

Об особенностях расстановочной работы в случаях сильной травматизации

Расстановка внутренних частей клиента для восстановления целостности личности в случаях инцеста, сексуального насилия и других тяжёлых динамик

***Possibilities and special methods of using of a constellation work in severe trauma cases
Constellations of the Inner Parts of a client for regeneration of integrity and personality in cases of incest, sexual abuses and other painful dynamics***

Спокойная Наталья Вадимовна - директор Международного Института Системных Расстановок, Берлин.

Spokoinyi Natalia Vadimovna - Director of International Institute for Systemic Constellations, Berlin.

Действительный член ППЛ, сертифицированный психотерапевт EAP, сертифицированный тренер Немецкого Общества Системных Расстановщиков (DGfS), обучающий терапевт (мастер) «Системно-феноменологической психотерапии и системных расстановок» (сертификаты ИКСП и ISCA).

Email: n.spokoinyi@gmail.com

TEL +4930 56583937

FAX +4930 56583938

В этой статье я хочу поделиться новым методом, разработанным мной на основе личного расстановочного, терапевтического и духовного (в том числе и теологического) опыта, для работы с серьёзными травмами, вызванными насилием, инцестом, тяжёлыми потерями и т.д.

В подобных случаях клиенту часто рекомендуют не расстановку, а различные формы травмотерапии, проводить которые необходимо очень медленно, шаг за шагом, гомеопатическими дозами излечивая травму. Это, как правило, отнимает много времени и, соответственно, требует значительных финансовых вложений. Однако человеку, настолько погруженному в подобное тяжёлое состояние, свойственна апатия, отсутствие энергии для продолжительных усилий. Им сложно даже найти себе постоянную работу и стабильно зарабатывать хотя бы на жизнь, не говоря уже об оплате долгосрочной терапии. А учитывая, что работа над собой всегда требует кроме денег ещё и больших усилий, человек, разуверившись в терапии и решив, что безнадежен, не видит выхода из сложившейся ситуации, замыкается в себе и даже может уйти в тяжёлую депрессию, зависимость и т.д.

Ко мне нередко обращаются клиенты, которые уже испробовали различные методы и сочли неудачными курсы лечения у других терапевтов. Однако их мнение не всегда объективно.

В 2011 году ко мне обратился клиент (Г.), страдающий лёгкой формой шизофрении. На первый взгляд, у него был чётко сформулированный запрос.

Он рассказал, что до этого несколько терапевтов работали с ним различными методами, но безуспешно. После этого, узнав о расстановках, он специально поехал из Москвы в Петербург к известному расстановщику А.М.

Расстановка произвела на Г. большое впечатление, но, по его словам, не принесла видимых результатов. В процессе работы с Г. я увидела, что результат у этой расстановки был, и на мой взгляд, очень неплохой, но Г., в тот момент слишком замкнутый в травме, не смог его увидеть и оценить. Позже он несколько раз заказывал расстановку у другого терапевта, уже в Москве. Но по результатам короткого теста (его заместитель ложился на пол) ему отказывали в работе, мотивируя тем, что она будет слишком опасной для него и для группы. После этой «неудачи» он и пришёл ко мне.

Из этого опыта я поняла, что реально помочь человеку смогу, только отказавшись от работы гомеопатическими дозами и сразу совершая с клиентом в расстановке большие шаги. Тогда, почувствовав изменения и получив достаточно большой внутренний ресурс, клиент сможет увереннее пойти в жизнь и продолжать работать со своей травмой.

Мой опыт с такими клиентами показал не только возможность расстановочной работы с ними, но и её особую эффективность. Но для этого пришлось постепенно выработать особую модель входа в подобные расстановки, так как отыскать нужную информацию для расстановочной работы с ними мне не удалось.

Предпосылки для создания метода

С самого начала моей расстановочной практики ко мне в качестве клиентов часто приходили (и продолжают приходить) люди с тяжёлыми травмами, вызванными насилием, инцестом, тяжёлыми потерями и т. д. В работе с ними я неоднократно замечала, что после серьёзного продвижения вперёд неожиданно происходил «откат»: человек оставался очень доволен результатом, видел реальные изменения в себе и в жизни, писал восторженные отзывы на сайт, но через какое-то время начинал отстраняться от нового ресурса, обесценивать проведённую работу и (или) злиться на терапевта.

Приведу один пример, который хорошо иллюстрирует сложности, возникающие при применении классической семейной расстановки в случае тяжёлых травм. Один из моих клиентов (С.) пришёл ко мне с диагнозом рак простаты. Мы сделали ему две очень глубокие работы, после которых его состояние резко улучшилось: опухоль не только прекратила расти, но и стала потихоньку уменьшаться в размерах (это настолько поразило его лечащего врача, что она пришла посмотреть на расстановку).

