

Диана Дрекслер

В ПОИСКАХ **ХОРОШЕГО** **МЕСТА**

КАК РАБОТАЮТ
СИСТЕМНЫЕ
РАССТАНОВКИ



Психология для профессионалов

Диана Дрекслер

**В поисках хорошего места. Как
работают системные расстановки**

«Питер»

2015

УДК 159.98
ББК 88.492

Дрекслер Д.

В поисках хорошего места. Как работают системные расстановки
/ Д. Дрекслер — «Питер», 2015 — (Психология для
профессионалов)

ISBN 978-5-4461-2206-6

Наверное, ни один другой метод не вызывал такой бурной полемики в профессиональном сообществе и не получал при этом такого широкого распространения в повседневной работе психотерапевтов, как расстановочная работа. Несмотря на свою относительную молодость, на сегодняшний день он представлен — в зависимости от профиля и основного фокуса в работе тех, кто его применяет, — практически в бесконечном множестве разнообразных направлений и форм. После краткой исторической справки о развитии метода Диана Дрекслер представляет “столпы” системных расстановок: системную теорию и феноменологическую позицию, генерационную перспективу и ориентированность на ресурсы. На основе примеров в книге представлены часто наблюдаемые системные динамики, на примере группового семинара объясняются характерные особенности расстановочной работы. Кроме того, автор не оставляет без внимания поэзию расстановочной работы и с удивительной ясностью приветствует серьезную критику в адрес расстановок. Столь же трезво она проводит черту между нереалистичными, восторженными утверждениями некоторых приверженцев метода и подлинными, изменяющими жизнь переживаниями, действие которых сохраняется надолго. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 159.98

ББК 88.492

ISBN 978-5-4461-2206-6

© Дрекслер Д., 2015

© Питер, 2015

Содержание

Введение	7
1. Системные расстановки – краткое описание	9
2. Об истории расстановочной работы	11
3. Основы системных расстановок	14
3.1. Системные теории и феноменология	14
3.1.1. Базовые послыки системных теорий	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Диана Дрекслер
В поисках хорошего места
Как работают системные расстановки

© ООО Издательство "Питер", 2023

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Введение

Наверное, ни один другой сценический метод не вызывал такой бурной полемики в профессиональном сообществе и не получал при этом такого широкого распространения в повседневной работе консультантов и терапевтов¹, как расстановочная работа. Несмотря на свою относительную молодость, на сегодняшний день он представлен – в зависимости от профиля и основного фокуса в работе тех, кто его применяет, – практически в бесконечном множестве разнообразных направлений и форм. Только в процессе написания этой книги я осознала тот риск, что для многих расстановщиков здесь не будут или будут недостаточно отражены важные аспекты их самопонимания и что, описывая собственную работу, они бы расставили акценты иначе. Да, введение столь ограниченного объема не способно воздать должное всем разновидностям этого метода. Попытка найти для «системных расстановок» небольшой общий знаменатель никого не удовлетворит сполна. Поэтому я могу описать здесь лишь некоторые характеристики и фрагменты моей собственной сегодняшней расстановочной практики, которые по большей части ограничиваются работой в группе с темами, имеющими отношение к семье.

После первой публикации книги «Два рода счастья» (Weber, 1993) появилось большое количество книг, посвященных классической семейной расстановке, в том числе множество снабженных комментариями транскриптов семинаров Б. Хеллингера. Базовым трудом о принципах, методиках и путях развития семейных расстановок стала книга Я. Шнайдера (J. Schneider, 2014). О специфическом подходе структурных расстановок можно почитать в многочисленных публикациях его авторов – Маттиаса Варги фон Кибед и Инзы Шпаррер (например, Sparrer, 2004, 2006; Varga von Kibéd u. Sparrer, 2008). В разделе 8.3 вы найдете примеры некоторых уже давно получивших признание и знакомых мне лично форматов расстановочной работы для особых тем и областей применения. Более широкий обзор можно получить, обратившись к разделу «Системные расстановки» в программе издательства Carl-Auer Verlag, а также к профессиональному журналу *Praxis der Systemaufstellungen* Германского общества системных расстановок (DGfS).

