long*». – Прим. ред.

<sup>7</sup> **Джилл Фридман** (*Jill Freedman*) – подруга и коллега Майкла Уайта, соруководитель (совместно с мужем, Джином Комбсом) Эванстонского центра семейной терапии в Иллинойсе, США. Они с Джином авторы книги «Нарративная терапия: социальное конструирование предпочитаемых реальностей» (издана на русском в 2001 г. под названием «Конструирование иных реальностей») и «Нарративная работа с парами... и много чего еще!» (*Narrative Therapy with Couples... and a whole lot more!*), а также ряда статей. – Прим. перев.

## Введение

Майкл, через несколько месяцев после твоей смерти я прочитал один рассказ и как будто получил удар под дых.

Повествование ведется от лица бармена.

Изо дня в день в бар приходит посетитель, садится на один и тот же табурет и заказывает каждый раз одно и то же – два бокала белого вина. Бармен, ни о чем не спрашивая, ставит перед посетителем два бокала и уходит. Посетитель очень увлеченно и с большим интересом ведет разговор с невидимым собеседником. Так он просиживает в баре около часа или немногим больше, выпивая оба бокала, и уходит. Проходит несколько лет. Бармен и его посетитель привыкают друг к другу, и, наконец, бармен отваживается спросить, почему бокалов два, а не один. Его посетитель грустно сообщает, что второй бокал для друга, вынужденного отправиться в политическое изгнание. Несколько месяцев спустя посетитель приходит и заказывает один бокал. И бармен делает то, чего никогда не делал прежде, – он протягивает руку через барную стойку, касается посетителя и говорит: «Мои соболезнования» (*Galeano, 2006. С. 213*).

Майкл, ты оставил нам такое богатое наследие! Особенно замечательны две сокровищницы: одна – сборник статей, который читатель держит в руках. А вторая – архив видеозаписей (<https://dulwichcentre.com.au/michael-white-archive/>). Я думаю, что многие из нас закажут два бокала: один для себя, а другой для тебя. У нас есть столько всего, о чем бы мы хотели с тобой поговорить, а у тебя – столько всего, о чем ты мог бы нам поведать...»

Я начал писать это введение четвертого апреля, когда прошло ровно два года с твоей внезапной смерти. Не думаю, что это было правильно, потому что у меня получилось нечто очень похожее на тот некролог, который я уже написал раньше<sup>8</sup>. После этого я несколько ночей не спал, несколько дней не мог найти себе места. Меня немного утешили слова Джоан Дидион: «Горе – это место, о котором мы ничего не знаем, пока не окажемся в нем» (*Didion, 2003. С. 188*). И когда через несколько недель я вернулся к этому введению, оказалось, что я совсем не знаю, как мне с ним быть. В замешательстве я повернулся к Энн (Эпстон) – знаете, я всегда так делаю: «А почему бы тебе не написать Майклу письмо?»<sup>9</sup> Я тут же воодушевился, потому что столь о многом хотел с тобой поговорить, Майкл. И теперь у меня появилась возможность сделать это, практически как у того посетителя, который заказывал два бокала вина, а не один.

Помнишь, Майкл, как после того, как мы несколько раз переносили дату нашей встречи, мы, наконец, пообещали друг другу, что ничто не помешает нам встретиться в Аделаиде в конце апреля? И ведь мы были абсолютно уверены, что ничто и никто не помешает нам на этот раз. К сожалению, оказалось, что та дата, которую мы назначили, была через три недели после твоей смерти. Я приехал в Аделаиду... на похороны. Не могу выразить, как я когда-то предвкушал нашу встречу, как мне хотелось прочертить курс дальнейшего развития нашего «братства идей» с момента той встречи и до момента, когда нас окончательно одолеет старческий маразм.

Примерно в середине девяностых годов нам пришлось с сожалением признать, что, как бы мы ни хотели этого, работа, обязательства и разнообразные поездки мешают нам сидеть рядышком и беседовать. Ты помнишь, как мы с восторгом и в некотором остоленении наблюдали, как взлетела нарративная терапия после нашего предконференционного семинара в 1989 году, на конференции Американской ассоциации семейной и супружеской терапии в Сан-Франциско? И после твоего интервью с так называемым «поджигателем»? А потом еще был специальный выпуск журнала *Family Therapy Networker*, посвященный нарративной терапии

---

<sup>8</sup> Этот некролог вошел в русское издание «Карт нарративной практики» как послесловие. – *Прим. перев.*

<sup>9</sup> Пример такого письма можно посмотреть в публикации *Epston, 1991/1998*.