В первой работе мы вышли на деда клиента, который служил большим начальником в аппарате Сталина. Клиент сообщил, что, скорее всего, на счету деда было очень много жертв, что подтвердилось в ходе расстановки. С. сильно злился на деда, считая его предателем и убийцей. В результате расстановки клиенту удалось принять деда как хороший ресурс, поняв, что во многих своих действиях тот был несвободен и подчинялся системе.

Во второй работе мы пошли дальше, обнаружив в пятом и шестом поколениях очень серьёзные динамики, в том числе инцест. Будучи человеком строгих правил и очень религиозным, клиент был шокирован. Однако, поняв, что без этого тяжёлого в роду, включая инцест, у него не было бы шансов родиться, он смог поклониться этому тяжёлому и тем, кто его нёс, и принять от них ресурс. После этого С. находился в приподнятом состоянии, прошёл медицинский тест с вышеупомянутым результатом, а через некоторое

время стал отдаляться, перестал ходить на группы, а в личном общении (мы знакомы) говорить, что его деды «все сволочи».

Набив себе много шишек, я снова, взглянув теперь уже на «изнанку» проблемы, поняла, почему другие терапевты и расстановщики работают с травмой гомеопатически. Но всё же решила не сдаваться и продолжать работать с подобными клиентами большими шагами. И, в первую очередь, задала себе вопрос, что, собственно, происходит с клиентом после того, как он сделал этот большой шаг. На мой взгляд, он попадает в новое, непривычное для себя пространство, отчего в первый момент чувствует необычайный прилив сил и радость жизни, ощущает своего рода эйфорию и немедленно хочет сделать следующий шаг, ожидая от него похожего эффекта. Но сориентироваться в этом новом пространстве клиенту трудно, он не знает, в каком направлении и как двигаться дальше. Ему бы здесь остановиться, осмотреться, «пустить корни», привыкнуть к полученным ресурсам (здесь хорошо подошли бы другие формы психотерапии). Но клиент, окрылённый расстановкой, не хочет замедляться, а ресурсов двигаться прежними темпами не хватает. В результате вместо продвижения вперёд приходит ощущение пустоты и бессилия, и человек постепенно теряет веру в себя и терапевта, как мы видели в предыдущем примере. В нём клиент не смог интегрировать в жизнь результат расстановки. Сделанный шаг оказался слишком большим.

Проанализировав свою работу за прошедший год, я заметила, что хороший результат получался в случаях, когда мы работали с запросом, который был по-настоящему актуальным к моменту начала расстановки. Но сформулировать его для такого рода клиентов бывает чрезвычайно сложно. По всей видимости, в последнем примере запрос клиента С. нужно было видоизменить. Например, более чётко обозначить первый шаг на пути к решению.

Для человека с серьёзной внутренней проблемой, связана она с прямым насилием, которому подвергся он или его близкие, или же с более глубокой, давней травмой, идущей из рода, характерны одни и те же симптомы: подавленность, неосознанные попытки уйти от ответов, «запутывание» себя и терапевта и невозможность чётко сформулировать запрос. Последнее зачастую проявляется особенно ярко, например, как перескакивание с темы на тему и невозможность определить, что конкретно идёт не так и в чём нужна помощь. Или же сразу всплывает слишком много направлений для работы, из которых клиент не может выбрать самое актуальное. Срабатывают механизмы защиты, инстинктивно препятствующие поднятию связанных с травмой тем, с целью не дать человеку погрузиться в тяжёлые чувства.

Обычно в таких случаях клиенту принято отказывать в расстановке, т. к. работать без чётко определённого запроса, без энергии в нём не имеет смысла, а в некоторых случаях ещё и опасно для группы.

Но разве людям, попавшим в такое положение, так и суждено вечно возводить внутренние стены вокруг своей боли, замуровывая за ними часть своей души, которая слишком сильно связана с травмой? Стены, не позволяющие посмотреть на эту травму, увидеть её, а значит и работать с ней. Кроме того, могут срабатывать и другие механизмы защиты психики, действующие, например, через неприятие себя или других.

Так постепенно пришло понимание того, что необходимо разработать механизм, помогающий клиенту сформулировать по-настоящему хороший, направленный в жизнь запрос.

В моей практической работе я заметила, что, если из фигуры заместителя вывести Интеллект и перенести его на отдельную фигуру, это помогает клиенту прийти в состояние презентности, а заместителю точнее передавать важные динамики.