Описанную здесь модель можно назвать «системно-интегративной». Она сочетает в себе принципы и способы действий системной терапии Гейдельбергской школы и «классической» расстановочной работы, а также феноменологические концепции психодинамических и телесно-ориентированных традиций терапии. В последнее время с учетом открытий нейронауки и результатов исследования привязанности разрабатываются методы действий при определенной тематической фокусировке (например, симптомные расстановки или расстановки эго-состояний) и для индивидуального сеттинга. Их описание будет представлено ниже.

И сразу еще одно замечание: эта книга заставила меня разрываться между «внутренними голосами», временами доводя до отчаяния и чуть не вынуждая опустить руки. «Расстановщица» во мне не находит себя в попытках теоретических описаний: «Ни капли атмосферы, ни капли магии момента, ни капли внутреннего роста фраз, ни капли эмоционального отклика, когда происходит что-то верное. Ничего этого не найти в сухих словах теории». А моя когнитивная и заинтересованная в теории часть испытывает полное недоумение, когда читает описание происходящего в конкретной расстановке: «“Ты мой отец, я твоя дочь”, “Ты умер, а я поживу еще немного и потом тоже приду”, – что подумают коллеги, чем ты тут на самом деле занимаешься?!» Внутренняя расстановка не решила эту проблему, но сделала ее чуть более выносимой. Оба голоса: я со своим «метаинтересом» и я-расстановщица – получили

¹ В оригинале книги используется форма то мужского, то женского рода. Ради легкости чтения в русском переводе по согласованию с автором решено оставить только форму мужского рода, при этом в виду всегда имеются представители обоих полов. – *Примеч. пер.*

свое место, и читатель будет слышать в книге то одну, то другую. В качестве свидетелей и посредников в этот внутренний образ были поставлены Эрика Люцнер-Лай, Рудольф Кляйн и Гунтхард Вебер. А как утешительный ресурс я то и дело вспоминаю принадлежащую Полю Валери вариацию высказывания Декарта: «Иногда я мыслю; а иногда я существую» (Valery u. Stölzl, 2011, S. 84).

Возможно, чтение книги «пробудит аппетит» к собственному исследованию вопроса, в чем заключается волшебство расстановочной работы – а где популярным практикам полезно лишиться своего волшебного ореола.

1. Системные расстановки – краткое описание

В системных расстановках *системой* можно назвать любую группу из отдельных элементов, выделяемую из ее окружения некой границей. Элементы системы взаимодействуют между собой в определенных процессах и структурах, которые обуславливают друг друга и благодаря обратной связи развиваются дальше. Таким образом, любая система больше, чем сумма ее частей. С этой точки зрения можно выделить, в принципе, неограниченное количество типов систем и соответственно системных расстановок. Представленные здесь базовые структуры и выведенные на их основе характеристики для практики системных расстановок относятся прежде всего к *семейным системам*. Вопрос о том, допустим ли и насколько допустим их перенос на другие типы систем (трудовые системы, организации, психические системы, системы тела, структуры принятия решений и т. д.), может обсуждаться здесь на основании примеров лишь в первом приближении, однако он будет иметь значение для дальнейшего концептуального развития метода.

Несмотря на все многообразие расстановочных форматов, существуют принципиальные отграничения и способы отличия расстановочной работы от других групповых сценических методов (скульптуры, психодрамы, реконструкции семьи, работы с семейной доской). Недостаточное внимание к этим различиям все еще приводит к некоторой путанице в ее восприятии в терапевтическом ландшафте. Далее будут приведены некоторые *характеристики расстановочной работы* в подразумеваемом здесь узком смысле, которые могут служить первым ориентиром.

- Расстановкой здесь называется такой способ работы, при котором клиент с помощью не принадлежащих к системе репрезентантов (заместителей) располагает в пространстве свой внутренний образ в отношении некой темы или системы.

- Расстановке предшествует прояснение запроса, в ходе которого согласуется вид и количество расставляемых элементов. Кто или что будет представлен/представлено при помощи заместителей, зависит от фокуса выбранной темы: речь может идти об отдельных лицах (например, членах родительской или нынешней системы) или о группах лиц (например, подразделениях фирмы), о внутренних голосах, состояниях Я или абстрактных элементах (идеях, ценностях, целях и т. д.).

