

Peggy Papp

THE PROCESS OF CHANGE

**The Guilford Press
New York London**

Пегги Пэпп

СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ И ЕЕ ПАРАДОКСЫ

Перевод с английского В.П. Чурсина

Москва
Независимая фирма Класс
1998

УДК 615.851.6

ББК 53.57

П 97

Пэпп П.

П 97 Семейная терапия и ее парадоксы/Пер. с англ. В.П. Чурсина. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998. — 288 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).

ISBN 5-86375-085-5 (РФ)

Эта книга о парадоксе — как реальном явлении внутрисемейных взаимоотношений и методе терапевтического воздействия в семейной терапии. Она построена как практическое руководство и содержит много клинических примеров, краткий обзор методов, используемых в Проекте краткосрочной психотерапии, подробный разбор напряженных поединков между психотерапевтом, семьей и консультационной группой, объективный и самокритичный анализ удач и промахов, сопровождающих отдельные терапевтические вмешательства, и возможных альтернативных подходов.

Имя Пегги Пэпп — в ряду классиков современной семейной терапии, поэтому книга относится к категории «обязательного чтения» для собратьев по цеху — психологов, психотерапевтов, студентов психологических факультетов, «рекомендуемой литературы» для педагогов и социальных работников, а также станет захватывающим чтением для всех, кого волнуют проблемы семьи и семейных взаимоотношений.

Публикуется на русском языке с разрешения издательства Guilford Press и его представителя Марка Патерсона.

ISBN 0-89862-052-X (USA)

ISBN 5-86375-085-5 (РФ)

© 1983 Peggy Papp

© 1983 The Guilford Press

© 1998 Независимая фирма «Класс»,
издание, оформление

© 1998 В.П. Чурсин, перевод
на русский язык

© 1998 А.В. Черников, предисловие

© 1998 А.А. Кулаков, обложка

Исключительное право публикации на русском языке принадлежит издательству «Независимая фирма «Класс». Выпуск произведения или его фрагментов без разрешения издательства считается противоправным и преследуется по закону.

СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ И ЕЕ ПАРАДОКСЫ

“Прими слепоту за ясность зрения, а глухоту за острый слух. Восприми опасность как обещание покоя. А удачу— как вестницу несчастья”.

Избранные Чаньские изречения

Приходя на психотерапию, семья изначально взаимодействует с терапевтом парадоксальным образом: ожидая изменений и одновременно желая, чтобы все у них оставалось прежним. Книга известного американского психотерапевта Пегги Пэпп обращается к самой сути этой терапевтической дилеммы. Что такое симптом? Как он связан с жизнью семьи, что он в ней стабилизирует и от чего предохраняет? Перефразируя Маяковского, можно сказать, что если в семье существует хроническая проблема, значит это кому-нибудь нужно. И если вдруг один из членов семьи вылечится, не обернется ли это новой семейной драмой?

Довольно обычными являются случаи, когда один ребенок в семье прекращает демонстрировать вспышки раздражения и анти-социального поведения вследствие работы с психотерапевтом, передавая “эстафету” проблемного поведения брату или сестре; женщина вылечивается от фригидности и... вызывает импотенцию у своего мужа; кодируется алкоголик, и пострадавшая семья думает, что вот-вот настанут для нее счастливые времена, но супруги вдруг обнаруживают, что им не хочется быть вместе, и вынуждены развестись.

Стиль работы Пегги Пэпп поражает своей провокационностью и вместе с тем бережным отношением к семье, желанием помочь ей избежать негативных аспектов терапии. Основной вопрос психотерапевтической помощи переносится тогда с того, как что-то изменить в жизни семьи, на предотвращение негативных последствий каких-либо изменений в ее функционировании. Автор уверен, что перемены зачастую происходят сами собой, когда про-

блемное поведение перестает использоваться семьей в качестве опоры.

“Процесс изменения” Пегги Пэпп — это первая книга на русском языке о парадоксах в семье, семейной терапии и терапии, где парадокс является основным терапевтическим инструментом. Автор вводит читателя в непривычную для обыденного сознания реальность семьи. Реальность, в которой поведение человека не может быть понято вне контекста отношений с другими. Где злость может быть оценена как проявление сильной любви; воровство подростком денег в семье — как способ сплотить семью, находящуюся на грани развала; а за поздними возвращениями мужа домой можно увидеть его заботу о жене, избавление ее от излишней эмоциональной близости с ним, к которой она не готова.

Книга, которую держит в руках уважаемый читатель, уникальна по многим причинам. Во-первых, она принадлежит перу классика семейной терапии, что само по себе довольно редкое явление на отечественном книжном рынке. Во-вторых, она отражает современные тенденции в семейной терапии и удивительно глубоко и ясно освещает основные положения системной теории, которая продолжает оставаться наиболее популярной у специалистов, работающих с семьей. И, в-третьих, она представляет собой блестящее практическое руководство, написанное талантливым преподавателем и тренером Института семейной терапии Аккермана, ведущего центра подготовки семейных терапевтов США.

Александр Черников

ПРЕДИСЛОВИЕ

Семейная терапия, как и изменения в смежных с ней парадигмах, произвела настоящую революцию в области лечения психических расстройств и дала новое определение таким ключевым понятиям, как противодействие, изменение, симптоматичность, и в том числе — самому понятию “психотерапия”. За последние двенадцать лет произошла революция в революции, искрой к которой послужили работы Джея Хейли, Пола Вацлавика, Милтона Эриксона и Мары Сельвини Палазоли и Миланской группы. Одним из плодов бурного расцвета творческих поисков и клинических новшеств является и данный труд. В нем приводится описание стратегического мышления и последовательности действий при групповой работе специалистов с семьями, раздираемыми серьезными внутренними противоречиями.

В течение многих лет лежащий во мраке многотрудный и тернистый путь психотерапии озарялся трудами великих учителей-клиницистов, возжигавших свои светильники вдоль торимой ими тропы, по мере своего движения вперед заставляя все дальше отступать мглу неведения. То, что казалось невероятным и непостижимым, становится привычным; постепенно цеховые премудрости обретают форму методических указаний, лежащих в основу учебных курсов. Одним из этих великих учителей является и Пегги Пэпп, и данный том предоставляет нам возможность совершить небольшое путешествие вдоль этой извилистой тропы.

Любопытно отметить, насколько же разными были все эти первопроходцы. Можно ли вообще втиснуть в рамки какой-либо общей системы такие фигуры, как Эриксон, Аккерман, Хейли, Витакер, Минухин, Сатир и Пэпп, если говорить только о наиболее выдающихся представителях. И тем не менее, на мой взгляд, есть ряд важных качеств, присущих каждому из них. Как клиницисты они твердо придерживаются своих убеждений и упорны в достижении цели, с головой уходя в стоящую перед ними клиническую проблему. Если хотите, к своей работе они относятся как к миссии и преисполнены ощущения собственной значимости.

Почти все они без исключения обладают острым умом и чувством юмора. Они в какой-то мере идиосинкретичны и изворотливы, но не в эксцентричной, а скорее в творческой, проливающей свет на человеческие проблемы манере. Хочу добавить, что все они обладают тем неопределимым личностным качеством, которое лучше всего выражается словом “*присутствие*”: они ни на минуту не позволяют забыть о себе ни в консультационном кабинете, ни на лекторской кафедре, ни на страницах своих книг. И наконец, нельзя не напомнить о том, что все они великие труженики, что неудивительно, поскольку их работа требует по-настоящему упорного труда.

Учитель-клиницист и творит, и учит *одновременно*. И в обеих этих ипостасях данная книга заслуживает всяческих похвал. Клинические примеры хорошо подобраны и проработаны, они достаточно полны и откровенны, что позволяет нам следить за ходом мыслей автора, и к тому же хорошо отредактированы, что сохраняет наше время и облегчает труды. Всякого рода описания максимально сокращены, и не применяется *никакого* профессионального жаргона. Нам просто и ясно объясняют то, что было сделано и почему. Как новичок, так и опытный клиницист смогут найти для себя что-то, что позволит им усовершенствовать свою работу.

Все приводимые случаи описаны достаточно подробно, так что мы можем составить свое собственное мнение о правильности методов вмешательства. Все данные представлены в полном объеме, включая и те моменты, когда группа терапевтов совершала ложные ходы или пребывала в замешательстве и нерешительности. Мы наблюдаем за ходом работы со всеми ее шероховатостями, и можем быть только благодарны Пэпп и ее коллегам за их чистосердечность. Временами это становится похоже на волшебство, но любой, кому доводилось наблюдать за работой такого рода групп специалистов, знает, каких усилий и напряженных размышлений требует каждое планируемое вмешательство.

На протяжении своей истории психотерапия непрестанно боролась со следующими основными проблемами.

- Создается впечатление, что люди изо всех сил держатся за тот тип поведения, который делает их недееспособными и жалкими.

- Люди совершают такие поступки, в которых не угадывается никакого смысла: может показаться, что прибегая, в целях изменения данного поведения, к помощи высококвалифицированных

и высокооплачиваемых специалистов, пациенты в то же время всечески стараются свести на нет все их усилия.

Стремление к сохранению динамического равновесия в той же мере “естественно” для системы, как “естественно” для волка съесть козу, а для козы — быть съеденной волком. Здесь нет виноватых, и, тем не менее, со времен Фрейда психотерапевты применяют уничижительное слово “сопротивление” при описании данной стороны системного функционирования. Основная задача, которую автор ставит себе в данной работе, — найти способы использовать данное стремление к самоконсервации в целях осуществления изменений.

Психотерапевтическая работа проводится группой специалистов; однако виртуозное использование такой группы в качестве терапевтического инструмента и является, главным образом, основной темой данной книги. Как отмечает сама Пэпп, такой подход строится непосредственно на ранней работе Мары Сельвини Палаццоли и Миланской группы. И тем не менее, насколько же они различны! Действуют одни и те же принципы, в частности, в том, что касается управления сопротивлением и применения заданий, обрядов и церемониалов. Но существует основной пункт расхождения, представляющий собой оригинальное и глубокое техническое новшество, значительно отличающееся, — по крайней мере внешне, — от миланского подхода. Имеется в виду создание в группе психотерапевтов структуры, изоморфной по отношению к центральному, связанному с симптомом элементу семьи.

Как мне представляется, это новшество было заложено в ранней работе Пэпп по портретированию семьи и хореографии супружеских пар и получило свое прогрессивное развитие благодаря использованию ею наблюдающей группы в качестве греческого хора. Интересное отличие от миланской практики заключается в том, что итальянцы привержены к высокоформализованным и не изменяющимся презентациям группы (по крайней мере, в их ранних работах), и персональному стилю, минимизирующему вовлеченность и эмоциональную экспрессию. Американцы, напротив, отнюдь не пренебрегают гиперболой и театральной жестикуляцией, когда это требуется в интересах выявления установки.

В одной из клинических презентаций весьма искусно схвачено и в концентрированном виде передается все театрализованное изыскание этого стиля. В ней вконец запутавшейся, постоянно с кем-

то враждующей и неизменно чем-то озабоченной матери и ее детям рассказывается сказка о вконец запутавшемся, постоянно с кем-то враждующем и неизменно чем-то озабоченном королевском семействе. Эта сказка высвечивает данную семейную драму и конфликт и придает им новое обрамление. Один сеанс, не более, и сразу вслед за этим — записка от “Благородной дамы” с выражением благодарности.

Работа, подобная той, что здесь описана, привносит в психотерапию обновленную радость. Но работа эта не из легких, и об этом каждому следует помнить. При описании такого рода клинических схваток что-то неизменно будет искажено или упущено. Все может показаться более простым и бедным, чем это есть на самом деле, и возможно, — гораздо более легким. Поскольку мне была предоставлена привилегия в течение многих лет наблюдать за работой Пегги Пэпп, Ольги Сильверштейн и их коллег, то я мог собственными глазами увидеть и оценить всю глубину и многотрудность их работы.

Автор является прагматиком до мозга костей, неизменно стремящимся к пониманию того, что успешно работает и чему можно обучить, используя это в качестве окончательного критерия оценки добротности любой идеи. Много лет тому назад она была моим младшим коллегой, но с тех пор наши взаимоотношения претерпели некоторую эволюцию, так что сейчас я могу причислить себя к легиону тех, кто имел возможность чему-то у нее поучиться. Тому, кто внимательно прочтет этот труд, стараясь отыскать в нем пути и способы, какими вся содержащаяся в нем премудрость и глубокое понимание сути вещей могут быть применены к его собственным обстоятельствам, способностям и талантам, откроются все преимущества, которыми располагают те, кто может назвать себя ее учеником.

Дональд А. Блох

ВВЕДЕНИЕ

Эта книга написана в надежде на то, что сможет послужить руководством для тех психотерапевтов, чьи интересы лежат в области изучения методов парадоксального и стратегического вмешательства в супружеские пары и семьи в рамках существующих систем. Поскольку данная книга была задумана как практическое руководство, в ней, главным образом, приводятся описания конкретных случаев, на примере которых прослеживаются все этапы процесса, на основе которого научные теории со временем обретают практическую значимость. Когда же теория оторвана от практики или когда поведение оторвано от контекста, всякое значение того и другого начинает утрачиваться за счет действия процесса диссоцирования. В течение многих лет я имела возможность наблюдать, что студенты лучше всего усваивают теории, непосредственно подтвержденные клиническими случаями. Часто после обсуждения теории, которая, на мой взгляд, была изложена ясным и понятным языком, студенты задавали мне те же самые вопросы, на которые я, как мне казалось, только что им ответила. Хотя академические категории и бывают полезны при разработке отвлеченных концепций, они оказываются довольно плохими помощниками, когда приходится иметь дело с реальной живой семьей. “Теория хороша, но и она не может воспрепятствовать существованию вещей” (Жан Мартин Шарко*, цитируемый Фрейдом, 1893/1962). Поэтому, вместо того чтобы давать определение каким-либо концепциям с исторических или академических позиций, я постаралась ограничиться их определением с точки зрения их клинической применимости: при формулировке гипотез, при разработке и проведении вмешательств, при работе с “побочными продуктами” изменений, при работе с кризисами и при закреплении измене-

*Жан Мартин Шарко (1825—1893) — французский врач, профессор больницы Сальпетриер в Париже, где Фрейд посещал его занятия. Внес вклад в развитие невропатологии, главным образом, благодаря своим трудам по истериям и гипнозу.

ний. Сюда же относятся и общие указания по использованию различных методов вмешательства в различного рода ситуациях.

Первое знакомство с “вотчиной” Миланской группы (Мара Сельвини Палаццоли, Луиджи Босколо, Джанфранко Чеччин и Джулиана Прата) в 1977 году и последующая публикация их книги “Парадокс и контрпарадокс” (*Paradox and Counterparadox*, 1978) вскоре породили новую волну энтузиазма и экспериментальных исследований в области парадоксального подхода. Этот энтузиазм и любопытство были первоначально вызваны Джем Хейли с его “Стратегиями психотерапии” (*“Strategies of Psychotherapy”*), опубликованными в 1963 году, и “Необычной терапией” (*Uncommon Therapy*, основанной на работе Милтона Эриксона) в 1973 году, а также Вацлавиком, Уиклэндом и Фишем с публикацией “Изменения” (*“Change”*) в 1974 году. Хотя концепции парадокса использовались всеми ими совершенно по-разному, приводимые результаты были столь поразительны, что все большее число психотерапевтов поддались искушению проэкспериментировать с ними.

Одним из флагманов такого экспериментирования стал “Проект краткосрочной терапии” Института семейной терапии Аккермана, организованный Ольгой Сильверштейн и мною в 1975 году. Проект был основан с целью изучения перспектив применения методов парадоксального и стратегического вмешательства в семье с симптоматичными детьми. Хотя этот проект был вдохновлен Миланской группой, которую мы посетили в 1974 году, очень скоро проявилась его собственная индивидуальность. Идеи, перенесенные из одной страны в другую, претерпевают изменения, обусловленные стилем, культурой и предшествующей подготовкой психотерапевтов. Точно так же, как Миланская группа трансформировала идеи своих предшественников — Хейли, Вацлавика, Уиклэнда, Фишера, Бейтсона и Эриксона — в свою собственную особую модальность, “Проект краткосрочной терапии” еще раз трансформировал их идеи.

Первоначально проект состоял из восьми добровольно вызвавшихся семейных терапевтов, каждый из которых прошел подготовку в Институте Аккермана*. Группа из восьми человек была разбита на две группы по четыре человека в каждой. Одну из групп

*Ольга Сильверштейн, Поль ДеБелл, Джилиан Уолкер, Бетти Ландквист, Ричард Эванс, Пегги Пэпп, и Джоэл Бергман; Линн Хоффман, Анита Моравец, Пегги Пэпп, Джефри Росс и Джон Патэн присоединились к группе немного позднее.

возглавила Ольга, другую я. Мы собирались один раз в неделю на целый день, посвящая утренние часы теоретическим обсуждениям и разработке различных концепций, а после полудня проводили сеансы с семьями. Все эти сеансы записывались на видеоманитофон и наблюдались через одностороннее зеркало тремя остающимися “за кадром” коллегами каждой группы, образующими консультационную команду. На протяжении последующих лет эта команда делилась и преобразовывалась, кто-то из нее уходил, кто-то приходил на их место. Название “Краткосрочная психотерапия” было присвоено проекту в связи с тем, что мы собирались ограничить курс терапии максимум 12 сеансами. По мере того, как становилось ясно, что разные семьи имеют различный темп изменения, временные ограничения стали скорее препятствием, нежели подмогой, и мы от них отказались. Число сеансов варьировало в пределах от 1 до 22, но в большинстве случаев их число было близко к среднему значению.

Америка — это страна, в которой процветает множество различных направлений семейной терапии, и большинство терапевтов находятся под влиянием того или иного их числа. Мой собственный послужной список включает работу в стенах трех таких престижных научно-практических центров по вопросам семьи, как Институт семейной терапии Аккермана, Детская консультативная клиника в Филадельфии (PCGC) и Центр изучения семьи, в каждом из которых применялись свои собственные концептуальные модели, отличные от всех прочих. Получив начальную подготовку под руководством Натана Аккермана, я, таким образом, была введена в свою область пламенным первопроходцем, чье направление было преимущественно психодинамическим. Позднее, как один из основателей Центра изучения семьи, я и сама изучала и преподавала другим идеи Мюррэя Боуэна, чьи концепции в отношении расширенной семьи оказали влияние как на мою профессиональную, так и на личную жизнь. С 1976 по 1979 год я работала в учебном секторе Филадельфийской детской консультативной клиники, где мне довелось наблюдать уникальную артистичность Сальвадора Минухина, а также всю мощь и ясность мысли Джея Хейли. Публикации и видеозаписи Хейли с самого начала пробудили во мне живой интерес к применению парадокса. Этот интерес еще более обострился в результате наших частных бесед на протяжении тех лет, когда он наиболее щедро делился своими мыслями и временем.