Первый раз я использовала подобный приём, когда в запросе клиентки Н. не чувствовалось энергии (хотя тема была важной для неё), а при попытке его уточнить Н. долго тянула и постоянно уходила во вторичные чувства. Уже поставленный заместитель клиентки так же ничем не мог помочь. Тогда я просто вывела из заместителя Н. её «голову», всё связанное с умом и ментальным планом – и перенесла на отдельного заместителя. Отпущенная на свободу «голова» тут же принялась считать воздушные шарики под потолком и на стульях (которые остались в помещении после детского праздника), а заместитель оставшейся части клиентки опустил взгляд в пол. Далее была введена фигура того, на кого смотрел заместитель Н. В этот момент что-то произошло, вся группа перестала смеяться и разговаривать, замерла, ощутив особую энергию. В расстановке достаточно быстро был найден хороший ресурс для клиентки. Через некоторое время Н. позвонила и рассказала о существенных позитивных изменениях в своей жизни.

За этим примером последовали другие, что в конечном итоге и привело к созданию метода.

Описание метода

Концепция

Известно, что серьёзные травмы всегда ведут к нарушению целостности личности, к расщеплению. Части личности застревают в травме; их, как правило, клиент пытается в себе отрицать. И задача терапевта состоит в том, чтобы клиент обнаружил эти части, принял их, полюбил и соединил в себе. Тогда может идти речь о подлинной целостности его личности.

Хорошо известно, что структурная расстановочная работа с внутренними частями клиента удивительно эффективна. Например, используется взрослая и детская части, при этом целью является принятие клиентом с любовью этой детской части. Это трудная работа, занимающая, как правило, продолжительное время. Мне известно много других методов структурной работы с внутренними частями, но все они, как правило, имеют те же недостатки, которые описаны выше. На мой взгляд, чтобы увидеть конкретные искажения, которые произошли из-за травмы, стоит посмотреть на взаимодействие различных частей, граней личности и души человека. В этом мне очень пригодился мой духовный и теологический опыт. Поэтому я стала применять известную тестовую модель для работы с внутренними частями «Дух, душа, тело», которая может отлично показать внутреннюю динамику нарушения целостности. Однако, столкнувшись с тем, что под словом «душа» каждый понимает своё, решила видоизменить эту модель на более конкретную, чтобы все по возможности одинаково понимали встречающиеся термины.

В моей модели четыре элемента: дух, интеллект, эмоции и тело.

Так, в моём варианте «Эмоции» и частично «Дух» и «Интеллект» ставятся вместо расплывчатого элемента «Душа».

В этой модели:

Тело – то, что входит в понятие «физическое тело», физическое состояние человека, организм и его здоровье.

Эмоции – всё относящееся к психоэмоциональной сфере.

Интеллект – всё в личности, что связано с умом и логическим, ментальным анализом и восприятием мира.

Дух – это самая могущественная и таинственная Сила в человеке. Это высшие вибрации человеческой личности, ощущение внутренней религиозности, интуиция, все глубокие чувства, такие, например, как любовь и сострадание.

Сильный Дух – это когда ты точно знаешь, что надо делать. Это то, что даёт тебе силы действовать даже тогда, когда тебе очень страшно. Даже тогда, когда все вокруг говорят, что это неправильно. Но ты чувствуешь, что только так надо делать. И делаешь.

Уже разработав и начав применять этот метод, я поняла, что похожий подход и взгляд на целостность используется и в методологии Мерилин Мюррей. Она говорит о том, что, как табуретка устойчиво стоит только на четырёх ножках, причём все они должны быть одинаковой величины, так и личность может быть устойчива, только если все эти элементы в данном человеке находятся в тесной связи, балансе и взаимодействии. Это и означает целостность.

Преимуществом работы с этими частями является то, что с помощью метафоры удаётся мягко и деликатно, без прямой конфронтации с травмой посмотреть на её последствия для личности в целом и для каждой из этих четырёх частей.

Кратко суть метода можно описать следующим образом.

Шаг 1. «Статус-кво». Клиент выбирает (в случае затруднений это может сделать терапевт) пять заместителей – по одному для каждой части – и заместителя себя как личности, или Фокус, после чего терапевт просит их найти себе подходящие места. Таким образом, мы видим картину целостности на настоящий момент, из которой клиент и расстановщик могут получить очень ценную информацию, какие части и в какой степени травмированы. Нередко сразу после этого приходит ясность, с чем конкретно нужно в первую очередь работать, чтобы привести эту систему (клиент и его 4 части) в гармонию. Естественно, при этом необходимо представлять, какой вариант расположения частей мы имеем в случае цельной личности. О моём опыте в этом вопросе речь пойдёт немного позже.

Шаг 2. Интервью. Терапевт продолжает интервью с клиентом в присутствии всех 5 расставленных элементов, отпустив их в свободное движение. Это позволяет увидеть, какое действие оказывают слова клиента на каждую из его внутренних частей и их взаимодействие, что помогает сформулировать действительно актуальный запрос.