- В семейных расстановках – в зависимости от темы – учитывается информация о членах системы, относящихся к нескольким ее поколениям. Это делается на основании предположения, что те, кто появился в системе позже, на бессознательном уровне могут быть «переплетены» с теми, кто был в ней раньше, особенно в случае, если этих людей забыли, вытеснили из сознания или исключили из семейной памяти.

- Расставленные образы не являются отображением конкретных ситуаций в отношениях или конфликтов. Более того: расставляющего просят «абстрагироваться от времени» и молча, сосредоточенно расположить свой внутренний образ системы так, как он проявляется в самом акте расстановки. Процесс расстановки заместителей происходит без слов, без использования реквизита и без указания поз, мимики или жестов действующих лиц (в отличие, например, от психодрамы или работы со скульптурой).

- В качестве заместителей, или репрезентантов выступают, как правило, не члены расставляемой системы, а участники группы, которые мало знают об истории клиента и его системе.

- Источниками информации для репрезентантов являются предварительная беседа с клиентом (прояснение запроса) и их собственное расположение или место в пространстве (в смысле близости/дистанции, позиции лицом к... / лицом от..., направления взгляда). В так

называемых «скрытых расстановках» ни репрезентанты, ни ведущий не знают, кто кого замещает. В этом случае работают не с содержанием, а исключительно со структурами.

- Ведущий опрашивает репрезентантов об их ощущениях на тех местах, где они находятся. При этом наблюдающий за расстановкой клиент часто воспринимает чувства, физические симптомы или импульсы к движению, о которых они говорят, как очень точно соответствующие происходящему в его системе.

- В зависимости от высказываний репрезентантов и клиента ведущий предпринимает перестановки или приглашает заместителей двигаться самостоятельно – в поиске лучшего места, поддерживающих сил и ресурсов для клиента в его образе.

- На пути к заключительному (на данный момент) образу предпринимаются различные интервенции (процессуальная работа), при этом особое значение придается проведению ритуалов в форме произнесения определенных фраз и/или выполнения определенных действий. Эти (вербальные) действия осуществляются репрезентантами («от лица клиента») и/или самим клиентом. Во время процессуальной работы или, самое позднее, в конце расстановки клиента приглашают войти в расставленный образ, почувствовать, как он воспринимается изнутри, еще раз самому пройти отдельные шаги процесса и закрепить их на телесном уровне.

Обобщая, можно сказать, что, по сравнению с другими сценическими методами групповой работы, наверное, прежде всего мнимая простота, стремление избегать метакоммуникации в пользу прямого действия в образе и сильная фокусировка на эмоциях могут вызывать в том числе у заместителей и других членов группы непосредственное ощущение эвиденции переживаемого и составляют как действующую силу, так и возможную проблематику данного метода.

2. Об истории расстановочной работы

Классическая расстановочная работа в Германии во многом связана с личностью Берта Хеллингера. До 1968 года он, будучи священником, руководил миссионерской школой в Южной Африке, по возвращении откуда в 1971 году вышел из ордена и, получив образование по различным направлениям терапии, разработал на их основе свою сжатую и очень ценрированную на ведущем форму семейной расстановки. Его тезисы о структуре и динамике в семьях имеют предшественников в мультигенерационном подходе Бузормени-Надя, а на практику оказали влияние семейно-терапевтические подходы (Т. Шёнфельдер, В. Сатир), первичная терапия (А. Янов), сценарный анализ (Э. Берн) и работа с гипнотерапевтическими историями М. Эриксона.