Дальнейшим стимулом для меня послужили идеи Института психических исследований, как они представлены Вацлавиком и другими в книге “Изменение” (*“Change”*), а также их последующее убедительное изложение Вацлавиком в его книгах “Насколько реально реальное?” (*“How Real is Real?”*, 1976) и “Язык изменения” (*“The Language of Change”*, 1978). Появление Джона Уиклэнда в качестве друга и консультанта пролило свет на перспективы практического применения этих идей. Концепция применения метода парадоксального вмешательства ко всей системе семьи и ритуализация этих вмешательств с помощью письменных сообщений явились достижениями Миланской группы и послужили упрочению теоретической базы, на которой основывался Проект краткосрочной терапии.

В 1974 году я впервые посетила Миланскую группу в Центре изучения семьи (Centro per lo Studio della Famiglia) и была восхищена их последовательной и строгой приверженностью концепциям систем, полетом их творческого воображения и их смелыми и нестандартными методами вмешательств. На следующее лето в Милан со мной поехала Ольга Сильверштейн. Вдохновленные этой поездкой, мы вернулись, чтобы организовать Проект краткосрочной терапии.

Начальный период, в течение которого усилия были направлены на выработку последовательных концепций из всего богатого ассортимента имеющихся в наличии идей, был отнюдь не легким испытанием и потребовал многих часов, посвященных экспериментированию, интегрированию, изменению, переработке, совершенствованию, отбрасыванию, расширению и созданию новых форм. И хотя, по большей части, этот процесс происходил на заседаниях Проекта краткосрочной терапии, метод, с помощью которого эти идеи сформулированы и изложены в данной книге, является моим собственным.

На протяжении моих многолетних поисков более эффективных и быстрых методов психотерапии я пришла к выводу, что не существует такого направления, которое было бы верно всегда, для любой семьи и при любых обстоятельствах. Психотерапевт должен располагать некоторым запасом идей и методов вмешательства, которые он мог бы призвать себе на помощь, исходя из требований каждой конкретной ситуации. Психотерапевт, обладающий достаточной гибкостью в выборе одного из возможных подходов к каждой проблеме, способен будет найти и самое конструктивное решение.

Большинство случаев, изложенных в данной книге, были рассмотрены в Проекте краткосрочной терапии Института Аккермана с участием консультационной группы. Ольга Сильверштейн выполняла роль моего главного консультанта в следующих случаях: “Дочь, которая сказала “нет””, “Изгнание призраков”, “Не будь похож на отца”, “Цена освобождения”, “Золотая нить” и “Великая материнская традиция”. Хотя Ольга и отказалась стать моим соавтором при написании этой книги, изложенные здесь идеи были разработаны при самом непосредственном ее участии. Без ее изобретательности, мудрости и творческого подхода этот проект не смог бы достичь такого расцвета. Наш метод работы строится на тесном сотрудничестве психотерапевта и консультанта, на построении одной идеи на базе другой, на взаимообогащающей игре воображения. Многим мы обязаны так же и Стэнли Сигелю, куратору учебных программ, который недавно присоединился к нашему проекту и чей свежий взгляд на вещи оказался неоценимым как при проведении клинических исследований, так и при написании данной книги.

Я также многим обязана моему британскому другу и коллеге Алану Куклину, директору лондонского Института семейной терапии, за его пронизательную критику; Аните Моравец за ее прекрасные советы и Алану С. Гурману за его помощь при подготовке текста к печати.

Данный проект никогда бы не смог принести таких результатов, если бы не та добрая атмосфера творческой свободы, что была создана в Институте Аккермана его директором Дональдом А. Блохом. Под его руководством Институт превратился в такое место, где бок о бок могут мирно ужиться множество совершенно различных, порой конфликтующих идей. Его приверженность этой политике широкого взгляда на вещи, лишённого всяких предубеждений, позволила вырасти по-американски демократическому учреждению, весьма необычному в своей области, где явно проявляются тенденции к поляризации мнений и догматическому следованию одной конкретной модальности. Все эти годы он постоянно служил в Институте источником вдохновения и поддержки тем из нас, кто заразился экспериментированием. Он отстаивал наше право на это, даже когда не был согласен с нашими идеями, и помогал собраться духом, когда нас начинали одолевать сомнения. За это я и хочу поблагодарить его от всего сердца.

1. ДИЛЕММА ИЗМЕНЕНИЯ

Что такое система?

Слово “система” превратилось в клише семейной терапии — в слово, во многом утратившее свое первоначальное значение по причине неуместного употребления, всяческих обобщений и большой расхожести в академической среде. Хотя понятие “теория систем” и служит краеугольным камнем всей семейной терапии, разнообразие клинических методов указывает на существование множества различных способов, с помощью которых может определяться и рассматриваться система семьи.

Большинство учеников реагируют на академическое определение понятия “система семьи” замутившимся взглядом, как бы желая сказать: “И что же прикажете делать с самокорректирующейся, гомеостатической системой, которая активизируется в случае возникновения ошибки и саморегулируется посредством отрицательных и положительных цепей обратной связи в целях сохранения своего равновесия?” (определение системы в кибернетике). Или же: “Как следует обращаться с элементом, обладающим внутренним планом и эволюционирующим на новые непредсказуемые уровни организации в результате процесса дискретных изменений непредсказуемых скачков?” (эволюционистское определение системы).

К сожалению, эти концепции гораздо легче поддаются академическому определению, чем применению в клинической практике. Проводя клиническую работу, психотерапевты в большинстве случаев дают определение системы на основании того, что, по их мнению, является причиной возникновения проблемы, а также исходя из метода, которым они собираются производить вмешательство. Например: Сальвадор Минухин дает определение системы, исходя из ее границ и иерархической организации, поскольку их-то он и собирается изменить; определение Мюррэя Боуэна основывается на концепции треугольников и степеней дифференциации, поскольку это является полем его вмешательства;

Джей Хейли и Клу Маданес рассматривают систему в терминах энергетической структуры и сосредотачивают свои усилия на изменении таковой; Норман Поль выискивает области неразрешенной скорби, Бозормени-Наги — преемственности трех поколений, а Сельвини Палаццоли — системные парадоксы, служащие основными мишенями проводимых ими вмешательств. Как остроумно заметила Линн Хофман: “Семейная терапия была и по-прежнему остается подобием Вавилонской башни: строители ее изъясняются на совершенно различных языках” (1981, стр. 9).

То, что в семейной терапии подразумевается под определением “теория систем”, является не более чем набором весьма слабо связанных между собой концепций, пришедших из кибернетики и общей теории систем. Описанию многочисленных и весьма различающихся методов истолкования и применения теории систем посвящена обширная литература (см. Вацлавик, Бивин, Джексон, 1967; Вацлавик и др., 1974; Г. Бейтсон, 1972; Хофман, 1981; Кини, 1983; Паолино и Мак Крэди, 1972; Минухин, 1974; Боуэн, 1978; Сельвини Палаццоли и др., 1978; Хейли, 1977; Напьер и Витакер, 1978). Руководствуясь задачами данной книги, я ограничусь описанием наиболее основополагающих принципов этой теории и того, как они вводятся в клиническую практику при данном конкретном подходе.

Ключевые концепции при рассмотрении систем касаются целостности, организации и эталонирования. События изучаются в пределах того контекста, в котором они происходят, внимание при этом концентрируется на связях и взаимоотношениях, а не на каких-то отдельных характеристиках. Центральными в данной теории являются идеи о том, что целое всегда считается большим, чем сумма входящих в него частей; что каждая отдельная часть может быть понята только в контексте целого; что любое изменение в какой-то отдельной части скажется на всех остальных частях и что целое саморегулируется последовательностью цепей обратной связи, которые рассматриваются как кибернетические цепи. По этим цепям обратной связи в обоих направлениях передается информация в целях обеспечения стабильности или гомеостаза в данной системе. Части постоянно изменяются в целях поддержания системы в равновесном состоянии (подобно тому, как канатоходец постоянно перемещает свой вес для сохранения равновесия). Система в целом сохраняет свою форму как эталон связи между изменениями в ее частях. Данная концепция эталонирования и орга-

низации по типу замкнутой цепи, в отличие от описания отдельных элементов и истолкования явлений с позиций линейности, и послужила той основой, на которой зиждется семейная терапия.

Концепция такого рода означает, что ни одно событие или поступок не влечет за собой какого-либо иного события или поступка, а, скорее, связывается с множеством других событий или поступков по типу замкнутой цепи. Данные события и поступки со временем формируют последовательные, периодически повторяющиеся стереотипы, действие которых сохраняет равновесие в семье и позволяет ей эволюционировать от одной стадии развития к другой. Все поведение в целом, включая симптом, устанавливает и поддерживает эти стереотипы. Данная регулирующая функция считается более важной, чем поведение или симптом как некая реальная сущность сама по себе. Основным объектом внимания психотерапевта является *функционирование* поведения и то, каким образом функция одного поступка связывается с функцией другого поступка, так чтобы сохранялось равновесие в семье.

Члены семьи рассматриваются не как изначально *обладающие* определенными врожденными характеристиками, а как *проявляющие* соответствующее поведение в зависимости от поведения других. Вместо того, чтобы сразу пытаться понять причину поведения, психотерапевт старается выявить отклонения в стереотипе, из которого проистекает смысл данного поведения. Например: линейное причинно-следственное истолкование проблемы может быть таким, что ребенок замыкается в себе, поскольку мать его чуждается. В этом случае психотерапевт будет прежде всего стремиться к тому, чтобы заставить мать относиться к ребенку менее отчужденно. Такая линейная перспектива может также включать в себя причинно-следственное описание трех поколений, которое указывает на то, что мать проявляет отчужденность, поскольку у нее самой была мать, которая ее чуждалась. Системный же взгляд, с другой стороны, определил бы замкнутость ребенка как часть некоего набора взаимоотношений, образующего кибернетическую цепь, а именно: мать становится излишне придирчивой к сыну, когда отец, который находится в подчинении у матери, старается подорвать ее авторитет, позволяя сыну намного больше, чем положено. В ответ на это сын принимает сторону отца, становясь в оппозицию к матери, что, в свою очередь, приводит к тому, что мать начинает относиться к сыну со все возрастающей неприязнью.

Ни за одним человеком не признается одностороннего контроля над каким-либо другим человеком. Контроль заложен в том методе, с помощью которого организована и продолжает свое действие данная цепь.

Миланская группа разработала уникальный способ, позволяющий избежать линейного мышления при формировании гипотезы путем замены глагола *быть* на глагол *проявлять*. Например: “Отец, мистер Франчи, проявляет во время сеанса скрытый эротический интерес к идентифицированной пациентке, которая, в свою очередь, проявляет к нему враждебность и неприязнь. Миссис Франчи проявляет сильную ревность по отношению к своему мужу и дочери, проявляя в то же время повышенную симпатию по отношению к другой своей дочери, которая, в свою очередь, в ответ на эту симпатию не проявляет никаких признаков взаимности” (Сельвини Палаццоли и др., 1978, стр. 28). Данное описание не навешивает ни на одного из членов семьи ярлыков типа “ревнивый”, “враждебный”, “соблазняющий”, “симпатизирующий” или “отчужденный”. Напротив, оно отображает серию взаимосвязанных откликов и соотносит эти отклики с контекстом, в котором они проявляются. Она рассматривается всего лишь как ходы и ответные ходы, которые и составляют суть семейной игры.

В системном мышлении не существует абсолютов или определенностей: истина и реальность цикличны. “Прагматическая истина”, как она рассматривается Миланской группой, — это истина, которая наиболее “полезна”, то есть истина, которая связывает определенные события и поступки таким образом, чтобы дать возможность семье осуществить конструктивные изменения.

Формирование симптома

В этом месте совсем не лишне было бы задаться вопросом: почему, если система постоянно себя уравнивает и сохраняет таким образом свое равновесное состояние, могут вообще возникать какие-либо проблемы, требующие клинического содействия? Ответ заключается в том, что порой тот метод, при помощи которого семья достигает своего равновесия, заключает в себе симптом, который для нее и/или общества неприемлем. Когда данный симптом начинает вызывать невыносимый стресс, будь то в пределах или за пределами семьи, семья становится перед необходимостью обратиться за помощью.

Проявление симптома может быть ускорено благодаря множеству различных событий. Оно может быть вызвано изменением в одной из более крупных систем, в которых протекает жизнь данной семьи, — в социальной, политической, культурной или образовательной системе. Например: экономическая депрессия, вызывающая безработицу или крупные финансовые потери; политический кризис, разрушающий семью физически или идеологически; социальная революция, как та, что произошла в шестидесятые годы и сокрушила условности и жесткое распределение ролей; несовершенные методы образования или слабая материальная база учебных заведений; расовая, социальная и иная дискриминация. И все это — часть более широкоохватных кибернетических цепей, оказывающих свое воздействие на цепи семьи. Ускоряющее событие может зародиться в недрах самой семьи как реакция на какое-либо происшествие в жизненном цикле, как, например, смерть бабушки или дедушки, рождение ребенка, изнурительная болезнь или уход детей из дома. Элизабет Картер и Моника Мак-Голдрик (1980) дали детальное описание различного рода симптомов, с большой вероятностью проявляющихся в различные моменты жизненного цикла.

Любое из этих событий может разрушить перекрывающиеся стереотипы семьи, с возможным развитием какого-то нового симптома как средства выработки иного стереотипа. То, что в семье перестает работать какой-то один стереотип, вовсе не означает, что и все остальные стереотипы также не будут работать. Работа психотерапевта заключается в выявлении конкретного стереотипа, относящегося к симптому, и в выяснении того, каким образом можно изменить данный конкретный стереотип.

Текущая полемика о том, выполняет симптом гомеостатическую или эволюционную функцию, — то есть служит ли он для того, чтобы сохранить семью в неизменном виде или же побудить ее к развитию новой стадии, — имеет весьма малое значение при данном подходе, поскольку решающим клиническим вопросом является то, что симптом и система *связаны* между собой и определены как *служащие друг другу*. Определение точной природы данного взаимодействия таким образом, чтобы это было наиболее полезно с терапевтической точки зрения, остается на усмотрение психотерапевта. Поскольку изменение и стабильность рассматриваются как две стороны одной медали, выбор становится чисто прагматическим. “Всякое изменение может пониматься как уси-

лие по сохранению некоторого постоянства, а всякое постоянство сохраняется через изменение” (Г. Бейтсон, цитируемый М. Бейтсоном, 1972, стр. 17).

Часто возникает вопрос, обязательно ли симптом выполняет в системе какую-то функцию или же он может быть реакцией на какие-то обстоятельства вне семьи — на работе, в школе или в социальных отношениях. Хотя происхождение симптома может корениться в каком-то внешнем событии, его постоянство вполне может указывать на то, что он *используется* семьей в каком-то текущем деле. Например, если муж был уволен в результате экономического спада, он может впасть в депрессию из-за того, что стал безработным. Депрессия, скорее всего, пройдет, как только у него появится новая работа. Однако, если в этот период он начнет использовать свою депрессию в качестве оружия в текущем противоборстве со своей женой, депрессия, скорее всего, приобретет хронический характер, поскольку начнет исполнять определенную функцию в супружеских отношениях. Степень, в какой симптом может быть функционален, варьирует в зависимости от обстоятельств, времени и места. Симптом может выполнять различные функции, в различное время и для различных наборов взаимоотношений. Семьям, не использующим переходные симптомы в качестве оружия в текущих семейных делах, редко приходится прибегать к услугам психотерапии.

Дилемма изменения

Описываемый мной подход к системам целиком зависит от способности психотерапевта занимать и сохранять за собой определенную позицию по отношению к изменениям, а также от его умения использовать эту позицию в терапевтических целях. Эта позиция появляется в результате прослеживания систем и осмысления с позиций кибернетики их окончательного результата: если семья рассматривается как саморегулирующаяся система, а симптом — как механизм регуляции, то в случае ликвидации симптома вся система окажется временно нерегулируемой. Говоря в терминах систем, изменение является не единственным решением единственной проблемы, а дилеммой, требующей разрешения. Это будет справедливо независимо от того, какой является данная система: биологической, экологической, психологической, социаль-

ной или политической. Всякое изменение имеет свою цену и ставит вопрос о том, каковы будут последствия для остальных частей системы. Не принимать во внимание эти последствия — значит действовать с тех позиций, которые Брэдфорд Кини (1983) окрестил “экологической безграмотностью”. Такого рода последствия стали совершенно очевидными в последние годы, когда ученые из различных областей проводили наблюдения эффектов изменения одной из частей системы. Решение какой-то срочной проблемы часто приводит к возникновению проблемы в еще большем экологическом масштабе. Например: ДДТ уничтожает насекомых, но оказался также опасным для животных и человека; сухой закон породил новую профессию торговца контрабандными спиртными напитками, который действовал гомеостатично в целях обеспечения поставок алкоголя; уничтожение койотов в целях защиты фермерских овец привело к размножению кроликов, которые, в свою очередь, начали уничтожать урожай тех же фермеров; лесные пожары, которые когда-то считались стихийным бедствием, как оказалось, в долговременной перспективе выполняют полезные функции и в последнее время иногда даже не тушатся. Если решения принимаются со всей ответственностью, то они должны учитывать всю сложность крупномасштабных систем во временном плане. Опытные семейные терапевты уже давно это поняли, наблюдая за тем, как избавление от старых проблем порождает новые. После исчезновения у ребенка симптома родители возвращаются, чтобы сказать: “С Джейн все в порядке, но нам никак не удается с ней поладить”; или оптимистически настроенный супруг все больше впадает в депрессию по мере того, как его пребывавшая в депрессии половина становится все более оптимистичной; или “примерный” брат начинает доставлять все больше хлопот, когда идентифицированный пациент исправляется. Подобные последствия сдвига системы проиллюстрированы в главе 8 “Работа с супружескими парами”: жена заявляет, что ее муж стал тем, кем она всегда хотела его видеть, и теперь “просто не может этого вынести”. Или жена, постоянно ревнующая мужа, вдруг осознает, насколько ей нравится побыть одной, когда муж начинает каждый вечер вовремя приходить домой. Дистанцирование мужей, несомненно, выполняет определенную функцию в супружеских отношениях, которая начала осознаваться только после того, как они перестали дистанцироваться. Художественное изображение последствий “заботы” можно видеть в замечательном фильме Марко Беллоchio

“Прыжок в пустоту”, в котором жизнь брата рушится, когда с него снимается бремя заботы о больной сестре. Именно этот универсальный феномен заставил Джорджа Бернарда Шоу прийти к выводу, что в жизни есть только две трагедии: одна — когда не можешь добиться заветной мечты, а другая — когда она осуществилась.