Шаг 3. Первичная формулировка запроса. На основе проделанной работы клиент с помощью терапевта формулирует запрос или несколько запросов на расстановку. В последнем случае я рекомендую оставить для тестирования не более трёх вариантов.

Шаг 4. Тестирование запроса на актуальность. Для каждого варианта делается тестовая работа, которая определяет, насколько эффективно хорошо проведённая расстановка с этим запросом интегрирует и гармонизирует 4 внутренние части. Об этом можно судить по расположению соответствующих элементов после расстановки. Но для тестовой работы достаточно ввести фигуру хорошего решения расстановки с соответствующим вариантом запроса, попросить все фигуры посмотреть на неё, взять для себя возможный ресурс и найти себе подходящее место. По их расположению и самочувствию делается вывод об эффективности расстановки.

Шаг 5. Окончательный выбор запроса и расстановка. Терапевт обсуждает с клиентом результаты теста, договаривается об актуальном запросе и проводит основную расстановку.

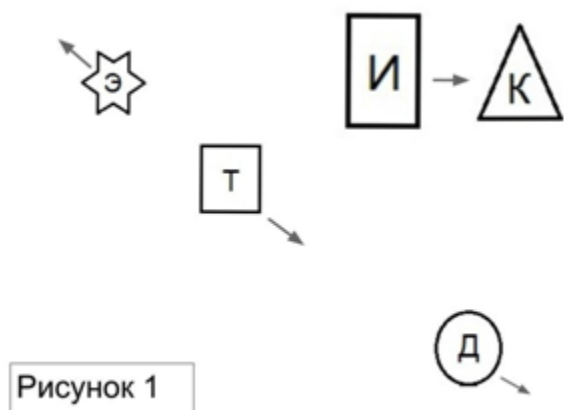
Шаг 6. Контроль. В конце можно ещё раз поставить Тело, Эмоции, Интеллект и Дух, посмотреть на достигнутую целостность и сравнить с результатом первоначального теста.

Ниже я остановлюсь подробнее на каждом из этих пунктов.

Влияние травмы на внутренние части (шаг 1. Статус-кво)

По моим наблюдениям, при проведении этого теста для клиентов с тяжёлыми травмами часто прослеживаются общие тенденции. Привожу некоторые наблюдения, исходя из трёхлетнего опыта работы с методом.

Тело и эмоции



Тело в случае тяжёлых травм (как личных, так и травм рода) обычно стоит отдельно от остальных частей, и так как чувствует себя очень плохо, может сгибаться, скрючиваться, садиться и даже ложиться. При этом оно часто смотрит на Дух. Как правило, прослеживается связь Тела с Эмоциями, которые нередко убегают при его приближении, а иногда «виснут» на нём.

Эмоции (см. рис.1) при этом тоже находятся в плохом состоянии и стоят в стороне от других частей, часто опустив взгляд в пол. Именно они зачастую и принимают на себя большую часть травмы. В этом случае можно начать расстановку,

поставив (или положив) фигуру, на которую смотрят Эмоции. Если между Эмоциями и остальными частями есть чёткая граница, фигуру можно положить прямо на неё. После этого, как правило, сразу появляется энергия, которую ощущает и клиент, и вся группа – и можно начинать расстановочную работу.

Интеллект

Заметим, что, даже когда все остальные части рассыпаются и (или) пребывают глубоко в травме, Интеллект, как стойкий оловянный солдатик, продолжает держаться и, что удивительно, редко испытывает какой-либо дискомфорт.

По моим наблюдениям, в случае тяжёлых травм, таких, как, например, насилие или инцесты, именно интеллект принимает на себя основную защитную роль в жизни и психике человека. В таком тесте это особенно заметно – фигура «интеллекта» почти всегда больше остальных частей (см. рис. 1) и доминирует над ними (человек в этом случае культивирует в своей жизни и внутреннем мире именно ментальные качества и способности, часто в ущерб другим).

Стоит отметить, что в такой ситуации он выполняет далеко не негативную функцию. Контроль интеллекта помогает человеку не погружаться слишком глубоко в травму. А после хорошо проведённой работы, когда необходимость защищать психику и личность ослабляется или совсем отпадает, Интеллект может «взять отпуск», уменьшиться и занять более гармоничную позицию относительно других частей.

В моей работе с инцестами и другими тяжёлыми травмами сексуального и физического насилия в роду, я почти всегда сталкиваюсь с ситуацией, когда клиент не может принять ресурс от агрессора, являющегося членом семьи. Он говорит, например, следующее: «Такого не могло произойти с моими родственниками (предками). Они все были православными (верующими, праведниками, добрыми...)». Расстановка при этом ясно показывает соответствующую динамику, одновременно у клиента и его заместителя происходит сильная телесная реакция, подтверждающая информацию расстановки. Лояльность оказывается сильнее очевидных фактов. В этом случае я всегда обращаюсь к помощи интеллекта.