Истоки представленного здесь подхода тесно связаны с историей создания Вислохского института системных решений (WISL). Его основатель Гунтхард Вебер внес существенный вклад в развитие так называемой Гейдельбергской системно-конструктивистской школы семейной терапии вокруг Хельма Штирлина. Когда в 1993 году он опубликовал первую книгу о расстановочной работе (*Zweierlei Glück*, Weber, 1993²) с (ныне измененным) подзаголовком «Системная психотерапия Берта Хеллингера», это вызвало бурные дискуссии в системном сообществе и привело к заявлениям об отмежевании, а многие принципы и способы действий в расстановках были объявлены несовместимыми с основополагающими постулатами системной терапии. Вебер же отстаивал ту точку зрения, что системно-конструктивистское мышление и дух расстановочной работы вовсе не так различны, что оба подхода могут оказывать друг на друга плодотворное влияние и что они со своими фокусировками и способами действий могут хорошо друг друга дополнять. В 1999 году он покинул Международное общество системной терапии (Internationale Gesellschaft für Systemische Therapie – IGST) и основал WISL как учебное заведение, где с тех пор проводятся программы повышения квалификации и дополнительного образования как по системной терапии и консультированию (с упором на системно-конструктивистский подход), так и по системным расстановкам.

В последующие годы вокруг Б. Хеллингера и расстановочной работы возник уникальный в своем роде, поляризованный «хайп» с идеализацией и приверженцами с одной стороны и заявлениями об отмежевании (главным образом в академических кругах) вплоть до дискредитации даже серьезных коллег-расстановщиков – с другой. Определенную роль здесь могли сыграть, в числе прочего, следующие факторы:

- «Расстановочная работа по Берту Хеллингеру» неожиданно стала популярной не только у специалистов, но и среди широких слоев населения. В рамках многочисленных мероприятий с большим количеством участников Хеллингер работал на сцене в том числе с людьми, страдавшими тяжелыми психическими и физическими заболеваниями. Было опубликовано множество транскриптов и видеозаписей этих его выступлений. В то же время он, ссылаясь на «феноменологическое видение», отказывался объяснять или обсуждать свои действия и интервенции в ходе этой работы. Среди его учеников в первые годы тоже считалось предосудительным выходить за рамки эвиденции переживаемого в расстановках и присоединяться к профессиональному дискурсу. Вопросы дидактики и профессионализации метода до сих пор вызывают у коллег-расстановщиков споры.

- Тот факт, что Б. Хеллингер практически не давал библиографических ссылок на теоретические корни своей работы (кроме отдельных упоминаний повлиявших на него терапевтов) или, по крайней мере, на праксеологические параллели, к сожалению, существенно отсрочил коллегиальную дискуссию с другими терапевтическими направлениями, – однако при этом

² В русском переводе «Два рода счастья». – Примеч. пер.

в его работе прослеживается множество связей с социологическими, антропологическими и семейно-терапевтическими концепциями. Такая неприязнь к теории и дискуссии в сочетании с пасторской манерой, использованием «несовременных» понятий («равенство», «род», «сердечная связь») и кажущимися порой аподиктическими и нормативными заявлениями о порядках в семье имела фатальные последствия для восприятия метода в профессиональном терапевтическом сообществе. Опирающегося на теорию, обстоятельного разбора его тезисов, по сути, не состоялось – правда, в том числе потому, что со стороны критиков эта дискуссия велась порой крайне полемично, несерьезно и тоже совершенно ненаучно (например, Goldner, 2003).

- С 1980-х годов после различных конфликтов, связанных с отграничением от семейной терапии и других (нетерапевтических) системных подходов, системная терапия конструктивистской направленности развивалась как самостоятельный метод. В 1996 году вышел первый учебник по системной терапии и консультированию (von Schlippe u. Schweitzer, 2003), но в то же время этот подход не входил в число методов, оплачиваемых больничными кассами, а борьба за его научное признание продолжалась до 2008 года. Задним числом становится понятнее, с каким упорством представители молодой еще терапевтической школы защищали свою теоретическую базу и практику от спорных идей и практик. Вероятно, на тот момент было необходимо сдерживать «отклонения», поэтому с (на самом деле имманентным теории) разнообразием системных «побегов» от собственного «ствола» особенно не церемонились. Оба системных профессиональных сообщества (Системное общество – Systemische Gesellschaft, SG и Германское общество системной терапии и семейной терапии – Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie, DGSF) в публичных заявлениях отказались признавать «расстановочную работу по Б. Хеллингеру» «системной».