Это не значит, что людям не следует добиваться исполнения заветных желаний или меняться, а говорит лишь о том, что последствия перемен непредсказуемы, преисполнены неожиданных поворотов и иронических гримас. Если бы психотерапевт мог заранее знать обо всех неисчислимых осложнениях, сопутствующих изменению системы, он мог бы воспользоваться этими осложнениями в целях осуществления изменений.

Некоторые новейшие критики кибернетической модели утверждают, что данная модель является скорее теорией стабильности, нежели изменения, и поэтому никак не может служить основой психотерапии. “Основным недостатком данной теории исходя из целей психотерапии является то, что она является не теорией изменения, а теорией стабильности” (Хейли, 1980, стр. 15). Справедливость этой критики определяется тем, используется ли данная теория лишь для описания самокорректирующихся процессов в семье или применяется клинически в расчете на получение терапевтического результата. В подходе, реализованном в Проекте краткосрочной терапии, теория стабильности или гомеостазиса используется парадоксально с целью вызвать изменение. Концепция саморегуляции применяется для увязывания симптома с системой и изменения, таким образом, одной из наиболее существенных посылок, при которых осуществляется вся деятельность семьи — посылка о том, что симптом является чуждым элементом, находящимся вне системы, и может быть изменен отдельно. Когда семья приходит для проведения курса терапии, то ее члены уже отсоединили симптом и просят психотерапевта изменить симптом без изменения их системы. Психотерапевт соединяет симптом и систему, чтобы показать, что нельзя изменить одно, не изменив другого, и излагает семье ее собственную дилемму. Эта *дилемма* изменения и все вопросы, имеющие к ней отношение, становятся фокусом курса психотерапии. Центральный вопрос психотерапии заключается не в том, как избавиться от симптома, а в том, что произойдет, если от него все же избавиться; терапевтические дебаты переносятся с вопросов о том, кто является носителем этого симптома, что его вызывает и как от него избавиться, на вопро-

сы, как будет без него функционировать семья, какую цену придется заплатить за его исчезновение, за чей счет это произойдет и стоит ли овчина выделки.

Последствия изменения системы и возникающие вследствие этого изменения дилеммы становятся основным пунктом терапевтической дискуссии, происходящей между психотерапевтом и семьей. Эта дискуссия содержит в себе ряд важнейших переопределений, меняющих восприятие членами семьи данной проблемы и, следовательно, их восприятие решения данной проблемы. В процессе этой дискуссии все вопросы, относящиеся к изменению и лежащие на неявном уровне семьи — секретные союзы, скрытые коалиции, тайное противоборство и замаскированные приготовления — все это становится явным и связывается с симптомом. Поскольку члены семьи постоянно предпринимают попытки восстановить свою посылку путем диссоциирования симптома, психотерапевт продолжает отрицать посылку, присоединяя ее. Когда семья наконец принимает новую посылку, то вполне возможно, что изменение произойдет неожиданно и в непредвиденном направлении. “Поскольку лишь некоторые из персональных характеристик элементов полностью абсорбируются и утилизируются системой, все остальные остаются доступными и могут найти применение при построении работающей системы семьи, когда, например, равновесие старой уничтожено... Данное взаимодействие не требует упорной и продолжительной работы со стороны психотерапевта, а требует лишь способности воспользоваться подходящим случаем в нужное время” (Сельвини Палаццоли и др., 1978, стр. 199).

В целях наиболее полного понимания неявного уровня семьи — скрытых союзов, коалиций, противоборств — полезно знать кое-что о системе убеждений семьи, управляющей этим уровнем.

Система убеждений

Поведенческий цикл в каждой семье управляется системой убеждений, которая состоит из набора жизненных позиций, основных установок, ожиданий, предубеждений, взглядов и убеждений, привнесенных в центральное ядро семьи каждым из родителей из той семьи, где они воспитывались. Эти личные убеждения смыкаются между собой и образуют руководящие посланки, управля-

ющие данной семьей. Следует твердо осознавать, что для психотерапевта важны не личные убеждения или установки каждого из родителей, а то, как они связываются между собой, образуя правила всей деятельности семьи.

Некоторые из этих убеждений являются общими, другие — взаимосогласующимися, что и обеспечивает основу первоначально взаимного влечения родителей. В период ухаживаний и на ранних этапах брачных отношений вокруг этих убеждений происходит договорный процесс, находящий свое выражение в форме семейных тем. Далее происходит организация важных поведенческих последовательностей вокруг этих тем, которые часто служат в качестве метафор избранного типа симптома. Под словом “тема” подразумевается специфический, несущий эмоциональную нагрузку вопрос, вокруг которого формируется периодически повторяющийся конфликт. Поскольку в каждой семье имеется множество таких тем, психотерапевт старается обнаружить ту, что имеет наиболее непосредственное отношение к симптому. Одними из наиболее распространенных семейных тем являются следующие: ответственность и безответственность, когда один из супругов берет на себя роль ответственной стороны, а другой — роль безответственной стороны; болезнь и здоровье, когда один из супругов эмоционально или физически заболевает, а другой действует в качестве психиатра или доктора; близость и дистанцированность, когда один из супругов преследует другого, пытаясь добиться эмоциональной близости, а другой всячески уклоняется от этого преследования, стараясь сохранить эмоциональную дистанцию; учитель и студент, когда один из супругов занимает позицию обладания авторитетом и компетентностью, а другой остается беспомощным и некомпетентным. При различных ситуациях эти позиции могут претерпевать сдвиги, но центральная тема всегда остается одной и той же. Когда один из супругов начинает испытывать недовольство поведением другого супруга относительно данной темы, то чтобы прийти к какому-то решению, он или она может обратиться к ребенку. Ребенок приходит на помощь родителям, занимая позицию, согласующуюся с позицией одного из родителей, замещая, таким образом, ту позицию, что была ранее занята другим супругом.

Понимание этих убеждений и проистекающих из них тем не может быть достигнуто путем постановки прямых вопросов, а требует логических умозаключений. Эти умозаключения основываются

на метафорическом языке, прослеживании поведенческих последовательностей и выявлении ключевых, отражающих жизненную позицию утверждений, например: “Я знала за ним все это, когда выходила за него замуж, но полагала, что любовь хорошей женщины излечит его”. Подобный комментарий проливает свет на непрерывное стремление жены спасти своего мужа от вредных заблуждений. Она убеждена в том, что если будет к нему достаточно добра, будет долго и преданно его любить, то сумеет спасти его от него самого и это даст ей возможность почувствовать себя нужной и значительной. Утверждение мужа: “Характер моей жены сильнее моего, и она лучше во всем разбирается” — указывает на его убеждение, что он обладает слабым характером и ответственная жена должна его спасать, удерживая от безответственных волеизъявлений. Эти взаимосогласующиеся убеждения влекут за собой легко предсказуемые поведенческие стереотипы, центром которых становится главная тема спасения. Эти стереотипы могут оставаться функциональными и асимптоматичными на протяжении длительного времени. Они перестают быть таковыми, если один из супругов выпячивает или изменяет свою позицию. Например: если в какой-то момент муж решит, что усилия жены, направленные на его спасение, удушают, а вовсе не спасают его, он может начать предпринимать попытки бегства от нее. В этом случае жена может обратить свои усилия на спасение их сына, который послушно начнет развивать у себя симптом, так чтобы она могла спасти теперь уже его. После этого отец может подать сигнал бедствия их дочери, чтобы спасала его уже она, раз жена не сумела справиться с этой задачей, после чего дочь может начать конкурировать с матерью на предмет того, кто из них лучший спаситель мужчин их семейства. Тема спасения и бегства будет управлять всеми семейными делами, при этом каждый член семьи будет действовать исходя из своей собственной позиции относительно центральной темы.

Система убеждений и возникающие из нее темы описывались различными авторами как семейные мифы (Феррейра, 1966), семейные построения (Рейсс, 1971), семейные темы (Гесс и Гендель, 1969) и семейная самоидентификация (Волин, Беннет и Нунэн, неопублик.). Волин и др., описывая семейную самоидентификацию как семейное “субъективное ощущение своего собственного положения, непрерывности и характера”, утверждает, что данная самоидентификация всегда является методом установления связей между одним поколением и другим.

Некоторые школы психотерапии сосредоточивают внимание только на поведенческом цикле и, хотя и признают существование системы убеждений, не прибегают к ней в терапевтических целях. “Эффекты воздействия одних типов поведения на другие, пути организации межличностных последовательностей будут тщательно фиксироваться, тогда как, с другой стороны, не будет делаться никаких выводов относительно мотиваций участников” (Слущкий, 1978, стр. 367). Подразумевается, что изменение может быть вызвано множеством различных способов на многих различных уровнях. Хотя ни членам семьи, ни психотерапевту нет особой необходимости уделять пристальное внимание системе убеждений, чтобы вызвать изменение, знание ее обеспечивает более широкий контекст, из которого можно осуществить вмешательство, особенно при использовании парадоксального подхода, поскольку эти убеждения и темы создают фундамент для косвенного и метафорического вмешательства. Влияние системы убеждений на уровень восприятия и формирования идей членов семьи будет детально рассмотрено в главе 2.

2. ФОРМИРОВАНИЕ ГИПОТЕЗЫ

Первым шагом в любом терапевтическом подходе является формулирование гипотезы, без которой психотерапевт не будет в состоянии получить или организовать информацию. Согласно определению, которое дает Международный словарь Вебстера, гипотеза — это “отправная точка всякого исследования”. Но психотерапевт прежде всего должен знать, что он исследует, в противном случае у него лишь накопится масса бессмысленной информации. Цель данного исследования заключается в определении взаимосогласуемости между симптомом и системой в рамках времени и изменения. Психотерапевту необходимо знать ответ на такие вопросы: почему в этой семье обнаруживается данная конкретная проблема в данное конкретное время? Какие события и поступки привели к обострению проблемы? Какой текущий цикл взаимодействия поддерживает ее? Как изменился этот цикл с течением времени? Как изменились методы, которыми семья решала эту проблему? Как повлияли ее методы на данную проблему? Что произойдет с семьей в будущем, если данная проблема сохранится? Если ее не станет?

Начальная гипотеза неизбежным образом является умозрительной и используется в качестве основания для дальнейшего сбора информации, которая данную гипотезу либо подтвердит, либо опровергнет. Психотерапевт может неоднократно изменять формулировку по мере того, как при работе с семьей у него накапливается новая информация. Для осуществления вмешательства вовсе необязательно дожидаться окончательной гипотезы, поскольку во многих случаях лишь само вмешательство может обеспечить недостающую информацию. Также необязательно, чтобы гипотеза была абсолютно точной, — она лишь должна быть вполне приемлема для данной семьи и изменения. Критерий приемлемости определяется на основе обратной связи — по последующим откликам членов семьи.

Поскольку главной целью гипотезы является образование связей, то, каким образом накапливается информация, имеет чрез-

вычайно важное значение. Очень часто психотерапевты-практиканты собирают информацию таким образом, что у них накапливаются лишь разрозненные факты о разрозненных событиях, которые сами по себе могут быть ошеломляющими (кровосмешение, изнасилование, убийство, самоубийство и т.д.), но не имеют никакого значения, не будучи связаны каким-то полезным образом с обозначившейся проблемой. Сами по себе члены семьи не могут создать эти связи, поскольку продолжение симптоматического поведения требует, чтобы они оставались в неведении относительно этих связей.

При накоплении информации психотерапевт занимает нейтральную позицию и старается ни о чем не судить с позиций морали и не примыкать ни к одной фракции семьи. В целях сохранения нейтралитета психотерапевт не сосредоточивается на каком-то одном человеке на сколь бы то ни было продолжительное время, оставляя без внимания всех остальных, поскольку этим данному человеку придается некий особый статус. В силу того, что всякое поведение рассматривается как попытка каким-то образом сбалансировать систему, психотерапевт с должным уважением относится к стоящему за ним стремлению к единству, хотя нельзя закрывать глаза на поведение само по себе. Такого рода нейтралитет подчас представляет определенную трудность для психотерапевтов, обученных более конфронтационным методам воздействия. Целью курса терапии не является осуществление изменения путем мелких подвижек в течение каждого сеанса, то есть за счет активной перегруппировки, перестройки или реорганизации семьи, проводимых психотерапевтом благодаря авторитету или профессиональным навыкам; изменение, скорее, осуществляется благодаря способности психотерапевта оставаться за пределами системы и сохранять целостный взгляд на вещи, то есть наблюдать, уважать и увязывать друг с другом все семейные дела и, наконец, — нацеливать вмешательство на те из них, что имеют самое непосредственное отношение к обозначившейся проблеме.

Если бы на какой-то конкретный поступок психотерапевту следовало бы реагировать с позиций осуждения или одобрения, то непоследовательно было бы характеризовать этот поступок положительно, как выполняющий определенную функцию в системе.

При сборе информации весьма полезно постоянно удерживать в памяти следующие вопросы.

1. Какую функцию при стабилизации семьи выполняет симптом?

2. Каким образом функционирует семья при стабилизации симптома?

3. Что является центральной темой, вокруг которой организуется проблема?

4. Каковы будут последствия изменения?

5. Что является терапевтической дилеммой?

Для того чтобы ответить на эти вопросы, психотерапевту необходимо прийти на сеанс с некоторыми основными априорными предположениями, касающимися взаимосогласующихся отношений между симптомом и системой. При данном подходе эти априорные предположения будут следующими.

1. Проявление симптома часто совпадает с определенным или заранее предвиденным изменением в семье, угрожающим нарушить равновесие (уход из семьи одного из ее членов, вступление в брак, переход на другую работу, поступление в школу, развод, достижение переходного возраста, достижение средних лет, болезнь или смерть).

2. Обеспокоенность, вызванная данным изменением, активизирует дремавшие до этого конфликты, которые, вместо того чтобы разрешиться, находят свое выражение через симптом.

3. Симптом может быть либо средством предотвращения данного угрожающего изменения, либо обеспечивает ему возможность осуществиться.

Например: в одном случае проявляющимся симптомом было связанное с правонарушениями поведение 16-летней дочери, которая внезапно начала плохо учиться, прогуливать занятия в школе, воровать, лгать и возвращаться домой в четыре часа утра. Это совпало с переводом ее матери на работу, из-за которой она стала приходить домой очень поздно. Выяснилось, что бабушка со стороны матери не одобряла то, что мать так работает, и в связи с этим высказала дочери свое неудовольствие. Каждый раз, когда дочь совершала какой-либо проступок, бабушка звонила матери в ее офис и та, оставив все дела и срочно вернувшись с работы, разбиралась с дочерью. Плохое поведение дочери выполняло функцию предотвращения изменения, мешая матери нормально работать и удерживая ее в той традиционной роли, что выбрала для нее бабушка.

В другом случае симптом 26-летней дочери рассматривался как способ вызвать изменение в семье. Через полтора года после смерти матери дочь вернулась из-за границы и стала жить одна в пустом

доме семьи. Ее брат и сестра разъехались, а отец вновь женился и жил со своей новой женой. Вокруг смерти матери было очень много вызывавших тяжелые чувства вопросов, которые никогда среди членов семьи не обсуждались, но в связи с этим между ними возникло напряженное молчание и неловкая отчужденность. Дочь предприняла попытку разрушить это молчание и отчужденность, избрав средством для этого совершенно скандальное поведение — учиняя драки, устраивая в доме погромы, злоупотребляя наркотиками и алкоголем и открыто заявляя о переживаемой ею депрессии. В конце концов отец собрал всех вместе, и они всей семьей прошли курс психотерапии, в процессе которого дочь подняла все невысказанные вопросы, относящиеся к смерти матери, и заставила семью заговорить о них. В этом случае симптом рассматривался как попытка ускорить изменение, быстро миновав период траура в семье.

При разработке гипотезы информация накапливается и интегрируется на трех различных уровнях: поведенческом, эмоциональном и формирования идей (что люди делают, чувствуют и мыслят). Для того чтобы понимать семейные стереотипы, важно осознавать, как все эти три уровня связаны между собой и взаимно питают друг друга.

Поведенческий уровень

Подробная информация о поведении часто выявляет важные искажения или противоречия, являющиеся ключом к пониманию функционирования данного поведения. Психотерапевту следует получить замедленную картину событий, приводящих к возникновению проблемы, сопутствующих ей и происходящих впоследствии. Психотерапевты часто сталкиваются с трудностями при сборе информации, касающейся особого поведения, поскольку члены семьи склонны говорить обо всем в общих выражениях и дают весьма субъективные описания. Например, жена может утверждать, что она всегда “тянется” к мужу в сексуальном плане. Выясняя подробнее, что именно она делает, когда “тянется”, психотерапевт может обнаружить, что она подвергает нападкам и критике его манеру любить, вынуждая его отступать. Такого рода информация может подтолкнуть психотерапевта к мысли, что функция ее “тяги” заключается в том, чтобы уберечь себя от осозна-

ния своих собственных сексуальных затруднений. Или же муж может рассказать о том, что становится совершенно беспомощным перед лицом своей разъяренной супруги. Фактически же его “беспомощность” выражается в том, что он начинает ходить из бара в бар, пока жена не найдет его там. То, что в его понимании представляется “беспомощностью”, является рядом действий, рассчитанных на то, чтобы заставить жену отправиться на его поимку. Оказываемое на других воздействие, лежащее в основе поведения, очень важно учитывать при оценке его функции.

В целях получения такого рода информации психотерапевт должен со всей тщательностью проследить конкретную поведенческую последовательность: он должен задаться вопросом, какие специфические действия идут вслед за другими специфическими действиями и какова специфическая реакция на это у других людей. Иногда бывает необходимо заниматься этим, пока всем не надоест, если иначе невозможно пробиться через расплывчатые формулировки членов семьи. Следующий типичный диалог дает представление о той настойчивости, которую требует такое прослеживание:

Терапевт: Что вы делаете, когда Джимми получает двойку по поведению?

Мать: Я не знаю, что делать.

Терапевт: Ну, и что же вы делаете?

Мать: А что я могу сделать?

Терапевт: Я не знаю, что вы можете сделать, но что же вы все-таки делаете?

Мать: Я уже все перепробовала.

Терапевт: И что же вы пробовали?

Мать: Ничего не помогает.

Терапевт: А когда последний раз ничего не помогло?

Мать: Вчера.

Терапевт: И как же оно не помогло?

Мать: Я просто махнула рукой.

Терапевт: И как же вы махнули рукой?

Мать: Я убежала к себе в комнату, бросилась на кровать и заплакала.

Терапевт: А что же делали другие члены вашей семьи, когда вы убежали?

Мать: Джимми было все равно, он пошел на улицу гулять.

Терапевт: А что делал ваш муж?

Мать: Он вошел в комнату и пытался меня успокоить.

Терапевт: Как он пытался вас успокоить?