Я могу попросить клиента сказать, например, следующее в адрес прадеда, насильника собственной дочери:

«Дорогой прадедушка, я вижу всё это тяжёлое. И моя душа содрогается и не может этого принять. Но хотя бы умом я понимаю, что, если бы этого не произошло, я бы не родилась. И поэтому я благодарю тебя за жизнь, которая мне досталась по такой высокой цене. И перед этим тяжёлым и этой ценой, которую ты заплатил за мою жизнь (в этом месте я обычно объясняю, что быть агрессором гораздо тяжелее, чем праведником), я склоняюсь с любовью и уважением в глубоком поклоне».

Когда клиент вдумывается в смысл этих слов, которые просто констатируют факт, поскольку, не будь инцеста, эта девочка вышла бы замуж за другого, и он попросту не мог бы родиться, у клиента происходит своего рода инсайт и появляются силы сделать поклон (я очень много раз наблюдала это в своих расстановках). После поклона клиент как бы уменьшается, другими словами, сходит с пьедестала и может посмотреть агрессору/насильнику в глаза и принять соответствующий ресурс. Можно сказать, что в данном случае интеллект из охранника становится соратником.

Приведу ещё один пример. В одном из таких тестовых упражнений перед расстановкой Интеллект, вышагивая из стороны в сторону, как солдат или охранник, отделял Дух и Тело от Эмоций. Причём Дух и Тело при этом чувствовали себя достаточно комфортно и гармонично стояли рядом, тогда как Эмоции ощущали подавленность и несли в себе много тяжёлого, от которого и защищал остальные части Интеллект. Когда фигуру этого тяжёлого из Эмоций вывели, поставили отдельно, ещё даже не начав разбирать ситуацию расстановочно, Интеллект уже смог остановиться, посмотреть на другие части и занять среди них более стабильное и гармоничное положение.

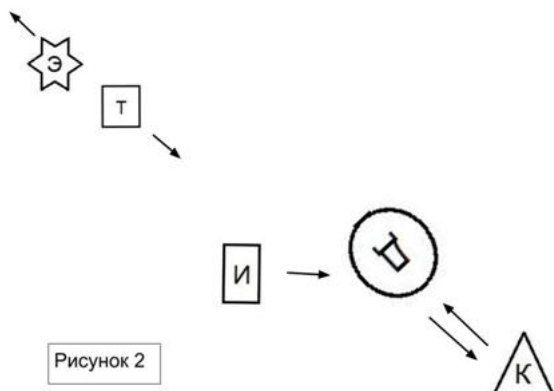
Дух

Дух, как правило, задаёт тон остальным частям. Известно, что все остальные части строятся по духовным вибрациям. Известную в СССР поговорку «в здоровом теле здоровый дух» (в основе лежит строчка Ювенала с почти противоположным смыслом: «Надо молить богов, чтоб дух здоровый был в теле здоровом»), на мой взгляд, нужно бы перефразировать: «Где

здоровый дух – там тело под него подстраивается». В подтверждение этого приведём цитату неизвестного автора из Интернета:

Здоровое тело может быть только в том случае, если здоровый дух!

Любому же здравомыслящему человеку понятно, что мироздание зиждется на иерархии. Только высшее может сформировать низшее, а не наоборот! Дух творит себе форму... И если этот дух повреждён, естественно, будет повреждена и форма. Это Закон!



Надо отметить, что мой расстановочный опыт говорит о том же: все указанные внутренние части в конечном итоге ориентируются на Дух.

По моему опыту, люди с особо тяжёлыми динамиками часто очень духовные. Дух принимает на себя функции контроля гораздо интенсивнее, чем интеллект; при этом он становится гораздо больше остальных частей (см. рис. 2). В моей практике самые травмированные клиенты, как это ни парадоксально, высокодуховные люди.

С ними очень сложно работать. Работа с внутренними частями – просто подарок судьбы при работе с такими клиентами, поскольку они сами видят, что их Дух, как правило, сильно оторван от других частей, особенно от Тела и Эмоций.