- Критики и по сей день иногда предпринимают неуместное отождествление личности Б. Хеллингера с методом, не принимая во внимание самобытные вариации и модификации метода не «по Хеллингеру», а «после Хеллингера». Что не очень понятно, поскольку уже давно появились дифференцированные модификации и независимые от Хеллингера подходы (см. главу 8).

За годы своей деятельности Берт Хеллингер сам неоднократно существенно менял методику и названия своей работы («движения души», «духовная семейная расстановка», «практическая философия», «школа жизни»), а потом отказался от терапевтической направленности своей работы.

Примерно с 2000 года дискуссии приобрели более объективный характер, а элементы расстановок стали частью программ обучения во многих признанных направлениях терапии и консультирования. На расстановочной сцене сегодня существует два объединения: межпрофессиональный союз (Германское общество системных расстановок – Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen, DGfS) и международное общество (Международная ассоциация системных расстановок – International Systemic Constellation Association, ISCA). В 2013 году в рамках Германского общества системной терапии, консультирования и семейной терапии (Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie – DGSF) была создана секция «Системные расстановки». Метод встречает живой интерес и находит применение в том числе в таких нетерапевтических областях, как повышение квалификации, супервизия, экономика и политика. В последнее время многочисленные свидетельства его полезного действия подтверждаются научными исследованиями. Так, первое рандомизированное контролируемое исследование (Weinhold et al., 2014, S. 48) с неклинической выборкой из 208 участников после трехдневного расстановочного семинара демонстрирует позитивный эффект в отношении центральных переменных психического здоровья, который остается стабильным и через четыре месяца после интервенции. Исследователи исходят из того, что системные расстановки инициируют индивидуальные и межличностные процессы, например:

«прояснение отношений в родительской или нынешней системе, принятие ориентированной на ресурсы точки зрения в отношении собственной системы, стремление к преодолению биографического прошлого, а также разработка перспектив на будущее».

На сегодняшний день нельзя с уверенностью сказать, является ли расстановочная работа всего лишь «техникой» или методом, которые «растворятся» в популярных направлениях терапии, или она сможет сохраниться и утвердиться как самостоятельный подход.

3. Основы системных расстановок

3.1. Системные теории и феноменология

Так что не нужно иметь план, который вы хотите осуществить, а ждать случая: когда наступит момент, который сразу исчезнет снова, когда можно сказать то, что невозможно сказать ни до, ни после с той убедительностью, которая вытекает из момента?

Никлас Луман (Luhmann, 1988, S. 129)

Феноменология и системные теории считаются двумя самыми влиятельными подходами в современной философии. В нашем контексте нет возможности провести анализ философских научно-теоретических основ и их взаимоотношений, тем более что внутри обеих традиций также существует множество различных концепций. Здесь будет приведено лишь краткое изложение некоторых базовых посылок, которые заинтересованный читатель встретит, читая специальную литературу по теме. При этом можно обнаружить общие черты и различия, которые могут быть полезны применительно к расстановочной практике.

3.1.1. Базовые посылки системных теорий

Трансдисциплинарным предметом исследования системных теорий являются комплексные взаимодействия систем с их средой. Представители этих теорий опираются на специфические гносеологические позиции, а также системно-научные и биологические концепции, например концепцию аутопоэза и теорию познания (У. Матурана, Ф. Варела), кибернетику 2-го порядка (Х. фон Фёрстер), радикальный конструктивизм (Э. фон Глазерсфельд), теорию социальных систем (Н. Луман) и социальный конструкционизм (К. Герген, Х. Андерсон).

Следующие базовые посылки системных теорий имеют практическое значение для концептуализации системно-конструктивистской терапии:

- Система представляет собой группу находящихся в отношениях друг с другом элементов, которая отделена от своей среды некой границей.
- Люди – это комплексные единства разных типов систем: биологической (тело), психической (мысли, чувства) и социальной (коммуникация). Они принципиально независимы друг от друга и операционально замкнуты, однако находятся в циркулярных отношениях друг с другом. Теория относительно интеракции этих систем разработана пока недостаточно. Для описания их взаимодействия используется понятие структурного сопряжения (Матурана и Варела). Оно означает, что автономные организмические системы познают и возмущают друг друга как внешние среды, однако их влияние друг на друга не может быть инструктивным и каузальным.

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.