Мать: Он стал меня уверять, что все будет хорошо и обещал, что будет уделять Джимми больше времени и постарается его исправить.

Из описания поведения матери в тот момент и реакции мужа психотерапевт может предположить, что функция, которую выполняет отказ матери от дальнейших попыток справиться с сыном, заключается в том, чтобы заставить мужа почувствовать свою вину и уделять семье больше времени.

Миланская группа разработала чрезвычайно полезную методику накопления информации, называемую круговым опросом, при котором у каждого члена семьи спрашивают, как ему или ей видится отношение между двумя другими членами семьи. Это эффективный способ получения информации, касающейся различий и изменения в семье. Например, ребенка можно спросить: “Как тебе кажется, после смерти бабушки твои родители стали жить дружнее или нет?” (Сельвини Палаззоли, Босколо, Чеччин и Прата, 1980). Независимо от того, какая методика используется при получении информации, важно, чтобы эта информация была взаимосвязана и на ее основе сформирована системная гипотеза.

Эмоциональный уровень

При рассмотрении эмоционального уровня семьи психотерапевт должен сконцентрировать внимание на *функции* чувств и форме их проявления. Проявление чувств является мощным орудием воздействия на остальных членов семьи. Эта концепция довольно трудна для усвоения, поскольку она идет вразрез с расхожим представлением о том, что чувства священны — что они являются достоверным показателем того, “кто мы есть на самом деле”, и “где мы есть на самом деле”, и “хорошо об этом знать и дать знать об этом другим”. Этот так называемый культ общения игнорирует политику чувств в социальном контексте. Чувства порождаются душой индивида не оттого, что она общается сама с собой, а пробуждаются к жизни и подготавливаются человеческой средой, даже когда эта среда только предвидится или хранится в памяти. Как и пове-

дение, выражение чувств программирует *других*, и ими же программируется.

Например, жена может программироваться мужем таким образом, что будет испытывать и выражать гнев по отношению к его матери, чтобы ему самому не приходилось испытывать и выражать гнев по отношению к ней; мать может запрограммировать своего ребенка таким образом, чтобы он чувствовал и вел себя беспомощно, отчего она ощущала бы себя нужной ему и приходила бы ему на выручку; жена может запрограммировать мужа так, чтобы он испытывал ревность и действовал в том же ключе, из-за чего у нее был бы повод обвинить его в том, что он ей не доверяет. Именно на эту стереотипизацию чувств — на эту систему эмоций — терапевту важно обратить свое внимание при формировании гипотезы. При каких обстоятельствах возникают и выражаются чувства? Какие ответные чувства и реакции возбуждают в других людях такие проявления эмоций? Если во время сеанса мать оплакивает смерть своего отца, ее чувство скорби может быть вполне искренним, но она не может не знать, какой эффект произведут ее слезы на остальных членов семьи: весьма вероятно, что ее чересчур непоседливый сын притихнет, или муж пододвинется поближе к ней, или дочь перестанет ее ругать. Едва ли будет полезно просто узнать о том, что мать испытывает печаль; но то, в какой именно момент она решит выразить свою печаль, как она это сделает и как на это будут реагировать другие — указывает на ее функцию.

Уровень восприятия и формирования идей

Помимо знания о том, что делает и чувствует в отношении данной проблемы каждый член семьи, психотерапевт должен знать, как они воспринимают данную проблему, ее причину и способы разрешения и как каждый из них реагирует на восприятие остальных. Уровень восприятия и формирования идей является наиболее сложным для понимания, поскольку он часто выходит за пределы осведомленности и имеет отношение к системам убеждений.

Ключ к пониманию этого уровня, по всей вероятности, может быть выявлен как через содержание, так и через процесс, вследствие чего язык семьи начинает играть чрезвычайно важную роль. Терапевту следует прислушиваться к метафорам и утверждениям,

выражающим жизненную позицию. Так, например, утверждение: “Мужчины любят женщин, а женщины любят своих детей” — несет в себе убеждение, что женщина прежде всего должна быть верна своим детям, а не мужу. Утверждение: “Никто никогда не будет любить тебя так, как твоя семья” — выражает убеждение, что никогда нельзя полностью доверять чужаку. Такие утверждения часто содержат в себе секретные правила семьи, поддерживающие симптом.

Для того чтобы получить ясное представление об этом уровне, психотерапевту не мешает собрать информацию о семьях, где воспитывался каждый из родителей. Поскольку именно здесь берут начало убеждения, восприятия и жизненные позиции, историческая перспектива расширенной семьи часто проливает свет на текущие дела. Хотя семье вовсе не обязательно понимать связи между прошлым и настоящим, контекст трех поколений дает психотерапевту более широкий гештальт для формирования гипотезы и осуществления вмешательств. Иногда недостающая информация выявляется при близком рассмотрении семейных призраков, секретов или мифов, оказывающих могучее влияние на все семейные дела.

При сборе “исторической” информации психотерапевт прослеживает семейные темы, и если оказывается, что какая-то тема имеет непосредственное отношение к обозначившейся проблеме, она будет использоваться при вмешательстве. Далее приводится пример того, как это происходит на консультационном интервью. Один психотерапевт обратился ко мне с просьбой проконсультировать для него бедную сельскую семью, которая была представлена как “многопроблемная” и “кризисная”. Старший сын привлекался к суду за то, что бросился с ножом на человека, проживавшего с его матерью. Мать, Перл, располневшая, неряшливая и слезливая молодая женщина, к своим 32 годам уже трижды побывала замужем и имела от трех мужей пятерых детей. На тот момент у нее был уже новый сожитель. В поселке о ней говорили, что она разогнала всех своих мужей, совершенно не заботится о детях, и называли их не иначе, как “белыми отбросами”.

На консультационном сеансе присутствовали Перл; ее сожитель Крис; трое детей Перл — 15-летний Майк, идентифицированный пациент; Джуд, 14 лет и Мэри Джо, 12 лет. Старшая дочь, Милдред, 17 лет, проживала вне дома с молодым человеком; 11-летняя дочь Сиси была отправлена жить к тетке, когда обнаружилось, что она не умеет читать, а мать чувствовала, что не сможет ей в этом

помочь. В то время родители Перл жили с ее бабушкой со стороны матери, алкоголичкой, которая целый день только пила и смотрела телевизор. Между бабушкой со стороны матери и родителями постоянно происходили стычки, и поэтому родители уходили из дома рано утром и проводили весь день с Перл и ее семьей. Отец использовал задний двор ее дома для ремонта старых автомобилей, которые он покупал и продавал, что вызвало большое недовольство Криса, который расценивал это как вмешательство в личную жизнь. Крис жаловался, что у него с Перл совсем нет времени побыть вдвоем, поскольку она была на побегушках у своих родителей и выполняла все их прихоти. Это вызвало частые перепалки между Крисом и Перл. Когда конфликт достигал апогея, на сцену выступал Майк, чтобы защитить свою мать от Криса, и затевал с ним драку. Тогда уже приходилось вмешиваться Перл и защищать Майка от Криса. Мальчик был готов уйти из дома, поскольку опасался, что рано или поздно кого-нибудь поранит. Это повторяло стереотип ухода из дома всех предыдущих мужей из-за чрезмерной привязанности Перл к своим родителям и из-за того, что она вставала на защиту Майка.

Усилия психотерапевта были направлены главным образом на то, чтобы попытаться прекратить насилие и установить в семье нечто напоминающее порядок. Стремясь обозначить границы, установить иерархии и приоритеты и ужесточить дисциплину, он поставил бесчисленное количество конкретных задач — и все безрезультатно. Перл по-прежнему позволяла детям делать все, что им вздумается, и каждый вечер оставляла их одних, чтобы поиграть в лото со своей матерью.

Во время консультационного интервью выяснилось, что Перл сбежала из дома, когда ей было 15 лет, из-за того, что ее родители постоянно ссорились. Мать несколько лет гонялась за ней, пока у нее не парализовало ноги и она не оказалась прикованной к инвалидной коляске. Она упрекала Перл в том, что дочь на всю жизнь сделала ее инвалидом. (Фактически же паралич был вызван опухолью в спинном мозге.) Как бы то ни было, Перл никогда не снимала с себя ответственности за инвалидность своей матери, и по ее поведению и некоторым заявлениям было ясно видно, что свою жизнь она посвятила тому, чтобы загладить свою вину перед матерью. Навязчивая идея об оплате этого огромного долга затмила для нее все остальные отношения. Мать постоянно от нее чего-то требовала, и, хотя ей это не доставляло никакого удовольствия,

Перл сдалась — она сопровождала ее в туалет, готовила ей еду, вывозила в машине на прогулку, играла в лото и т. д.

По мере того, как разрабатывалась тема морального долга и его возмещения, выяснилось, что вскоре после того, как родилась Перл, мать “уступила” двух ее старших братьев приемным родителям. Родители чувствовали, что не смогут заботиться о них ввиду слабого здоровья и бедности. Отец Перл хотел также уступить и ее, но мать настояла на том, чтобы оставить дочь, чем еще больше увеличила те обязательства, которые, по мнению Перл, она несла перед матерью. Братья проживали в настоящее время в том же поселке и никогда не упускали случая тем или иным образом напомнить Перл о том, насколько она им отвратительна из-за того, что стала избранным ребенком, в то время как они сами были отсланы из дома (еще одно долговое обязательство.) Перл также чувствовала себя в долгу перед своим сыном Майком, поскольку он стал жертвой насилия и жестокого обращения в ее первых браках, в связи с чем она не могла допустить строгого с ним обращения.

Было вполне очевидно, что пока Перл не решит вопрос с унаследованными задолженностями, ей будет неимоверно трудно установить границы как с родителями, так и с детьми. Это наследие сделало для нее невозможным быть счастливой с мужчиной, поскольку она не могла себе этого позволить (как же она могла быть счастливее тех, кого заставила страдать?), и поведение Майка выполняло функцию предотвращения ее излишней близости с кем бы то ни было.

Мои рекомендации этому психотерапевту сводились к тому, чтобы он закорнил будущие вмешательства с этой весьма сильной темой моральных обязательств и их выполнения, которая главенствовала в этой семье. Я предложила начать с того, чтобы устроить собрание расширенной семьи в полном составе (включая бабушку со стороны матери, родителей и двух братьев). На этом собрании ему следует продолжить изучение темы неоплаченных долговых обязательств в этой семье: кто еще их несет, по отношению к кому, как они выполняются, какова процентная ставка, есть ли какие-нибудь законодательные ограничения. Было решено, что в первую очередь необходимо знать, каким образом другие члены семьи заключили с Перл тайное соглашение о том, чтобы держать всю семью под сенью неоплаченных долгов. (Предполагалось, что в расчетах между матерью Перл и бабушкой также пока нет полной ясности.) Более того, основываясь на собранной информации, психотерапевт по-

лучал возможность сконструировать семейный ритуал вокруг искупления долгов, предоставляя семье возможность оплатить их открыто и официально. Поскольку это был тип семьи, крайне чувствительный к эпитетам, таким как “белые отбросы”, “слабый характер” и “дурная кровь”, было также предложено, чтобы этот ритуал был оформлен в рамках контекста высочайшей ответственности и добросовестности всех членов семьи, в их решимости исполнить свои обязательства по отношению друг к другу.

Исторические данные часто помогают психотерапевту раскрыть центральную тему, связывающую совместно функционирующие уровни семьи: поведенческий, эмоциональный и когнитивный. Данный исторический фон для каждого конкретного случая имеет большее или меньшее значение, в зависимости от того, в какой степени наследие прошлого превратилось в жесткие правила, которым подчинено настоящее. В течение первых лет работы Проекта краткосрочной терапии мы чаще всего игнорировали исторический контекст симптома и сосредоточивали внимание в первую очередь на текущих поведенческих циклах. Однако в некоторых случаях вмешательства, нацеленные только на эти циклы, оказывались не в состоянии дать результаты, поскольку они не изменяли тематическую идеологию, стоящую за этими циклами. В настоящее время мы собираем историческую информацию в обычном порядке во время первого же сеанса и позднее уже решаем, следует ли использовать ее терапевтически.

3. ВЫРАБОТКА УСЛОВИЙ ПРОВЕДЕНИЯ КУРСА ПСИХОТЕРАПИИ

После того как психотерапевт сформулировал гипотезу, на следующем шаге ему необходимо утвердить терапевтический контракт с семьей путем задания условий курса терапии. Это осуществляется путем определения связи между симптомом и системой и постановки дилеммы изменения. Тот, в чьей власти определение проблемы, определяет и весь ход курса психотерапии.

Если предоставить семье возможность задавать условия через свое определение проблемы, психотерапевт собьется с пути, поскольку определение, которое даст семья, будет сохранять проблему. Если психотерапевт будет вовлечен в линейную дискуссию относительно того, следует ли матери быть менее деспотичной, отцу менее пассивным, а детям — менее непокорными своим родителям, то этим он даст возможность семье одержать победу в терапевтическом поединке. При обсуждении этих вопросов функция поведения будет обходиться молчанием, равно как и тот факт, что члены семьи используют деспотичность, пассивность и непокорность как тактику в своих взаимоотношениях.

При выработке терапевтического контракта психотерапевт должен принимать во внимание скрытые намерения и противоречия в выдвигаемых требованиях и оперативно переопределять проблему в удобоваримых терминах. Часто бывает, что семья просит психотерапевта совершить невозможное — изменить прошлые события, переделать членов семьи, разрешить вопрос каким-либо противоречивым образом или распутать клубок личных проблем. Например, одна из практиканток попросила проконсультировать ее по одному случаю, который она описала следующим образом:

Я испытываю полную растерянность перед этой разведенной матерью и ее семилетним сыном Тимом. Она по-прежнему отказывается устроиться на работу, живет на пособие и каждый раз имеет новый физический симптом.

Она посещает трех разных врачей, каждый из которых говорит по-своему, после чего она обращается ко мне с вопросом, что же ей делать. Она чуждается всех, кто пытается ей помочь, включая собственную семью и друзей. Она не позволяет отцу Тима встречаться с ним, поскольку он не заезжает за ним вовремя, и отец угрожает подать на нее в суд. Она постоянно враждует с ним по поводу алиментов и попечительства. Она жалуется на то, что психотерапия ей не помогает и я делаю недостаточно. По-видимому, у нее крайне высокая неудовлетворенная потребность в зависимости, и она старается кого угодно вовлечь в ее восполнение. Она грозит покончить с собой и угрожает отдать Тима приемным родителям. Что мне делать?

Мой ответ был: “А какова проблема?”

Моя ученица почувствовала смущение, поскольку она не связала ни один из вышеизложенных фактов в системную гипотезу, и в конечном итоге пыталась по отдельности разрешить более десятка проблем. Первый критический вопрос заключался в том, какую функцию выполняла беспомощность матери и для поддержания какой системы взаимоотношений?

Дальнейшее исследование этого вопроса на следующем сеансе показало, что мать вела вполне самостоятельный образ жизни, пока не повстречалась и не вступила в брак со своим мужем, после чего она пошла по нисходящей, поскольку, по ее словам, муж своим тираническим преследованием и бесконечной критикой подорвал ее уверенность в себе. Даже после развода она оставалась с ним на ножах в борьбе за первенство.

На консультации мы определили беспомощность матери как способ оставаться в постоянном тесном контакте со своим мужем, продолжая ежедневно убеждаться в его правоте, оказываясь некомпетентной во всех возможных случаях. Данное определение проблемы было клинически полезным, поскольку оно связывало симптом (беспомощность матери) с системой, которая ее сохраняла и поддерживала (отношения матери со своим мужем). Новый терапевтический контракт был основан на выработке иных отношений с ее мужем.

В другом случае переживавшая разлад супружеская пара была направлена ко мне на консультацию, поскольку моя ученица не

сумела утвердить с ними терапевтический контракт. Муж был решительно настроен против курса терапии, с самого начала утверждая, что нет необходимости в психотерапии, поскольку у них нет никаких проблем, а те, которые есть, они могут решить самостоятельно. Однако его жена пригрозила уйти от него, если он не захочет признать их проблемы и что-нибудь предпринять для их разрешения. Он приходил на сеансы неохотно, лишь бы ей угодить, и только и делал, что защищался, противоречил, отрицал и настаивал на том, что единственная проблема — в том, что его жена фабрикует проблемы. Моя ученица пыталась проводить курс терапии, не задав для него условий.

На консультационном интервью (на которое муж опоздал на полчаса) я посоветовала своей ученице сказать мужу, что единственная его проблема заключается в том, что он не может убедить свою жену в отсутствии проблем. Ему следует попытаться убедить ее, что она счастлива, что у них хорошие отношения и что он сам может решить любую возникшую между ними проблему. Моя ученица поступила в соответствии с моими инструкциями, муж согласился, и, как и можно было предположить, его попытки ни к чему не привели. В конце сеанса моей ученице следовало предложить мужу продолжить дома попытки убедить свою жену в том, что им не нужна психотерапия. Если ему это не удастся, он должен позвонить и назначить встречу. Таким образом, труд по преодолению противоречивой позиции мужа был переложен с психотерапевта на самого мужа. Путем переопределения проблемы контракт был изменен таким образом, что вместо психотерапевта, старающегося убедить мужа в том, что им нужен курс психотерапии, появился муж, пытающийся убедить жену в том, что он им не нужен. Психотерапевт задал условия курса терапии: муж должен либо сделать жену счастливой, либо признать, что он этого не может, и в этом заключается проблема.

Классификация методов вмешательства

При развитии данного подхода вскоре стало очевидным, что в различных ситуациях симптомы выполняют различные функции и что одни из них более существенны для равновесия в семье, чем другие. Если симптом является главным образом реакцией на кризис или на проходящее событие, то психотерапевту нет необходи-

мости чересчур беспокоиться о последствиях изменения, поскольку семья, вероятнее всего, довольно быстро их абсорбирует. В подобных случаях вполне годится прямой подход, при котором психотерапевт просто определяет проблему и советует семье, что следует делать для ее разрешения. С другой стороны, если симптом начинает использоваться как секретное оружие в тайной борьбе или закрепляется в постоянно повторяющемся цикле взаимодействий, всякие попытки облегчить его, скорее всего, будут заранее обречены на неудачу. Психотерапевт в таком случае окажется в парадоксальном положении, когда семья будет просить его ликвидировать симптом, в котором она разместила свои активы, но не может в этом открыто признаться. В подобных случаях наиболее целесообразным будет косвенный или парадоксальный подход, при котором внимание сосредоточивается на последствиях расстройства этих активов.

Часто возникает вопрос о том, каким образом психотерапевт может определить, какого типа функцию выполняет данный симптом. Иногда это бывает невозможно сделать до того, как проведено вмешательство, поскольку только обратная связь от вмешательства обеспечивает психотерапевта необходимой информацией.