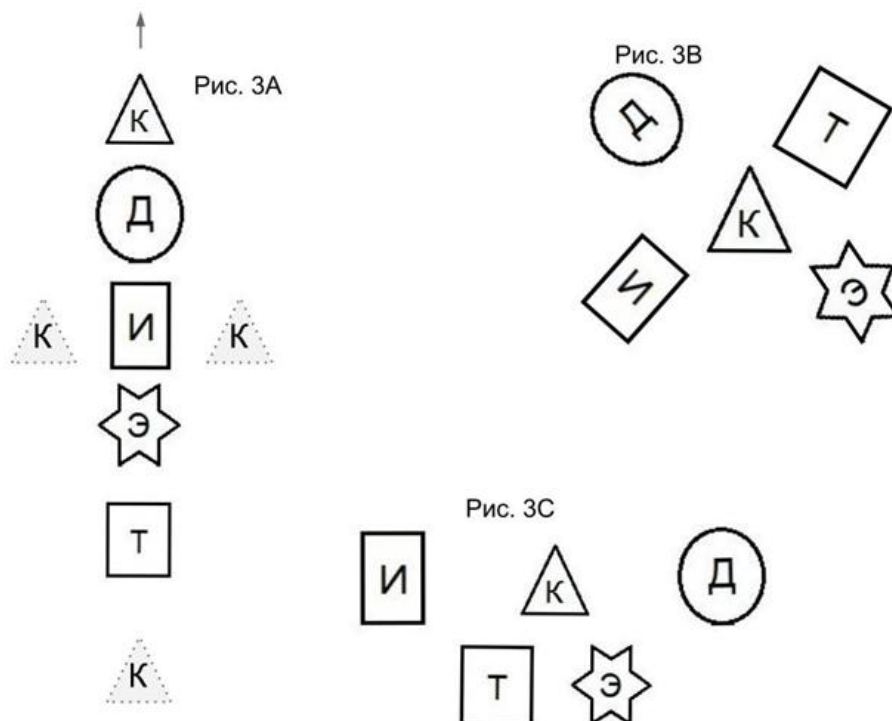
У меня накопился большой опыт работы с людьми религиозными, последователями разных духовных практик и т. д. Им всегда бывает интересно и полезно посмотреть на свой Дух со стороны. Часто люди с удивлением замечают, что их Дух смотрит не в сторону Бога (Высшего Разума, Судьбы и т. д.), а куда-то ещё. Это позволяет им быстро проанализировать ситуацию и найти причины этого «крена»; в любом случае появляется интерес и энергия для работы.

Неоднократно благодаря этому методу мы находили в расстановке ресурсы для духовных изменений у клиента. А следом за духовными постепенно происходили изменения в обстоятельствах его жизни.

Расположение внутренних частей в случае цельной личности

В наиболее гармоничных вариантах части группируются вместе, встают в круг или полукруг. Или же все фигуры выстраиваются в цепочку, поддерживая и давая силы друг другу. По моим наблюдениям, в случае цепочки Дух, как правило, встаёт впереди. За ним выстраиваются Интеллект, Эмоции и Тело.

На рис. 3 представлены различные варианты гармоничного расположения внутренних частей, которые я наблюдала в моей практике.



Формулирование различных вариантов запроса и их тестирование на эффективность (шаги 2-4)

Обычно сопротивление в случае травмы слишком сильно, и применение такой модели даёт ресурс не для того, чтобы преодолевать его напрямую, а чтобы суметь обойти это напряжение и устранить его причину. Задача состоит в том, чтобы не ставить человека с тяжёлой проблемой в ещё более травмирующую позицию, в которой ему приходится, по сути, воевать с самим собой и с тем, что до сих пор помогало ему выжить.

Отследив и отметив в предварительном тесте расположение и самочувствие всех частей клиента и его Фокуса, имеет смысл продолжить с ним разговор, позволив всем фигурам свободно двигаться (шаг 2). При этом можно будет более полно отслеживать реакцию клиента на поднятие тех или иных тем и оценить степень и вид их влияния на него, что помогает в формулировке запроса. Далее клиент с помощью терапевта пытается определить один или несколько запросов на расстановку (шаг 3).