(Simon, 1994). А потом еще через год статья в Newsweek (Cowley & Springen, 1995). Потом каждый из нас погрузился в свои собственные писательские проекты. Вместе с Риком Майзелем мы написали книгу «Укуси руку, которая морит тебя голодом: вдохновляющее сопротивление анорексии и булимии» (Biting the Hand That Starves You: Inspiring Resistance to Anorexia/Bulimia), а ты в это время работал над «Картами нарративной практики». Майкл, может быть, ты как-то предчувствовал, что твоя безвременная кончина не за горами, поэтому так старался, столько усилий вкладывал, создавая «Карты» – труд, который мне кажется дистиллятом твоего опыта работы на протяжении всей жизни.

Для меня очень важно, что когда «Карты нарративной практики» вышли из печати, именно я представил эту книгу будущим читателям на конференции по нарративной практике в Кристиансанде в Норвегии<sup>10</sup>. И сейчас я смеюсь про себя, вспоминая, как ты старался отговорить меня от этого. А когда ты увидел, что я не сдамся, что я упорно стою на своем, ты стал оправдываться, приводя всяческие благовидные аргументы, только бы не оказаться в центре внимания. Майкл, ты всегда с таким уважением относился ко всем, кого встречал и с кем работал. Ты давал им столько признания. Ты создавал «форумы» признания (White, 1997/2000) для других, но крайне редко нам удавалось устроить нечто подобное для тебя.

Майкл, я просто не могу найти слов, чтобы сказать, какое облегчение я испытываю, когда вижу собранные в одном сборнике не опубликованные прежде статьи, лекции, раздаточные материалы для семинаров, письма, выписки. Есть, конечно, видеозаписи твоих лекций и семинаров, и это целый клад. Однако несмотря на то, что ты постоянно что-то публиковал в издательстве Далвич-центра с начала восьмидесятых годов и потом (Epston & White, 1992; White, 1989b, 1995a, 1997, 2000b, 2004; White & Morgan, 2006), я сожалел – и ты разделял мои сожаления, – что, кроме книги «Нарративные средства достижения терапевтических целей (Narrative Means to Therapeutic Ends, White & Epston, 1990), читатели в Северной Америке практически ничего не знают о твоей работе.

Как часто мы с тобой говорили, в каком огромном долгу мы у независимого издательства Далвич-центра и работающих в нем Шерил Уайт, Джейн Хейлс, Дэвида Денборо и Марка Трудингера! Их публикации всегда были связаны с тем, что волновало и заботило тебя, Майкл. Мало кто в крупных издательствах психологической литературы смог бы и захотел бы опубликовать то, что публиковали они. Издательство Далвич-центра долгое время было главным «голосом» нарративной терапии и будет им оставаться еще какое-то время. И подумать только – все это началось в начале 80-х годов с рассылки под названием «Ближайшие события», в которой содержалась информация о беседах, запланированных на следующую пятницу после окончания рабочего дня, в Далвич-центре в Аделаиде! Без независимого издательства, я убежден, нарративная терапия никогда не смогла бы говорить так прямо, открыто и четко, затрагивая разные темы в только ей свойственной, особой манере. И во многих случаях озвучивал идеи именно ты.

Майкл, я знаю, что ты так же, как и я, благодарен *W. W. Norton* – почтенному издательству, которое взялось опубликовать наш скромный первый черновик, поступивший из малоизвестного уголка Австралии. Именно они переименовали наш текст, дав ему другое название – у нас было «Литературные средства достижения терапевтических целей», а они заменили «литературные» на «нарративные» и привлекли тем самым внимание читателей в разных странах за пределами Австралии и Новой Зеландии.

Сьюзан Берроуз Монро стала другом, доверенным лицом, редактором, пока ее не сменила Дебора Малмуд; она руководила выпуском «Укуси руку, которая морит тебя голодом» в 2004 г. и твоих «Карт нарративной практики» в 2007 г. Она сопровождала работу над этими

---

<sup>10</sup> VIII Международная конференция по нарративной терапии и работе с сообществами, Кристиансанд, Норвегия, 20–22 июня 2007 г.

книгами до самого момента публикации. Мы очень гордимся, что наши книги выпущены издательством *W. W. Norton*.

В своей работе и в текстах ты пытался освоить обширную территорию социальных, политических и этических проблем. Когда люди, прежде не знакомые с этими проблемами, начнут читать эти статьи, они почувствуют твою эрудицию, элегантность твоего мышления, щедрость духа и, что особенно очевидно, дерзость и мужество убеждений. Ты никогда не был в этих убеждениях одинок, тебя всегда поддерживала Шерил. Семейный центр в Новой Зеландии – Варихи Кэпмбелл, Таймалиеуту Киви Тамазизи, Флора Тухака и Чарльз Уолдегрейв и их команда «Справедливая терапия» – были твоими менторами и советниками, когда ты стал работать с представителями иных культур (*Waldegrave*

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.