В первые годы нашего экспериментирования в рамках Проекта краткосрочной терапии мы иногда использовали парадокс, когда это было неуместно или совсем не нужно. Злоупотребление методом для того, кто его только осваивает, по-видимому, неизбежно. Одной из наших первых семей была одинокая мать, которая пришла со своим неуправляемым восьмилетним сыном. Едва войдя в комнату, сын учинил разгром — отказывался сидеть спокойно, носился по комнате, опрокидывая мебель, раскидывал игрушки и постоянно перебивал свою мать. Консультационная группа сидела по другую сторону прозрачного зеркала, размышляя о функции симптома и пытаясь разработать схему парадоксального вмешательства в то время, как ребенок продолжал громить помещение. Наконец грохот стал настолько ужасающим, что группа решила постучать в дверь и сказать психотерапевту, чтобы он попросил мать утихомирить ребенка, так как невозможно ничего услышать. Психотерапевт выполнил это пожелание, и мать начала уговаривать, упрашивать, умолять, делать всяческие посулы, только бы ее сын вел себя хорошо. Остаток сеанса был потрачен на то, чтобы объяснить матери, как передавать сыну ясное сообщение. Постепенно эта задача была выполнена, и сын начал реагировать на возраста-

ющую твердость матери. Поскольку это весьма несложное прямое научение сработало во время сеанса, группа и психотерапевт решили дать матери задание действовать в том же духе и дома, чтобы проверить, может ли она и дальше поступать так, как от нее требуется. Ей были также даны специальные указания, как обращаться с сыном при различных обстоятельствах. Мать сумела выполнить эти указания и обнаружила, что буйное поведение ребенка немедленно пошло на убыль. Выполнял ли симптом какую-то функцию или нет, на тот момент не имело значения, поскольку он не был настолько укоренившимся или живучим, чтобы его нельзя было изменить.

Однако в другом случае наш опыт был иным, и сколько бы раз мы ни проводили инструктаж, семья была не в состоянии исполнить то, что от нее требовалось. Если семья все время оказывается не в состоянии реагировать на прямые вмешательства, это является верным знаком того, что какие-то секретные намерения или скрытые договоренности заблокировали изменение. Время от времени порождающее симптом поведение прерывается лишь для того, чтобы симптом вновь появился немного позже и в иной форме. Поскольку невозможно предсказать, случится ли это, и если да, то когда именно, и из-за того, что над будущими проблемами невозможно работать до того, как они появились, психотерапевт может находить решения только по мере того, как проблемы дают о себе знать.

Некоторые семьи с самого начала имеют признаки того, что логические вмешательства неизбежно обречены на провал, например, семьи, в которых имеют место какие-то неординарные договоренности или высокий уровень беспокойства, осторожности, несогласия, вины или злобы, не позволяющие семье “слышать” психотерапевта. Для того чтобы предложения психотерапевта возымели свое действие, вмешательства должны быть обращены на те посылки, при которых функционирует семья. Если семья функционирует на основе какого-то мощного скрытого убеждения или выполняет некое предписание, подразумевающее какую-то укorenную в прошлом традицию, подход на основе здравого смысла вряд ли будет возможен. В таких случаях мы применяем парадоксальные послания, которые обращены на эти убеждения или предписания. Позднее прямые и парадоксальные вмешательства могут чередоваться, при этом прямые вмешательства применяются для тестирования готовности семьи к изменению, а парадоксальные —

для непрерывного выявления препятствующих ему тайных договоренностей.

Есть и определенные кризисные ситуации — насилие, внезапное горе, попытка самоубийства, потеря работы или нежелательная беременность, — при которых парадокс совершенно не подходит, поскольку психотерапевту необходимо быстро овладеть ситуацией, чтобы обеспечить структуру и контроль. Парадоксальные вмешательства лучше всего приберечь для скрытых, давно установившихся, часто повторяющихся стереотипов взаимодействия, которые не реагируют на логические объяснения или рациональные предложения.

Для того чтобы решить, какой тип вмешательства наиболее подходит в каждой конкретной ситуации, я провела их классификацию в подразделах “Прямые вмешательства, основанные на согласии”, подразумевая под этим упование психотерапевта на то, что семья будет им подчиняться, и “Парадоксальные вмешательства, основанные на противодействии”, подразумевая под этим ожидание психотерапевта, что семья будет оказывать им противодействие. (Эти термины были введены в обращение Рорбау, Тенненом, Прессом, Уайтом, Пикерингом и Раскином, 1977).

Прямые вмешательства на основе согласия

Прямые вмешательства — советы, объяснения, указания, толкования или задания, которые, как предполагается, будут восприниматься буквально и выполняться, как предписано, — напрямую нацелены на изменение семейных правил и ролей. Они включают в себя обучение родителей тому, как руководить детьми, перераспределение семейных обязанностей между членами семьи, установление требуемой дисциплины, регулирование личной жизни, определение возрастных приоритетов и обеспечение семьи необходимой информацией. Сюда же относятся содействие открытому общению, предоставление семье личной обратной связи и прямое обсуждение стереотипов взаимодействий в семье.

Ниже приводится пример ситуации, для которой на первом же интервью было решено использовать прямое вмешательство: обособившейся проблемой была зарождающаяся боязнь школы у четырехлетней дочери, у которой начиналась истерика каждое утро, когда мать пыталась усадить ее в школьный автобус. Она кричала

и пинаясь до тех пор, пока мать, которая только что вновь вышла на работу и испытывала чувство вины по поводу того, что отправляла свою дочь в ясли-школу, не забирала ее обратно. Весь остаток дня мать бывала расстроена и обижена из-за того, что не вышла на работу. На следующее утро мать старалась подойти к автобусу, соблюдая всяческую осторожность, а дочь, чувствуя обеспокоенность и смущение своей матери, вновь закатывала истерику, пока ее не забирала обратно.

Мать взяла на себя ответственность за проблему, осознавая, что не справляется с ситуацией должным образом и нуждается в определенном руководстве. Муж, работавший далеко от дома и уходивший из дома очень рано, не возражал против того, чтобы его жена работала, и здесь, по-видимому, не было никаких значительных супружеских разногласий, в которые могла быть втянута дочь. Психотерапевт, почувствовав, что мать заинтересована и всячески ему содействует, дал ей указание предпринять твердые решительные действия. Ей был дан совет посадить дочь в автобус, повернуться, и уходить, и ни при каких обстоятельствах не забирать ее обратно. Мать сумела справиться с этой задачей, и на четвертый день приступы истерики постепенно сошли на нет, и дочь садилась в автобус без каких-либо недоразумений.

В этой семье симптом не использовался для решения какого-то иного взаимоотношения, был лишь гипертрофированной реакцией матери и дочери на новую жизненную ситуацию. Если бы симптом выполнял какую-либо функцию в супружеских отношениях, в частности, предоставлял отцу возможность выразить свое неудовольствие по поводу выхода матери на работу, то решить эту проблему было бы не так просто.

Парадоксальные вмешательства на основе противодействия

Существует много различных определений парадокса. Одно из них, приводимое в Международном словаре Вебстера, следующее: “Утверждение или чувство, кажущееся противоречащим или противопоставленным здравому смыслу, но которое в действительности может оказаться верным”.

...То парадоксом числилось когда-то,
но на поверку может правдой быть.

Шекспир

Самым важным в этом определении с точки зрения нашего клинического использования парадокса является слово “кажущееся”. Наши парадоксальные сообщения только *выглядят* противоречивыми. Они содержат двойное послание семье: одно послание указывает на то, что им было бы неплохо измениться, а второе — на то, что это будет не так уж хорошо, — при этом оба послания передаются одновременно. Психотерапевт убежден, что оба послания “правильны” и вследствие этого может передать их со спокойной душой и чистой совестью. Например, в разделе “Дочь, которая сказала “нет” (глава 6) я говорю этой дочери, что чем несчастней она будет сейчас, тем лучше для нее же самой, поскольку ее несчастность — это ее способ сказать родителям “нет”. Я передаю кажущееся противоречивым сообщение, состоящее в том, что дочь должна быть несчастна, чтобы быть счастливой. И это верно, поскольку последствием того, что она станет счастливой, будет то, что она доставит удовольствие родителям, что сделает ее несчастной; но последствием того, что она станет несчастной, будет то, что она доставит неудовольствие себе.

Парадоксальные сообщения используются в Проекте краткосрочной терапии для того, чтобы давать определение кажущемуся противоречивым поведению, которое в текущий момент имеет место у членов семьи по отношению друг к другу. Они не фабрикуются в голове психотерапевта, чтобы быть навязанными семье. О них говорится как об “основанных на противодействии”, поскольку есть надежда на то, что члены семьи начнут противодействовать той части сообщения, что удерживает их от изменения. В данном случае надежда возлагалась на то, что дочь воспротивится моим рекомендациям оставаться несчастной, чтобы таким образом сказать своим родителям “нет”, и найдет другой способ своего обособления.

При разработке системного парадокса психотерапевт соединяет симптом с выполняемой им в системе функцией и предписывает одно относительно другого (симптому функцию, а функции — симптом). Перечисляются последствия ликвидации симптома, и психотерапевт рекомендует семье продолжать разрешать свою дилемму через симптом. Например, в семье, где обозначившейся проблемой было противоправное поведение сына-подростка, психотерапевт определил, что неприемлемое поведение совпало с началом нового бизнеса у отца и его длительными отлучками из дома в связи с этим. Оно также совпало с уходом из дома старших де-

тей в связи с поступлением в колледж или вступлением в брак. По этой причине мать и сын-подросток надолго оставались одни в доме, в результате чего у них развилась непомерно сильная привязанность друг к другу. Мать, которая ожидала, что после того, как дети вырастут, у нее появится возможность пожить вместе с мужем в свое удовольствие, была горько разочарована и обратилась к сыну за утешением. Она была убеждена, что хорошая жена никогда не жалуется мужу, и гордилась тем, что в течение многих лет оберегала его от проблем, связанных с воспитанием детей.

Сын, на которого удрученность матери производила чрезвычайно сильное впечатление, решил облегчить ее переживания, находясь все время рядом с ней. Когда же этот груз стал ему не по силам, он начал совершать противоправные действия. Вначале мать сама пыталась заниматься проблемами сына, но когда они возросли до такой степени, что ей одной это стало не под силу, она вынуждена была обратиться к мужу. Муж отреагировал тем, что примчался с работы домой и сурово отчитал сына, который на время исправился, пока с наступлением нового цикла все не повторилось.

Психотерапевт сказал семье, что в настоящее время сыну, по-видимому, необходимо продолжать так себя вести, поскольку это был его способ возвращать отца домой к своей матери. Сама мать не могла себе этого позволить, поскольку ей казалось, что это будет изменой по отношению к ее роли хорошей жены. Отец также не мог этого сделать по своей воле, поскольку эмоционально он не был так тесно связан со своей женой, как сын, и не мог чувствовать, когда она страдает от одиночества. Поскольку родители не были в состоянии разрешить проблему своих супружеских отношений, сыну, по всей видимости, необходимо было продолжать делать это за них при помощи вызывающего поведения.

Разумеется, это было неприемлемо для каждого из членов семьи. Мать воскликнула: “Это просто смешно! Почему наш сын должен постоянно иметь неприятности ради спасения нашего брака?” Отец ответил: “Я определенно не нуждаюсь в том, чтобы мой сын заботился о моей жене вместо меня”. А сын с большим чувством заявил: “Пусть они сами решают свои проблемы. Почему они втягивают в это меня?” Когда семья восстает против предписания психотерапевта, начиная его критически обсуждать или отказываясь следовать ему, это и есть желаемая реакция на парадоксальное вмешательство, общеизвестная как “отступление”. Она говорит о

том, что члены семьи начали критически относиться к тому, что делают в отношении данной проблемы. По мере того, как психотерапевт продолжает обсуждать дилемму семьи и обрисовывать ей последствия изменения, послышки, исходя из которых действуют члены семьи, продолжают изменяться. Им становится все труднее исходить из своей исходной посылки о том, что сын эмоционально неуравновешен и нуждается в психиатрическом лечении и, в конечном итоге, держаться за свое решение проблемы — изменить поведение сына, ничего не меняя в своем собственном. Каждое парадоксальное сообщение содержит с себе подразумеваемую альтернативу, обращенную в направлении изменения. В вышеприведенном сообщении подразумеваемая альтернатива для матери — это иной способ возвращать отца домой, когда она в нем нуждается, а для отца — проявлять большую чуткость к эмоциональным запросам своей жены.

Этот подход к использованию парадокса отличается от того, что обычно используется в индивидуальной психотерапии, где вмешательства в первую очередь нацелены на изменение какого-то особого поведения, а вовсе не изменение системных операций или посылок, управляющих поведением. Предписывается только симптом. Например, заике можно сказать, чтобы он начинал преднамеренно заикаться в определенных случаях и при определенных обстоятельствах. Данное “преднамеренное усилие”, согласно описанию Франкла, передает симптом под сознательный контроль пациента. Симптом не связывается ни с каким иным отношением в более масштабной системе, и изменение восприятия не является целью.

Разработка парадокса

В разработке системного парадокса выделяются три главных этапа: переопределение, предписание и сдерживание.

Переопределение

Прежде чем психотерапевт сможет предписать симптом и систему, их необходимо положительно переопределить. Хороший врач не предписывает плохое лекарство. Каждый поступок переопреде-

ляется как любящий жест, служащий сохранению стабильности в семье. Например, злость может быть переопределена как сильная любовь, страдание — как самопожертвование, дистанцирование — как способ увеличения близости.

В тех случаях, когда совершаются насилие, самоубийство, кровосмешение или незаконные деяния, положительно определяется *мотивация*, стоящая за такими поступками, а не сами поступки. Например, в неполной семье, в которой недавно умерла бабушка со стороны матери, 17-летний сын (единственный ребенок) стал совершенно непокорен и физически груб со своей матерью. Психотерапевт выдвинула гипотезу, что поведение сына было связано с горем матери, которое она не проявляла открыто и не делилась им с сыном. Вместо этого она уходила в свою комнату и долгое время пребывала в скорбном молчании.

Психотерапевт определила мотивацию, стоящую за грубостью сына так, как она была ей подсказана главным героем пьесы “Лилиом”. Каждый раз, когда Лилиом видел тех, кого он любил, страдающими и беспомощными, в нем пробуждалась жажда насилия и он наносил им побои. Как и Лилиом, сын пытался уменьшить печаль матери, затеывая с ней скандал, доходивший до драки. Психотерапевт рекомендовала ему и дальше проявлять участие к матери, но каким-то иным образом, так чтобы мать могла оценить это по достоинству. Поскольку он писал песни для рок-группы, то каждый раз, когда он видел, что мать грустит, он садился и писал песню, которая, как ему казалось, выражала ее чувства, и затем пел ей эту песню — или же они пели ее вместе. Это предписание дало возможность матери и сыну переживать горе вместе и рассеять молчаливую напряженность, которая приводила к насилию.

Предписание

Определенные положительно, как служащие один другому, предписываются и симптом и система. То, в каких словах изложено предписание, имеет крайне важное значение. Оно должно быть кратким, сжатым и неприемлемым для семьи. Если оно приемлемо, то отступления не произойдет. Для того чтобы выглядеть искренним, а ни в коем случае не саркастичным и неуважительным, психотерапевту необходимо располагать убедительным дово-

дом в пользу такого предписания, то есть таким, какой ему самому представляется веским и обоснованным. Психотерапевт должен излагать его с видом полнейшей убежденности, а в дальнейшем ни на йоту не отступать ни от этой формулировки, ни от ее обоснования, несмотря на все попытки семьи доказать ее несостоятельность. Наблюдая за реакцией семьи, психотерапевт определяет место каждого отдельного взаимодействия в концептуальных рамках предписания (Пример этого приведен в разделе “Привлечение подсистемы братьев и сестер” главы 5.)

Общая ошибка, допускаемая новичками, состоит в стремлении формулировать пространные и сложные сообщения, в которых симптом не связан ни с каким конкретным взаимодействием в системе. Другая общая ошибка — предписывать каждое поведение отдельно, не соединяя их между собой, например: “Сара, тебе следует и дальше испытывать головную боль; мать, вам следует по-прежнему о них беспокоиться; отец, вам нужно и дальше оставаться в стороне; Джон, тебе нужно продолжать плохо учиться”. Психотерапевтический удар здесь отсутствует, поскольку поведение членов семьи не связано между собой через выполняемую им функцию.

Сдерживание

Если психотерапевт хочет быть последовательным на двух вышеописанных этапах, то ему следует сдерживать семью каждый раз, когда в ней будут проявляться признаки изменения. Если симптом действительно является существенным элементом в функционировании системы, а психотерапевт считается с этой системой, то ему следует проявлять беспокойство лишь тогда, когда этот симптом начинает исчезать.

Если семья настойчиво требует изменения, то следовать далее психотерапевту необходимо с большой осторожностью и осмотрительностью. В зависимости от конкретных обстоятельств психотерапевт может запланировать незначительное изменение в условиях постоянного и пристального наблюдения. Семье говорится, что это осуществляется для того, чтобы проверить их терпимость к изменению. Столь же осторожная позиция сохраняется на протяжении всего курса терапии, при этом психотерапевт более тревожится, чем радуется по поводу происходящего прогресса.

Если семья проявляет признаки возврата к своему прежнему поведению после того, как запланированное изменение проведено, психотерапевт может упрекнуть себя в том, что поддался влиянию семьи вопреки своему собственному мнению. (В следующих главах приводится множество примеров того, как применяется эта методика.)

Реверсирование на основе согласия и противодействия

Реверсирование — это вмешательство, в ходе которого психотерапевт указывает одному из членов семьи изменить на противоположную свою позицию или поведение по отношению к какому-то критическому вопросу в надежде на то, что это породит парадоксальную реакцию другого члена семьи. Реверсирование основано одновременно и на противодействии, и на согласии. Оно требует осознанного содействия того члена семьи, который постоянно получает инструкции от психотерапевта и противодействие того члена семьи, в отношении которого этот инструктаж возымел свое действие. Мюррэй Боуэн разработал метод реверсирования при обучении отдельных членов семьи отделять себя от семьи, в которой они воспитывались. Примером этого может быть указание мужчине, который проявляет чрезмерную заботу о родителях, идти домой и впредь не проявлять никакой заботы о них — отказаться быть опорой семьи, а самому на нее опереться; стать самому беспомощным вместо того, чтобы оказывать помощь другим; быть пациентом, а не доктором.

Реверсирование может использоваться при работе с семьями, супружескими парами или отдельными индивидами. Наиболее эффективным оно будет, когда взаимосогласующиеся позиции в повторном цикле взаимодействия просматриваются совершенно ясно и психотерапевт может побудить хотя бы одного человека в этом цикле изменить свою позицию на противоположную. Остальные участники этого цикла могут не присутствовать или даже вообще не принимать участия в данном курсе терапии.