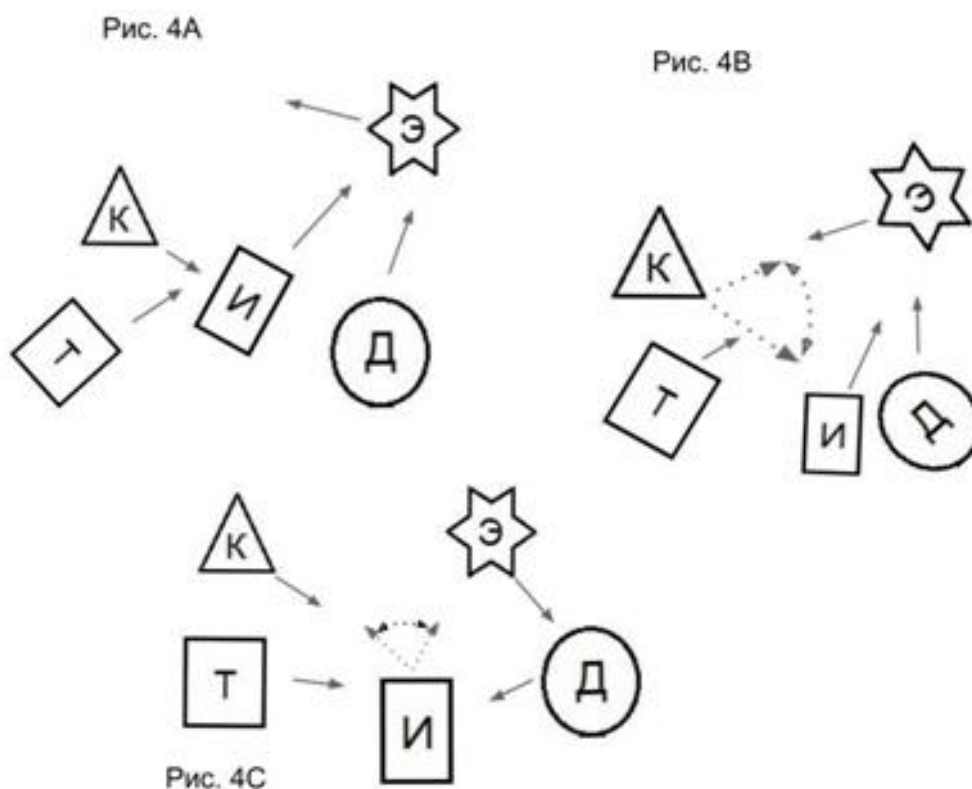
После этого предстоит сделать главное – не входя в основную расстановку, протестировать эффективность её работы с найденным вариантом запроса (шаг 4).

Для этого требуется ввести фигуру хорошего решения (ресурса), которое можно получить в случае удачно выполненной работы с определённым запросом. После этого нужно попросить все части клиента посмотреть на эту фигуру, взять у неё необходимый ресурс, почувствовать своё новое состояние и занять подходящее место в поле расстановки. Если вариантов запроса несколько (я не рекомендую тестировать более трёх запросов), следует последовательно проверить каждый из них, во всех случаях отметив, как изменяется общая ситуация.

Наблюдая за тем, как меняется положение и самочувствие частей и Фокуса относительно первоначального варианта (до теста), можно за короткий промежуток времени, до проведения самой расстановки, сделать выводы о её эффективности в случае каждого варианта. Ориентироваться при выборе окончательного варианта запроса лучше на то, насколько хорошо собираются вместе части клиента после введения фигуры хорошего решения.

Пример

Возьмем ситуацию, изображенную на рис. 1. Предположим, что после предварительной беседы с клиентом у нас есть выбор из трёх запросов А, В и С. После проведения теста с фигурой хорошего решения для каждого варианта запроса мы имеем ситуации, изображённые соответственно на рис. 4 А, 4 В и 4 С (для простоты сама фигура хорошего решения на рисунках отсутствует).



В варианте А (рис. 4а) мы видим, что Эмоции начали разворачиваться в сторону Клиента, все остальные части смотрят на Эмоции, а Клиент, смотревший в пол, повернулся в сторону Интеллекта. Такой результат работы даёт самому клиенту возможность немного продвинуться в сторону жизни, а Интеллекту слегка отступить, вместе с Духом развернуться в сторону «страдающих» Эмоций, уменьшиться и ослабить контроль.

В варианте В (рис. 4b) Клиент в результате расстановки смог посмотреть и в сторону Эмоций, и в сторону Духа с Интеллектом. Это дало возможность Эмоциям повернуться и посмотреть на Клиента, а Телу немного приблизиться к остальным частям и посмотреть на Эмоции. Интеллект смог расслабиться, сильно уменьшиться в размерах и отойти, дав другим частям возможность

начать движение друг к другу и к Клиенту. Поэтому я бы выбрала этот вариант как наиболее перспективный.

В варианте С (рис. 4с) Клиент, а за ним Дух и Тело смогли посмотреть на Интеллект. Эмоции смогли развернуться и посмотреть на Дух. В ответ на это Интеллект уменьшился и отступил, поглядывая то на Клиента, то на Эмоции.

Это неплохой результат, но, с моей точки зрения, он является промежуточным по отношению к варианту В.

Выбор конечного варианта запроса. Проведение расстановки (шаг 5)

После теста рекомендуется прояснить с клиентом, куда он сам хочет пойти и почему. В случае разногласий с терапевтом можно поговорить о том, что клиент видит в каждой «картинке», и попробовать прийти к консенсусу. Если выбранные нами варианты различаются не очень сильно, я обычно иду навстречу пожеланиям клиента. Но, если тот выбирает заведомо не оптимальный вариант, я проясняю причины этого решения, оставляя тестовую модель (т. е. оставляя части и Фокус в свободном движении). В таких случаях обычно выясняется, что или клиент чего-то не увидел или не понял, или же осталось что-то важное в его душе, что нам ещё не удалось прояснить. В этих ситуациях мы этот факт проговариваем. И дальше всё зависит от того, насколько клиент готов «открыться». Бывают случаи, когда сопротивление столь велико, что я не иду в расстановку, а предлагаю стандартные формы психотерапии. Но это случается крайне редко.