Реверсирования наиболее всего подходят для работы с индивидами, которые живут одни и не имеют системы семьи, которая могла бы быть привлечена к такому сеансу психотерапии. Обозначившаяся проблема таких людей, как правило, возникает из-за

того, что они занимают какую-то жесткую позицию в отношении какой-либо жизненной ситуации, которая только увеличивает проблему, а вовсе ее не разрешает. Их можно научить тому, как изменить эту ситуацию путем занятия иной позиции.

Если члены семьи отказываются проходить курс психотерапии — один из супругов отвергает супружескую психотерапию или проблемный ребенок не является на семейные сеансы, — то присутствующим членам семьи можно дать указания, как коренным образом изменить данную ситуацию путем изменения своего поведения дома на полностью противоположное. Когда же к курсу терапии возможно привлечь всех членов семьи, то те их них, кто является объектом данного реверсирования, не должны присутствовать на сессии, поскольку весь успех зависит от того, насколько удастся заставить врасплох этих людей, и от их стихийной реакции на неожиданное изменение в позиции других.

При планировании и проведении реверсирований имеется три этапа: побуждение, поддержка и пересмотр условий.

Побуждение

Эффективность реверсирований в большой мере зависит от умения психотерапевта побудить члена семьи к тому, чтобы он изменил на противоположную свою позицию в отношении отравляющего его жизнь вопроса. Психотерапевт должен убедить этого члена семьи в том, что то, что он считает своим “подлинным поведением”, на самом деле программируется другими и служит потребностям более масштабной системы. Сделать это бывает довольно трудно, поскольку большинство людей склонны считать себя свободными, действующими на основе собственного независимого выбора и не рассматривают свое поведение как определяемое другими. Они всегда будут думать, что психотерапевт просит их отказаться от своих руководящих функций или дать возможность другим членам семьи “поступать как им заблагорассудится”.

Люди не могут изменить свое привычное поведение, не испытывая при этом некую начальную неловкость и сомнения. Поскольку в запланированном поведении присутствует некоторый элемент театральности, то оно вначале переживается как чуждое и неестественное. Иногда люди отрицательно реагируют на предложение преднамеренно вести себя иначе, отвечая: “Я не хочу быть акте-

ром” или “Это было бы нечестно”. Один из способов противодействия такому сопротивлению — указать им на то, что в преднамеренном выборе иной роли не меньше подлинности, чем в продолжении исполнения той роли, что была им навязана системой семьи. Та роль, в которую они были втиснуты в своей семье, не более эндемична их “подлинной природе” или “истинной личности”, чем новая роль, которую они, может быть, решатся сыграть.

При подготовке людей к выполнению реверсирований рекомендуется также заблаговременно начать им внушать, что эти задачи будут чрезвычайно трудны, что в начале они будут чувствовать себя скованно и неестественно и что это неизбежно будет вызывать чувство беспокойства как в них самих, так и других людях.

Часто возникает вопрос, почему для изменения своих обстоятельств человеку необходимо впасть в иную крайность, вместо того чтобы занять какую-то промежуточную позицию. Ответ заключается в том, что система семьи настолько могущественна, что редко реагирует на половинчатые меры. Для того чтобы нарушить равновесие эмоциональной системы, необходимо предпринять самые решительные действия.

Поддержка

После того как удалось добиться начального содействия изменению данного человека, психотерапевту предстоит обеспечить ему постоянную поддержку перед лицом могучей системы, которая неуклонно стремится противодействовать любому движению в противоположном направлении. Порой удается добиться незамедлительных результатов, новых или обнадеживающих реакций от других членов семьи, но чаще всего семья начинает еще сильнее стремиться восстановить старый порядок. Психотерапевту следует предвидеть такую реакцию по отношению к человеку, находящемуся под его опекой и руководством, чтобы не дать ему утратить свою решимость, когда семья не будет реагировать желаемым образом. Первым его побуждением будет все бросить, заявляя: “Что бы я ни делал, толку от этого никакого” или: “Я устал играть какую-то роль”.

В таких случаях психотерапевту предпочтительнее вернуться к парадоксальному вмешательству, объясняя отказ от дальнейших действий тем, что это служит интересам программы других и пред-

писывая его, например, так: “Вы, должно быть, получаете послания от мужа о том, что ему необходимо, чтобы вы продолжали впадать в ярость. Если бы вы это прекратили, ему, возможно, потребовалось бы соприкоснуться со своими собственными чувствами, а это могло бы быть для него невыносимо. Я с пониманием отношусь к вашему желанию по-прежнему его оберегать, выражая за него всю его злость”. Для большинства людей бывает невыносима мысль о том, что их поведение кем-то программируется, чтобы служить секретным замыслом других людей.

Пересмотр отношений

Если человеку все же удалось изменить свою жесткую позицию на обратную и сохранить ее на какое время, то необходимо будет выработать и новые взаимоотношения, основанные на этой позиции. Помимо того, что человеку придется иметь дело с реакцией других на этот сдвиг, он может изумиться и своим собственным реакциям. Таковыми иногда могут быть острые чувства, возникшие благодаря новой перспективе или тому, что принято называть “озарением” (insight), причиной которого явилась измененная позиция. Одна мать, после того как в ее отношениях с дочерью произошли явные положительные перемены, испытала сильнейшие угрызения совести от осознания, “мимо чего мы прошли в течение всех этих лет”. В другом случае дочь впервые испытала сильнейший гнев по отношению к своей семье, когда она отошла от позиции исполнения родительских обязанностей и осознала, что ей никогда не было позволено быть ребенком. Человек не в состоянии ясно видеть позицию, в которой пребывал ранее, прежде чем он ее покинет.

Временами человек может переживать чувство утраты в результате отказа от каких бы то ни было выгод, предоставляемых старой позицией. Например, тот, кто улаживал разногласия между другими членами семьи, может утратить ощущение собственной значимости, отказавшись от роли семейного миротворца; проблемному ребенку может не хватать того восторга, который он испытывал, будучи главным объектом внимания всей семьи; жена может испытать скуку, оттого что перестала ссориться со своим мужем. Хотя и невозможно предвидеть, какова будет реакция на изменение каждого из людей, психотерапевту следует быть гото-

вым как к отрицательным, так и к положительным реакциям, и помогать своему клиенту оговаривать взаимоотношения на различных условиях.

Ниже приводятся несколько примеров реверсирования, которые были с успехом применены по отношению к семье, супружеской чете и индивидууму.

Семья

В этой семье с первого же сеанса стало ясно, что неуспеваемость 13-летнего сына является бунтом против повышенных ожиданий и постоянного нажима со стороны родителей. Психотерапевт решила встретиться отдельно с каждым из родителей, считая их хорошими кандидатами на реверсирование по следующим причинам: повторяющийся цикл взаимодействий, поддерживавший проблему, был прост и предельно ясен; родители гордились образованностью, умом и самодостаточностью; между ними не было явных разногласий, которые могли бы помешать объединению их усилий в целях воздействия на сына.

Прежде чем приступить к своим наставлениям, психотерапевт сказала, что никогда не стала бы предлагать данный подход родителям, не обладающим такой же образованностью и тонкостью ума, как они. Она определили проблему как напряженную борьбу, в которой их сын брал вверх, и проинструктировала их, как “применить реверсивную психологию” на их сыне, чтобы одержать победу в этой борьбе. Вместо того, чтобы постоянно подчеркивать значение ответственности, зрелости, достижения и полной реализации своего потенциала, им необходимо каким-то образом предлагать ему сдерживать свои усилия, задержаться в развитии и не думать ни о каких достижениях. Родители поняли идею, лежащую в основе этих наставлений. Они вернулись домой и сказали сыну, что они долго думали о сложившихся обстоятельствах и пришли к выводу, что не будет ничего страшного, если он провалится на экзаменах и останется на второй год, поскольку в наше время дети и без того растут очень быстро. Чем дольше он будет оставаться ребенком, тем лучше, поскольку в этом случае он мог бы оставаться рядом с семьей, и если ему придется ходить в летнюю школу, то, по крайней мере, они будут знать, что он в безопасном месте, а не с отчаянными мальчишками в лагере.

Сначала сын отнесся к этому с подозрением и недоверием, но поскольку родители упорно держались своей позиции отказа от всяких стремлений, он быстро догнал свой класс, чтобы не остаться на лето с родителями.

Этим же летом родители позвонили и записались на курс супружеской психотерапии. Не имея больше необходимости сосредоточивать все свое внимание на поведении сына, они впервые обратили внимание на некоторый разлад, возникший между ними самими. Эти проблемы проявились лишь тогда, когда проблемы, связанные с их сыном, стали не столь остры.

Супружеские пары

Реверсирование можно успешно чередовать либо с прямыми, либо с парадоксальными вмешательствами. В приводимом ниже случае, с Ольгой Сильверштейн в качестве психотерапевта и мною в качестве консультанта, реверсирование было использовано для увеличения отступления при парадоксальном вмешательстве.

Данная супружеская чета была втянута скорее в отношения детей-родителей, а не мужа-жены. Жена играла роль дочери-правонарушительницы: допоздна засиживалась в барах, ходила на какие-то дикие вечеринки, курила марихуану, пила с другими мужчинами. Муж играл соответственно роль отчаявшегося родителя, пытающегося ее исправить. Он дожидался ее на крыльце дома, читал ей нотации и целыми днями звонил, выясняя, где она находится. Он также покупал ей всю одежду, давал деньги на карманные расходы и обращался с ней как с ребенком. Он жаловался на то, что она безответственная и незрелая, в то время как жена жаловалась, что с мужем ей скучно и неинтересно.

Начальное парадоксальное вмешательство определило поведение каждого как служащее другому и предписало его же. Жене было сказано продолжать вести себя как подросток и позволять мужу проявлять о ней родительскую заботу, поскольку она чувствовала, что ее мужу прежде всего нужна была маленькая девочка, о которой он мог бы заботиться, а потом уже жена. Мужу было сказано, что ему следует продолжать относиться к жене, как отец к дочери, поскольку он чувствовал, что для нее было бы ужасно вырасти и самой нести за себя ответственность.

Реакцией супругов на это предписание был возмущенный отказ, и они потребовали у психотерапевта изменить ситуацию. В

конце концов психотерапевт согласилась это сделать, но при условии, что супруги будут безоговорочно выполнять все ее указания, на что они согласились. Эти указания были даны каждому в отдельности.

Мужу было сказано, что если он действительно хочет, чтобы его жена “выросла”, как он сам об этом заявил, то ему надлежит стать абсолютно непредсказуемым, реагируя совершенно противоположным образом, чем раньше. Вместо того, чтобы дожидаться по ночам ее возвращения, он должен притворяться спящим, когда она входит в дом. Терапевт предложила ему оставить супруге легкую закуску с запиской: “Дорогая, я подумал, что ты могла проголодаться. Я пошел спать. Спокойной ночи”. Если жена включит свет и начнет греметь мебелью, чтобы его разбудить, он должен приоткрыть один глаз, кивнуть ей спросонья и пробормотать: “А, это ты, дорогая”, — после чего повернуться на другой бок и опять уснуть. Он не должен был звонить ей в течение дня, и вместо того, чтобы ругать ее друзей, предложить ей видиться с ними почаще, поскольку ему придется работать в офисе допоздна.

Первое время жена в ответ на безучастность мужа к ее коленцам стала выкидывать их еще чаще. Психотерапевт, предвидевшая все это, еще раз проинструктировала мужа, чтобы он сохранял свою позицию вопреки всем ее стараниям. Поскольку ему это удавалось, жена начала постепенно находить своего мужа более интересным, начала расспрашивать его о том, чем он занимается в настоящее время. Она стала чаще оставаться дома, а вечерами приглашала его пойти вместе с ней.

В то время, как муж получал наставления брать на себя меньше ответственности за поведение жены, ей были даны указания возложить на себя больше обязанностей по отношению к мужу: если она действительно хочет, чтобы ее муж перестал выступать в роли заботливого родителя, то она должна подавить его своей материнской заботой. К тому же это заставит его испробовать вкус собственного “лекарства”. Она должна много раз за день звонить ему в офис, проявлять крайнее беспокойство по поводу всех его отлучек и быть чрезвычайно озабоченной его настроением и самочувствием.

Муж, узнав в этом шарж на свое собственное поведение, реагировал некой смесью удивления и раздражения. Каждый в душе был в восторге от реакции супруга на смену роли, докладывая психотерапевту: “Вы бы только видели выражение ее лица, когда

я сказал, что не знаю, в котором часу вернусь домой”. Или: “Он не знал, что делать, когда я в пятый раз позвонила к нему в офис”.

Всего через несколько месяцев жена с гордостью сообщила, что нашла работу и открыла свой собственный счет в банке. Хотя и не без некоторого волнения, муж принял ее заявление о “достижении совершеннолетия”, и их отношения из дети-родители переросли в отношения муж-жена.

Индивид

В приведенном ниже случае в качестве основного метода лечения было применено реверсирование в расширенной семье, поскольку проявляющийся симптом депрессии рассматривался как непосредственно связанный с семьей, в которой воспитывалась клиентка. Эта одинокая женщина, которой было уже за тридцать, хотя и жила отдельно, по-прежнему продолжала нести на себе эмоциональную ответственность за свою мать и сестру, которые жили вместе и постоянно конфликтовали. Клиентка была самой старшей дочерью в семье и с самого раннего детства несла на себе родительские обязанности, но после смерти отца пятью годами ранее мать и сестра увеличили свои притязания на нее. От нее ждали, что она будет не только решать все их жизненные проблемы, но и выступать в роли посредника в их многочисленных стычках. Клиентка стала заботиться о них с еще большим усердием, но никогда не могла им угодить, поскольку они всегда считали, что она делает для них недостаточно. В результате у нее всегда оставалось чувство вины, и она уходила от них с ощущением обиды и злости. Мать и сестра, чувствуя себя брошенными, с еще большим напором заявляли свои притязания, и весь цикл повторялся сначала.

Психотерапевт определил депрессию этой женщины как результат исполнения совершенно невозможной для нее роли матери по отношению к своей матери и сестре, вместо того чтобы самой быть им дочерью и сестрой. Она получила указание осуществить реверсирование этого положения, проявляя беспомощность, притязательность и ребячливость. Когда бы ее мать ни позвонила, чтобы пожаловаться на то, что о ней никто не думает, ей самой следовало заговорить о своих проблемах и просить содействия. Когда мать и сестра звонили ей и требовали, чтобы она приезжала их мирить, ей были даны указания либо незаметно уходить, когда они начи-

нают ссориться, либо, если это было невозможно, отвлекать их внимание еще более острой проблемой, чем их собственная.

Она выполнила эту задачу следующим образом: в День Благодарения, когда ее мать и сестра затеяли свою обычную кухонную свару сразу же после того, как гости уселись за стол, она изобразила обморок прямо посреди кухни. Мать и сестра бросились к ней на помощь и настолько увлеклись заботой о ней, что совершенно забыли о своей ссоре. До конца дня ей была обеспечена роль примадонны, а мать и сестра сбились с ног, чтобы только ей угодить, и бросались выполнять любой ее каприз.

В другом случае она просто оставила их вдвоем, сказав на прощание: “Эта семья совершенно безнадежна”, — из-за чего им пришлось горячо убеждать ее, что надежда еще есть.

По мере изменения роли она все чаще пожинала плоды своих действий. “Я чувствую, что сейчас контролирую ситуацию, уже не она управляет мной, а я ею. Это большое облегчение, а к тому же и весьма занятно”. Она все чаще отказывалась быть посредником между матерью и сестрой, и их отношения заметно улучшились. Сестра в конце концов нашла работу и стала жить отдельно. Это оказалось выше того, что клиентка могла вынести, и она начала жаловаться, что чувствует себя потерянной и одинокой: “Мне не нравилось быть в роли родителя, и я рада, что избавилась от этого, но сейчас я просто не знаю, кто я такая. Раньше, по крайней мере, я чувствовала себя важной и нужной”. Существует некоторое заблуждение, состоящее в ожидании того, что все в жизни встанет на свои места, стоит человеку изменить свою позицию в семье, где он воспитывался. Зачастую же случается, что изменение оказывается благом, замешанным на чувстве растерянности и дезориентации. В душе остается некий вакуум, который раньше заполнялся постоянными заботами, связанными с семьей.

Эта молодая женщина, как только с нее свалилась всепоглощающая забота о матери и сестре, вдруг с горечью осознала, что у нее нет собственной семьи, которой она могла бы себя посвятить. Следующий этап данного курса психотерапии заключался в том, чтобы преодолеть начавшую у нее развиваться тенденцию к замкнутости и вовлечь ее в более активную общественную жизнь. Реверсирование было первой необходимой стадией этого процесса. Последующий курс, продолжавшийся в течение трех лет, закончился ее счастливым замужеством.

4. ОГОВАРИВАНИЕ УСЛОВИЙ ИЗМЕНЕНИЯ

Оговаривание условий изменения через Греческий хор*

Отличительной чертой нашей работы по Проекту краткосрочной терапии было использование консультационной группы для оказания поддержки при оговаривании условий дилеммы изменений. Эта консультационная группа состоит из нескольких коллег, участвующих в проекте, которые по очереди наблюдают работу друг друга через прозрачное зеркало. Группа действует наподобие Греческого хора, регулярно посылая сообщения, в которых содержится текущий комментарий по поводу дилеммы изменения и взаимоотношений между семьей и психотерапевтом, служащий решению этой задачи. Подобно голосу семейного пророка, группа действует с позиций верховного арбитра, который смотрит в будущее и предсказывает последствия изменения.

Группа бывает представлена семье таким образом, чтобы облечь ее наивысшим возможным авторитетом. Членам семьи говорится, что они обладают привилегией иметь в своем распоряжении этот особый ресурс, обеспечиваемый им в рамках проекта, и что группа эта состоит из ведущих специалистов в данной области, каждый из которых является экспертом по своей конкретной проблеме. Если члены семьи изъявят желание, то они будут представлены этой группе, но после этого всякие контакты будут исключены. Группа присутствует на расстоянии, как невидимое око, как глас пророка — недоступная, неоспоримая и бескомпромиссная.

Сообщения группы составляются в сотрудничестве с психотерапевтом, который обладает заключительным словом по их содержанию и принимает решение о том, какую занять позицию по от-

*Данный раздел является пересмотренной версией публикации “Греческий хор и другие методы парадоксальной психотерапии” (“The Greek Chorus and Other Techniques of Paradoxical Therapy”, *Family Process*, 1980, 19(1), 45—58,) и приводится с разрешения Family Process, Inc.

ношению к ним. По усмотрению психотерапевта группа может быть использована в тех случаях, когда необходимо поддержать, противостоять, привести в замешательство, бросить вызов или спровоцировать, при этом психотерапевт оставляет за собой полную свободу соглашаться или не соглашаться с ее позицией.

Физическая процедура использования группы варьирует в зависимости от того, чему именно психотерапевт отдает предпочтение. Наиболее общая процедура — объявить семье перерыв на кофе ближе к концу сеанса, в то время как группа собирается в комнате наблюдения, где все их дебаты записываются на видеопленку для ссылок в будущем. После этого семья вновь собирается вместе, и психотерапевт передает ей сообщение группы, которое может быть либо составлено в письменном виде и зачитано вслух, либо изложено устно. Это также оставляется на усмотрение психотерапевта. После передачи сообщения психотерапевт завершает сеанс, не позволяя семье рассеять содержание сообщения в результате обмена мнениями. Сообщение, подобно мине замедленного действия, может “взорваться” несколько позднее, когда семья полностью осознает его значение.

Группа имеет право вмешаться в любой момент в течение сеанса или вызвать психотерапевта, чтобы изложить ему свои предложения. Между психотерапевтом и группой может быть заранее оговорен условный сигнал, с помощью которого группа прерывает сеанс, чтобы сделать конкретное сообщение. Если применяется сопутствующая терапия (на усмотрение психотерапевта), то между двумя психотерапевтами и группой разрабатывается трехнаправленная стратегия.

Формирование терапевтического треугольника

Один из наиболее действенных способов применения группы заключается в создании терапевтического треугольника, возникающего из запланированного текущего соперничества между психотерапевтом и группой. В этом треугольнике группа, как правило, занимает позицию противника изменения, перечисляя последствия уничтожения симптома и предостерегая против нарушения установившегося в настоящее время стабильного состояния, в то время как психотерапевт занимает позицию поборника изменений, доказывая способность семьи приспособиться и перечисляя ее ресурсы. Семья занимает ту позицию, при которой она сама может

определить, кто прав, через свое последующее поведение. Если члены семьи меняются, то доказывают этим, что прав был психотерапевт; если они остаются прежними, то доказывают, что права группа — но помимо этого они подтверждают, что цена изменения слишком высока по сравнению с другими отношениями в семье. Поскольку это утверждение для семьи неприемлемо, то у них возникает стремление доказать заблуждение группы и правоту психотерапевта. Данный треугольник обеспечивает переход терапевтического соревнования от двухэлементной борьбы между психотерапевтом и семьей к трехстороннему торгу между семьей, психотерапевтом и группой. Иногда группа преднамеренно устанавливает высокую цену изменения в том, что касается других отношений. Тогда психотерапевт выступает в роли посредника, оговаривая цену от имени семьи. Существует сколько угодно позиций, которые психотерапевт может занять при этих переговорах, например, критикуя группу за установление слишком высокой цены, предлагая компромиссное решение или непосредственно переходя на сторону семьи и в оппозицию к группе. Например, в середине курса терапии семьи, симптомом в которой была неспособность 28-летней дочери Катрин жить отдельно от семьи, группа критиковала психотерапевта за предположение, что Катрин может подумать о том, чтобы жить отдельно теперь, когда родители, похоже, научились ладить между собой. Они послали следующее сообщение:

Впервые за все время своей супружеской жизни мать может подвергнуться опасности возложить на отца все надежды на преодоление одиночества. Катрин знает, что это может быть не совсем безопасно, поскольку отец по-прежнему больше всего привязан к своей собственной матери. В связи с этим Катрин должна оставаться дома в роли присматривающей за всем матери, выражая свои сомнения и неодобрение по поводу слишком раннего союза своих родителей. Таким образом она убережет свою мать от новых страданий, вызванных глубоким разочарованием.

Психотерапевт не согласилась с группой: по ее мнению, Катрин может без опаски покинуть свой дом, поскольку, по-видимому, отец уже убедил мать в том, что она для него в жизни стала

первой. Группа вновь отчитала психотерапевта за то, что она настроена чересчур оптимистично, и предложила родителям представить дополнительные доказательства того, что Катрин может без опаски покинуть дом.

В этих переговорах восприятие семьей проблемы как душевного расстройства Катрин перестало существовать, и ему на смену пришло новое восприятие, которое уже касалось отношений Катрин со своей матерью, отцом и бабушкой. Безуспешность любой попытки измениться была отнесена к этим рамкам восприятия. Каждый раз, когда Катрин уже почти собиралась покинуть дом, психотерапевту с сожалением приходилось соглашаться с группой. В течение всего курса терапии психотерапевт и группа действовали в оппозиции друг другу в отношении темы гомеостазиса и изменения. Если членам семьи не удастся измениться или они опять возвращаются на свои старые позиции, психотерапевт соглашается с группой, что изменение дается слишком дорогой ценой, что оно слишком расстраивает остальные отношения. Противоположная позиция группы является для психотерапевта мощным подспорьем в текущем курсе лечения. Семья не имеет доступа к группе иначе как через психотерапевта и, таким образом, никогда не может обрести над ней контроль.

Соположение позиций психотерапевта и группы подобно тому, что описал Карлос Кастанеда в книге “Путешествие в Икстлан”. Карлос попросил у индейского колдуна Дона Хуана совета для своего друга, который не мог справиться со своим непослушным сыном. Дон Хуан предложил отцу отправиться в район дешевых пивных, нанять там какого-нибудь устрашающего вида забулдыгу, попросить его повсюду следовать за ним и его сыном и в ответ на условный знак, который отец подаст в случае совершения сыном какого-нибудь предосудительного поступка, выскакивать из засады, хватать ребенка и задавать ему хорошую взбучку. Отец должен был потом успокоить своего сына и помочь ему прийти в себя. Это должно было повториться несколько раз в различных местах. Дон Хуан заверил Карлоса, что мальчик скоро изменит свои взгляды на мир и посоветовал: “Если кому-то хочется остановить своих ближних, он всегда должен находиться вне круга, который на них давит. Таким образом он всегда может направить давление”.

Консультационная группа выполняет функцию, аналогичную той, что выполнял забулдыга, то есть была агентом “вне круга, который на них давит”, а психотерапевт выполняет функцию, подобную той, что выполнял отец, который направляет давление.

Это использование консультационной группы отличается от того, что практикуется Миланской группой, которая не отделяет позицию консультационной группы от позиции психотерапевтов.

Инсценировка неудачи

В некоторых случаях психотерапевт и группа могут сойтись на том, чтобы заранее предусмотреть, как семья нанесет поражение психотерапевту, и преднамеренно инсценировать неудачу. Если семья откажется разрешить доступ к своей системе, отрицая наличие каких бы то ни было проблем помимо обозначившейся, психотерапевт может для видимости с этим согласиться и попытаться удалить симптом так, чтобы заведомо потерпеть неудачу. После этого группа делает психотерапевту выговор за неверное понимание ситуации и обсуждает причину неудачи. Этот процесс бросает яркий свет на все вопросы, относящиеся к изменению.

Подобный пример рассмотрен в моей статье “Семья, у которой были ответы на все” (Пэпп, 1977). Родители утверждали, что у них прекрасный брак и единственная их проблема — это сын-правонарушитель и дочь-скандалистка, которая всегда была на ножах с отцом. Родители установили своего рода *quid pro quo* (“одно вместо другого”) в своем браке, в котором мать взяла на себя роль беспомощной послушной маленькой девочки, а отец — роль начальника и воспитателя. Мать вела себя с детьми как их ровесница, относясь к дочери как к своей лучшей подруге, а к сыну — как к дерзкому брату. Если дочери случалось разозлиться на мать, то по такому случаю она затевала ссору с отцом, поскольку мать была ее лучшей подругой.

Дети поддерживали равновесие власти в этом браке, помогая отцу сохранять имидж сильного и могущественного мужчины, а матери — имидж слабой и беспомощной женщины. Дилемма для психотерапевта заключалась в том, что изменение в родительских отношениях вызовет изменение в супружеских отношениях, которые родители отчаянно пытались сохранить в неприкосновенности.

Следуя заранее разработанному плану, психотерапевт попыталась снизить напряжение между отцом и дочерью, дав им возможность обменяться мнениями по одному животрепещущему вопросу. Это, как предполагалось, вело к эскалации нападений и ответных выпадов. Затем группа прислала сообщение, что психоте-

рапевт сбилась с правильного пути, пытаясь заставить отца и дочь прекратить свои стычки, и что психотерапевту следует поощрять их к более частым конфликтам на том основании, что если дочери нужно вырасти и утвердиться как личности, она должна восставать, по крайней мере, против одного из родителей. Поскольку мать была ее лучшей подругой и дочь не могла с ней ссориться, она должна была вдвое жестче воевать с отцом.

Отец утверждал, что если ему и дальше придется продолжить эту распрю, то у него просто не хватит на это сил, но психотерапевт сообщила, что группа чувствует, что он согласится пойти на дальнейшие жертвы ради того, чтобы защитить свою жену.

Затем психотерапевт перенесла свое внимание на отношения между матерью и сыном и попыталась заставить мать быть с сыном потверже. Это закончилось детской ссорой между ними, под конец которой мать заявила: “Если ты ко мне гадко относишься, то и я буду к тебе гадко относиться”. Группа предупредила психотерапевта, чтобы она не пыталась заставить мать быть сильной и твердой по отношению к сыну, потому что тогда у отца может появиться потребность быть мягким и дружелюбным. Поскольку в их браке поддерживалось такое замечательное равновесие и роли были совершенно определенные, психотерапевт не пожелала разрушить это равновесие. Группа особенно подчеркивала, что их брак более важен, чем что-либо иное, и те немногие проблемы их детей были не слишком высокой ценой за поддержание стабильности отношений мужа и жены. Психотерапевт заняла позицию, противоположную позиции группы, утверждая, что их брак был достаточно прочным и вполне мог вынести некоторые изменения. Жена согласилась, муж сомневался. Он спросил, могут ли они попробовать изменить роли на одну неделю, чтобы посмотреть, что из этого выйдет. Психотерапевт разрешила им это попробовать, дала указание матери быть твердой и требовать от детей послушания, а отцу — просто приятно проводить с ними время. Группа прислала последнее сообщение, возражая против этой задачи и предупреждая психотерапевта и семью о том, что если мать станет тверда и требовательна к своим детям, то есть опасность, что она станет твердой и требовательной и по отношению к отцу, а это его вряд ли устроит.

Предсказание группы оправдалось. При выполнении своей задачи мать впервые ощутила, насколько ее раздражала и злила согласительная роль. Она начала высказывать недовольство, главным

образом мужу, который был до глубины души напуган ее агрессивностью. Он не явился на следующий сеанс, мотивируя свое отсутствие загруженностью на работе. Психотерапевт послала ему письмо следующего содержания: “Дорогой мистер N., я хочу извиниться перед вами за то, что растревожила тихий омут вашей жены. Я надеюсь, что она недостаточно сильна для того, чтобы вы не смогли с нею справиться. Я весьма обеспокоена этим обстоятельством, и мы с вами обсудим его на следующем сеансе”. Психотерапевт также извинилась перед женой за то, что не отнеслась с большим вниманием к предупреждению группы и дала ей указание срочно вернуться к прежней роли, чтобы сохранить свой брак. Разумеется, для нее это было неприемлемо. Когда джинн выпущен из бутылки, загнать его назад бывает не так-то просто. Родители попросили содействия при оговаривании условий иных супружеских отношений, и обозначившиеся в детях проблемы исчезли после восьми сеансов.

Поддержка

Группа не всегда применяется для образования терапевтического треугольника. Иногда она используется лишь для одобрения или поддержки отдельных аспектов поведения семьи, которой необходимо укрепление. В таких случаях психотерапевт соглашается с группой и сообщения будут выдержаны в едином духе. Например, в семье, в которой муж напускает на себя внешнюю суровость, чтобы скрыть за ней свое нежное сердце, жена часто бывает неспособна оценить его нежность, поскольку она выражалась больше жестами, чем словами. Отсутствие должной оценки заставило его отказаться от дальнейших попыток проявлять свою нежность, и он укрылся за своей позой “меня это мало трогает”. Когда он подарил ей на день рождения сборник ее любимых стихов, группа воспользовалась этим, чтобы определить его как романтическую фигуру.

Женщины группы были тронуты прекрасным подарком, который Том сделал Мирне. Они бы хотели, чтобы и их мужья могли относиться к ним подобным же образом. Они всегда чувствовали, что у Тома есть некая романтическая сторона, и им было интересно знать, как она проявит себя в будущем. Они даже держали пари на этот счет, но никому их не раскрывали.

Другой пример поддержки — сообщение, посланное для придания мужу уверенности при обращении с женщинами своей семьей:

На мужчин группы произвела впечатление дипломатичность Джона в обращении со своей тещей. Поскольку в обращении со своими они также испытывают определенные трудности, для них это оказалось ценным уроком.

В неполную семью, в которой мать одна в очень тяжелых условиях воспитывала шестерых детей, было послано сообщение, выражающее ей восхищение и поддержку, чтобы противодействовать ее самоуничижению. Она относилась к себе крайне критически, поскольку у ее детей проявлялись некоторые незначительные проблемы. Во время первого интервью группа отправила следующее сообщение:

На группу произвели впечатление сила и мужество, которые мать проявила в борьбе, проходящей в исключительно неблагоприятных для нее условиях, с целью сохранить семью. Главнейшая ее проблема заключается в том, что она склонна ждать от себя того же, что может волшебница из сказки, тогда как она всего-навсего неизвестная героиня нашего времени. К счастью, дети сумеют помочь ей исправить это ее представление о себе.

Опрос общественного мнения

Иногда группа используется в качестве выразителя общественного мнения, для того чтобы с большей уверенностью предположить ход процесса изменения.

Группа разошлась во мнениях по поводу данного критического вопроса. Половина группы предчувствует, что родители не смогут удержать детей от стремления противодействовать их вновь разгоревшемуся роману, однако другая половина верит в то, что сейчас они достаточно едины, для того чтобы это сделать.

Психотерапевт может примкнуть к мнению любой из сторон. В процессе сеанса, если родители склонны допускать, чтобы дети провоцировали стычки между ними, распределение голосов может измениться, и будет отправлено сообщение примерно такого рода:

Последний подсчет голосов группы показывает, что в общественном мнении произошел сдвиг. Все, за исключением одного человека, верят в то, что родители проиграли это сражение и позволили детям взять над собой верх. Один человек продолжает оставаться при своем мнении, поскольку верит в то, что у отца достаточно сил для того, чтобы взять ситуацию под контроль.

Иногда мнения разделяются в зависимости от пола опрашиваемых, и посылается сообщение, способствующее нарастанию конфликта полов, например:

Все женщины в группе предсказывают, что именно на Джиме [муж] будет лежать вся ответственность за возникновение следующего кризиса, ввиду того, что он слишком много пьет, в то время как все мужчины уверены в том, что причиной этому будет Джуди [жена], поскольку она втягивает свою мать в их личные дела.

Это увеличивает стремление каждого из партнеров победить в “войне полов”.

Группа может также разделиться по принципу амбивалентности, выявляя и проясняя противоположные варианты. В семью, в которой мать оказалась в разладе с собой, разрываясь между затягивающим участием в треугольнике с мужем и сыном и целенаправленными усилиями защитить докторскую по литературе, группа передала следующее сообщение:

Затруднительное положение матери вызвало настоящий политический раскол среди женщин группы. Одна треть полагает, что мать должна остаться дома и посвятить все свое время и внимание мужу и сыну, поскольку это наивысшее достижение, к которому может стремиться женщина; одна треть считает, что она уже делала это в течение 15 лет, и ее усилия были весьма мало оценены как

сыном, так и мужем, и что сейчас она имеет право реализовать свой творческий потенциал; оставшаяся треть соглашается, что мать имеет право на реализацию своего творческого потенциала, но обеспокоена тем, что отец и сын могут оказаться без нее совершенно беспомощными.

Разглядев свою собственную амбивалентность, выраженную в этих формулировках, жена определила вторую из них как единственно для себя приемлемую. Она получила докторскую степень и отказалась от дальнейших попыток изменить мужа и сына.

Удивление и замешательство

Поскольку удивление и замешательство являются важными элементами изменения, группа подчас сама их и создает. Она может отправить сообщение, чтобы вызвать интерес семьи, активизировать их воображение или спровоцировать раскрытие какой-то потаенной информации. Эти сообщения иногда бывают преднамеренно неясными, как бы приглашающими семью к тому, чтобы самим заполнить оставленные пропуски. Например, в одной семье родители были чрезвычайно замкнуты и скрытны, создавая неестественную атмосферу смутных предчувствий каких-то бед, которую было очень трудно расшифровать. Их сын-подросток все время провоцировал их своим вызывающим поведением, нацеленным на противодействие этой мертвящей атмосфере. Это вызывало круговую серию стычек, в которых родители вели непрекращающуюся борьбу за то, чтобы их сын утихомирился, а сын неустанно боролся за то, чтобы расшевелить своих родителей. Психотерапевт и группа сделали предположение, что у этой семьи есть какой-то тщательно оберегаемый секрет, который и вызывал эту неестественную атмосферу и сопутствующую ей суматошность. После консультации с группой психотерапевт вернулся к семье и передал ей следующее сообщение:

У группы создалось впечатление, что эта семья подобна тюрьме, неясно только, кто здесь тюремщик, а кто заключенные. Здесь кто-то в глубине души желает вырваться на свободу, но это приведет к разрушению семьи, поскольку эта семья очень замкнутая. *(Обращаясь к сыну)*

В каком-то смысле, Мэтью, твоя работа заключается в том, чтобы эта игра в тюремщиков и заключенных все время продолжалась, поскольку на самом деле этот человек может попытаться сбежать.

Мэтью ответил: “Тот, кто сидит в камере, — это я”. Психотерапевт ответил: “Я не уверен, сидишь ли ты в камере или ты посадил туда всех остальных”.

Во время следующего сеанса мать призналась, что подумывала о том, чтобы на время уйти из семьи. Теперь, когда вопрос стоял открыто, можно было заняться им вплотную.

Вызволение психотерапевта

Часто психотерапевт начинает проявлять чрезмерно большую ответственность по отношению к кризисным семьям, реагируя на все их театральные эффекты чрезмерным волнением и отчаянными попытками помочь им. Семья очень быстро это улавливает и обращает в свою пользу. В таких ситуациях группа может применяться для того, чтобы прокомментировать отношения между семьей и психотерапевтом таким образом, чтобы вызволить психотерапевта.

Это наглядно продемонстрировал случай, когда практикантка позволила запугать себя чрезмерными требованиями, которые предъявила ей мать из неполной семьи. Практикантка завершила свой курс обучения, и возникла необходимость завершить также и курс психотерапии, однако мать отреагировала на это весьма остро. Весь сеанс она плакала и жаловалась на то, что никогда уже не сможет кому-то доверять и не найдет другого, столь же ей полезного психотерапевта. Она отказалась перейти к кому-либо еще и угрожала самоубийством. Практикантке было рекомендовано собрать всю семью для консультации с группой. (Согласно программе подготовки, группа вызывается только на запланированные консультации.)