Таким образом, можно за короткий промежуток времени (максимум за 15–20 минут с начала интервью) протестировать эффективность различных вариантов расстановки с конкретным клиентом. Более того, появляется возможность сразу, не теряя энергии, перейти к работе – прямо из тестовой модели. Фигуры частей при этом можно отпустить, оставив только Фокус. Иногда при прояснении запроса и тестировании вариантов по усмотрению расстановщика можно вводить дополнительные фигуры (членов Системы или абстрактные элементы). Тогда при переходе к расстановке важные элементы можно оставить, что упрощает саму расстановку и экономит время.

Контроль целостности после расстановки (шаг 6)

После расстановки всегда возникает вопрос, как можно оценить её действенность.

При этом подлинную действенность можно оценить только после того, как станет ясно, насколько успешно результаты расстановки были интегрированы в жизнь. Но всё-таки здесь стоит сказать пару слов о том, как проведённая расстановка влияет на целостность. Так как при травме нарушается именно она, что можно наблюдать при тестовой работе с внутренними частями (статус-кво), – то после расстановки Тело, Эмоции, Интеллект, Дух и Фокус должны вставать в более гармоничные позиции относительно друг друга. Зафиксировав разницу

между их новым положением (после расстановки) и изначальным, можно оценить достигнутую в данной работе степень успеха.

Между тем как клиенту, так и мне интересно сравнить результаты контрольного теста на целостность (после введения «фигуры хорошего решения») не только с целостностью до расстановки (статусом-кво), но и с коротким тестом из шага 4. Это как раз проверяет действенность метода.

Исходя из моего трёхлетнего опыта: все части и Фокус практически всегда встают так же, как они вставали до расстановки в конце шага 4 после введения фигуры хорошего решения при работе с данным запросом. Это говорит о том, что при выборе запроса можно положиться на то, как встали внутренние части и Фокус, когда ввели фигуру хорошего решения. Я всегда стараюсь это проверять, чтобы клиент чётко видел результат работы. Причём результат каждый раз меня поражает. Всё сходится, как в математике при правильном решении системы уравнений.

Завершение работы с клиентом. Преимущества метода. Резюме

Таким образом, приведённый метод не только помогает облегчить диагностирование, вход в расстановку и начало работы с проблемой, но позволяет также проверять её результативность, успешность и конечную эффективность.

Я работаю с этой моделью в её законченном варианте более трёх лет. И вот что поразительно: хорошее решение (результат расстановки) принимается, интегрируется клиентом с тяжёлой травмой гораздо легче и быстрее, если входить в расстановку с использованием приведённой модели; более того, чем это вообще считается возможным в травмотерапии.

Логически это понятно, ведь мы из всех возможных вариантов работы с клиентом выбираем именно тот, который приводит к большей целостности личности, т. е. наиболее эффективность устраняет расщепление и, соответственно, наиболее целителен для клиента. Другими словами, в проведённой таким способом расстановке мы получаем наилучший (наибольший) из всех возможных ресурсов. Поэтому этот результат обычно нетрудно интегрировать в жизнь.

Замечу однако, что после подобных работ я даю клиенту домашние задания и, при его согласии, между расстановками (обычно в таких случаях необходимо делать не одну работу) применяю другие виды психотерапии.

В заключение хочется отметить, что этот метод дал мне возможность успешно работать с некоторыми формами шизофрении, красной волчанкой, гепатитом С и другими системными заболеваниями, многочисленными случаями инцестов и травм сексуального насилия и многими другими тяжёлыми динамиками. Отзывы можно посмотреть на моём сайте:

<http://constellations-berlin.com/>

Описанный выше метод позволяет с помощью расстановки работать с клиентами, до сих пор считавшимися практически безнадежными, что ещё больше расширяет не только теорию, но и глубину помощи в расстановочной работе. Привносит в неё ещё больше жизни.

Я буду очень благодарна за отзывы, замечания и предложения по совершенствованию модели. Мои контактные данные можно найти на сайте.

Спасибо всем тем, кто сможет использовать приведённый здесь метод или его фрагменты в своей работе.

Кроме помощи при диагностике, при таком подходе есть ещё одно преимущество. Клиент может отстраниться от своей травмы, посмотреть на себя со стороны, увидеть состояние и взаимодействие разных частей самого себя, что ему, как правило, очень интересно. А там, где есть интерес, появляется энергия. И эту вновь обрётённую энергию можно использовать для дальнейшей работы.