После долгих уговоров мать, наконец, согласилась прийти на консультацию, но заявила, что в продолжение всего сеанса не будет ни говорить, ни отвечать на какие-либо вопросы. Она твердо держала свое слово и сидела тихо, плача и отказываясь от всякого участия. Трое ее детей, основательно напуганные злобным и подавленным настроением матери, бормотали что-то неопределенное

и уклончивое в ответ на вопросы психотерапевта. Чтобы заставить мать участвовать в заключительном процессе, группа решила принять ее сторону в отношениях с психотерапевтом и принялась критиковать профессиональную подготовку психотерапевта и ее неспособность завершить курс терапии. Предполагалось, что у матери не будет иного выхода, как прийти на выручку психотерапевту, начав с ней сотрудничать. После консультации с группой психотерапевт вернулась на сеанс со следующим сообщением:

Группа сделала мне выговор за то, что я настояла на вашем приходе на эту консультацию против вашей воли. Они считают, что это указывает на отсутствие у меня профессионального подхода. Они считают, что я должна извиниться перед вами за то, что заставила вас потратить время и без всякой пользы причинила вам беспокойство: вы забрали детей из школы, оплатили их проезд в автобусе, отпросились с работы — и все это впустую. Вы предупреждали меня заранее, что не будете говорить, а я к вам не прислушалась.

Мать пробормотала: “Но откуда вам было это знать?”
Психотерапевт продолжала:

Они также полагают, что проблема с завершением курса терапии не ваша, а моя. Они заметили, что я испытываю трудности даже в том, чтобы заставить вас сегодня выговориться. Они полагают, что по причине моего слишком тесного контакта с вами мне трудно будет рассчитывать на то, что вы сумеете осуществить изменения с кем-то еще. Кое-кто из группы даже предложил, чтобы я попросила вас оставаться прежней и никогда не выходить за пределы того уровня, до которого мы вместе с вами дошли, поскольку они полагают, что для меня это будет невыносимо. Мне очень неприятно, что они так обо мне думают, поскольку, как вы знаете, я завершаю свой курс обучения. Я не считаю, что они правы. Я знаю, что не буду возражать против того, чтобы в своем изменении вы пошли дальше с кем-то еще. И вот имя человека, который ведет группу неполных семей, о которой я вам говорила.

Она передала матери записку с именем, и та взяла ее, утешая психотерапевта: “Вы сами знаете, совершенных людей нет. Каждому случается ошибаться. Чего же они хотят, в самом деле?” Мать постепенно оживилась и остаток сеанса разговаривала о детях, своих перспективах на работе и своем новом друге. После сеанса она уходила с улыбкой, доказав, что группа заблуждается и что практикантка — замечательный психотерапевт, способный успешно завершить лечебный курс.

Использование консультационной группы в процессе обучения

Создание консультационных групп из психотерапевтов-практикантов, которые наблюдают за работой друг друга и консультируют друг друга по тем случаям, которые сами же и ведут, является прекрасной моделью обучения. Формулирование гипотезы и разработка и применение вмешательств становятся главными направлениями групповой деятельности, осуществляемой под руководством супервизора, который предоставляет каждому практиканту возможность внести свой собственный вклад в каждый случай. Атмосфера коллективных размышлений может быть весьма возбуждающей, и живой обмен идеями приводит подчас к созданию новых творческих методов. Группа также выполняет весьма ценную функцию, вырабатывая у практикантов привычку к системному мышлению по мере того, как они внимательно следят за ходом мыслей друг друга. В то же самое время волнение, возникающее из-за того, что приходится проводить интервью перед лицом своих коллег, значительно снижается, поскольку группа также несет ответственность за успех проводимых курсов терапии. Как сказал один из практикантов: “Я здесь не чувствую себя совсем одиноким. Я знаю, что моя группа думает вместе со мной”.

Имеется целый ряд способов составления группы, и Ольга Сильверштейн, и я сама проэкспериментировали с несколькими из них, стараясь научить практикантов мыслить творчески. Случаи могут быть переданы отдельным практикантам, которые затем проводят интервью за прозрачным зеркалом, в то время как остальные практиканты выступают в роли консультационной группы; или же группа может быть разделена на более мелкие подгруппы по три-четыре практиканта в каждой, а случаи будут передаваться не от-

дельным психотерапевтам, а группе в целом. Группа далее решает, кто будет интервьюировать семью, кто будет выступать в роли консультантов, сколько психотерапевтов будет присутствовать в комнате и какие позиции они будут занимать по различным вопросам. Ответственность за семью ложится на отдельные подгруппы со старшим наставником, выступающим в роли консультанта каждой группы.

Оговаривание условий изменения при различном внешнем оформлении

При совместной терапии

При изложении данного материала часто задается следующий вопрос: как следует поступать, если нет консультационной группы? Те же принципы можно применять самым различным образом и при отсутствии группы. Совместно проводящие курс терапевты могут занять заранее оговоренные позиции в отношении конкретных критических вопросов и обсуждать эти вопросы перед семьей, создавая таким образом терапевтический треугольник на время данного сеанса. Оппозиционная фракция, вместо того чтобы в виде консультационной группы находиться по другую сторону прозрачного зеркала, перемещается в кабинет в лице второго психотерапевта, который дискутирует с другим психотерапевтом о различных сторонах изменения.

Иллюстрацией достойного применения данного подхода является один случай, которым занималась группа практикантов, работавших под моим наблюдением. Напряжение в супружеских отношениях концентрировалось вокруг того, что муж имел избыточный вес, находился в депрессии и в текущий момент был безработным. На протяжении последних лет он постоянно либо увольнялся сам, либо его увольняли, когда он начинал делать какие-то успехи и возникала опасность, что его повысят. Его старший брат Ларри, будучи первенцем, считался в семье рыцарем в сияющих доспехах. С момента рождения с ним обращались, как с принцем крови, который всегда непогрешим, и Чарльз постоянно жил в его тени. Когда Чарльз начал обгонять своего брата в учебе, Ларри чрезвычайно расстроился и у него развилось заболевание неизвестного характера. Семья отправила Чарльза в другую школу под

предлогом того, что она лучше отвечает его наклонностям, но Чарльз всегда был убежден: это было сделано для того, чтобы он не мог конкурировать со своим братом. Новая школа имела более низкий академический уровень, и Чарльз учился в ней плохо. Время, когда Чарльз почувствовал необходимость пройти курс психотерапии, также было сочтено весьма важным. Он обратился в наш институт с просьбой о супружеском консультировании со своей женой Грейс вскоре после того, как у Ларри и его жены Анджелы впервые возникли супружеские проблемы. После наблюдения первого сеанса я выразила мнение, что этой проблемой наиболее результативно могла бы заняться команда из двух психотерапевтов, которые в качестве первого шага свяжут обозначившуюся проблему с отношениями между Чарльзом и его братом и в течение сеанса обсудят целесообразность их изменения. Психотерапевт-мужчина, которому был передан этот случай, выбрал психотерапевта-женщину, которая должна была с ним работать, и после консультационного перерыва во время второго сеанса произошел следующий диалог:

Психотерапевт-мужчина: Извините, что заставили вас так долго ждать, но должен признаться, что между нами вышел некоторый спор, и мы подумали, что было бы полезно, если бы вы услышали, в чем именно состоят наши разногласия. Мы совершенно сходимся в том, что Чарльз всю жизнь преднамеренно старался не вырываться вперед, считал, что не достоин быть счастливее своего брата. И в этом он зашел достаточно далеко — терял или сам оставлял свою работу, располнел, впал в депрессию, а теперь, к тому же, возникли проблемы с Грейс. Мы не согласны между собой в том, стоит ли ему продолжать в том же духе. Я считаю, что пришло время Чарльзу перестать жить в тени своего брата и заняться поиском собственного счастья. Я не вижу никаких причин, чтобы он по-прежнему занимался самоуничтожением лишь для того, чтобы его брат мог выглядеть солидно.

Психотерапевт-женщина: Я не согласна с этой точкой зрения, потому что уверена: если бы Чарльз начал искать свое собственное счастье, то у него возникло бы ощущение, что он бросил свою семью, что было бы для него невыносимо. Вы забываете о том, что Чарльз уже однажды пытался найти собственное счастье, став лучшим учеником в школе, но это всех ужасно расстроило, а Ларри даже заболел. Чарльзу придется все время жить под дамокловым

мечом того, что это может произойти вновь. Я считаю, что для него важно по-прежнему жить с притушенными огнями, как он живет сейчас, чтобы огни Ларри сияли на этом фоне все ярче и вера семьи в незаурядность Ларри оставалась бы непоколебимой.

Психотерапевт-мужчина: По моему мнению, он достаточно долго поддерживал эту веру, и весьма дорогой ценой для себя и для своей собственной семьи, и теперь для него самое время покончить с этим.

Психотерапевт-женщина: Вам легко это говорить, но не так-то просто стряхнуть с себя прошлое; как утверждает пословица, оно отбрасывает длинную тень. Вы же говорите об этом, как о каком-то логическом решении, которое он может принять. А это совсем не так. Это глубокое убеждение, которое разделяет вся его семья. Только подумайте, какова будет реакция его матери и отца, если он, упаси бог, преуспеет больше, чем Ларри? Или сбросит лишний вес, чтобы лучше выглядеть? Или помирится с Грейс, отчего его семейные отношения станут лучше, чем у Ларри? Не говоря уже о том, что будет с его сестрой Эдной, для которой священен даже прах ступней Ларри.

Психотерапевт-мужчина: Да, но ведь это не его проблема, не так ли? Я уверен, что с ними ничего не стрясется. Наступило время, когда Чарльз сделал что-то и для себя, подумал и о своих собственных интересах, которые кроются в изменении.

Психотерапевт-женщина: Ну, я с несколько большим оптимизмом рассматриваю перспективы Чарльза найти работу, поскольку прошлый год был удачен для бизнеса Ларри. Однако, прежде чем заняться поисками работы, Чарльзу сперва необходимо выяснить, сколько зарабатывает Ларри, дабы наверняка быть уверенным, что не будет получать больше Ларри. Чарльз должен также поинтересоваться у Ларри, нравится ли ему его работа, и если нравится, то постараться найти такую работу, которая бы нравилась ему в меньшей степени. Возможно, Грейс сумеет за этим проследить.

Психотерапевт-мужчина: Да, но это может привести к разладу между Чарльзом и Грейс.

Психотерапевт-женщина: Тем лучше, поскольку Чарльз не будет чувствовать, что имеет право поддерживать хорошие отношения с Грейс до тех пор, пока у Ларри не наладятся отношения с Анджелой. Думаю, что было бы неплохо, если бы Чарльз прислал Ларри и Анджелу сюда, в Институт Аккермана, чтобы они прошли курс супружеской терапии. Ну, а по правде говоря, я начи-

наю сомневаться, стоит ли Чарльзу и Грейс продолжать курс терапии — вдруг он пройдет успешно? Чарльзу будет невыносимо чувствовать, что его сексуальные и эмоциональные отношения с Грейс лучше, чем у Ларри с Анджелой.

Психотерапевт-мужчина: Почему же Чарльз и Грейс должны откладывать свою возможность обрести счастье из-за Ларри и Анджелы? Я полагаю, что вы преувеличиваете потребность Чарльза в том, чтобы его семья оставалась счастливой.

Психотерапевт-женщина: Я предпочитаю немного перестраховаться. Ну, хорошо, на этот раз я готова с вами согласиться, но если отношения между Чарльзом и Грейс здесь улучшатся, Чарльз ни в коем случае не должен допустить, чтобы Ларри об этом узнал. И если Чарльз начнет чувствовать себя счастливей Ларри, ему нужно будет немедленно набрать лишний вес, чтобы быть тяжелей Ларри.

После этого психотерапевты повернулись к супружеской паре, которая хоть и не принимала участия в этом обмене мнениями, но очень внимательно его слушала, и принялись обсуждать с ними этот весьма животрепещущий вопрос. В процессе обсуждения абсурдность этих скрытых правил в семье стала очевидной, и супружеская пара вынуждена была заниматься ими в открытую. Наше предположение о том, что Грейс является неопровержимым доказательством того, что эти правила остаются неизменными, в процессе обсуждения стало очевидным.

Трехстороннее обсуждение

Идея заранее спланированной терапевтической дискуссии находит свое развитие в методике, согласно которой в дискуссии принимают участие три психотерапевта. Эта методика была разработана Ольгой Сильверштейн, Стэнли Сигелем и мною в рамках Проекта краткосрочной психотерапии. Один психотерапевт занимает обычную гомеостатическую позицию, доказывая, что дилеммы семьи не могут быть разрешены иначе, как через симптом. Два других психотерапевта с этим не соглашаются, предлагая иные решения, направленные на изменение. Однако они расходятся в том, какая альтернатива предпочтительней, чья дилемма наиболее существенна для изменения, каковы приоритеты семьи, каким образом произойдет изменение.

Прохождение этой дискуссии напоминает то, что происходит в зале суда, где адвокаты, отстаивающие интересы своих клиентов, излагают важные факты данного дела. Представляя дилеммы разных членов семьи по отношению к обозначившейся проблеме, психотерапевты обнажают скрытые правила, препятствующие изменению. Семья, будучи свидетелем проводимого “расследования”, оказывается в таком положении, когда ее членам самим приходится оценивать доказательства, предъявляемые в процессе “слушания дела”. Но это уже совсем не то дело, которое они сами передали суду присяжных. Оно преобразуется через многогранную призму дискуссии и получает иное значение. Психотерапевты никогда не делают окончательных выводов, а предоставляют семье возможность прийти к своим собственным заключениям и найти свои собственные решения, основанные на новых, предъявленных ей свидетельствах.

Приводимый ниже случай иллюстрирует то, каким образом был применен данный подход к семье, расколотой в результате развода супругов. Семья представила проблему как попытку самоубийства 16-летнего сына Брюса, как его затянувшуюся депрессию и ненависть к отцу. В процессе дискуссии психотерапевты связали эти симптомы с неразрешенными проблемами верности как в основной, так и в расширенной семье.

На четвертом сеансе, на который впервые пришел отец, дискуссия была инсценирована таким образом, чтобы наиболее ярко осветить тот способ, которым Брюс защищал свою мать от отцовской критики. В самом начале сеанса я отвела Брюса за прозрачное зеркало, чтобы он слышал, как Ольга и Стэнли обсуждали эти вопросы с родителями. Перед тем, как уйти с сеанса, я сказала Брюсу, что если у него будут хоть какие-то основания считать, что его мать нуждается в его защите от критики отца, ему следует войти в кабинет и обеспечить ей эту защиту. Ольга, исполнявшая роль гомеостазиса, предписала систему, порекомендовав отцу продолжать критику матери, потому что таким образом он гарантирует, что Брюс защитит ее. Поскольку отец испытывал чувство вины из-за того, что покинул мать, ему важно было знать, что его сын всегда будет возле нее. Стэнли, представлявший изменение, был с этим не согласен, утверждая, что роль защитника для Брюса вредна и что он должен от нее отказаться и позаботиться о себе. Я заняла третью позицию, утверждая, что настоящая проблема — это ее эмоциональная отрезанность от расширенной семьи, из-за ко-

торой и она, и Брюс лишились важных социальных связей. (Мать уже более года не общалась со своей семьей, так как чувствовала, что они приняли сторону отца, поддерживавшего с ними дружеские отношения.)

Когда я вошла в кабинет, произошел следующий обмен мнениями:

Пегги: Я с большим интересом наблюдала за тем, что здесь происходит, особенно за дискуссией между Ольгой и Стэнли. И хотя я согласна с тем, что сказал каждый из них, я чувствую, что есть еще и третья дилемма, даже более критическая для Брюса. Это то, что он испытывает в связи с душевными страданиями матери, вызванными ее разрывом с собственной семьей.

Далее я сказала, что это ставит Брюса в невыносимое положение: он хотел бы ликвидировать этот разрыв как ради себя, так и ради матери, но не может этого сделать, не чувствуя себя предателем по отношению к ней, поскольку она будет считать, что он принял сторону отца, у которого отношения с семьей матери остались дружескими.

Стэнли: Я считаю, что пришло время, когда Брюс должен делать то, что в его интересах.

Пегги: Хорошо, но то, что в интересах Брюса, связано с тем, что в интересах его матери...

Стэнли: Меня беспокоит, как далеко может зайти Брюс в проявлении своей преданности, которой, как он чувствует, заслуживает его мать.

Пегги: Хорошо, а что, по вашему мнению, может стать альтернативой?

Стэнли: Альтернатива для Брюса — это делать то, что в его интересах: начать расти, взять на себя больше ответственности за пределами своего дома. Если он хочет поговорить со своим дедом, то он и должен поговорить с дедом, поскольку, как я полагаю, мать поймет это правильно. Если он хочет поговорить с отцом, то он может поговорить с отцом. Он не должен оставаться в центре всего этого.

Ольга: Знаешь ли, Стэнли, ты все время только это говоришь. Но Брюс является краеугольным камнем этой семьи...

Пегги: Стэнли, когда ты говоришь о том, чтобы Брюс занимался своими собственными делами, я уже начинаю беспокоиться о тебе. (Обращаясь к матери.) Потому что из-за этого разрыва с семьей кто

еще мог бы оказать вам поддержку? (*Мать говорит, что у нее очень много друзей. Стэнли говорит, что не понимает, почему Брюс этого не знает. Брюс говорит, что он это знает.*)

Стэнли: В таком случае из-за чего, Брюс, у тебя возникла мысль, что твоя мать по-прежнему в тебе нуждается?

Ольга: Из-за его отца. Я тебе это говорила, но ты не пожелал меня выслушать... Все, знаешь ли, беспокоятся о Брюсе и его матери, как будто они самый важный компонент семьи. Ну, а кто побеспокоится об отце?

Пегги: Об отце? Ну, ведь он же сам может о себе позаботиться, разве не так?

Ольга: О, я вовсе так не считаю. Это комплексное соглашение — трехнаправленное комплексное соглашение, и если что-либо изменится, оно изменится для каждого из них троих...

Пегги: Ты, таким образом, полагаешь, что Брюс беспокоится о своем отце?

Ольга: И о своей матери. И о дедушке с бабушкой. И о сестре. Он подобен маленькому Атланту, который держит на себе весь мир...

Стэнли: Возможно, ты права, и возможно, он беспокоится о своем отце, и о том, что если не будет находиться рядом с матерью, его отец будет огорчен.

Ольга: Совершенно верно. Я в этом не сомневаюсь...

Отец: Я хотел бы ему передать, чтобы он заботился о маме, но я также хотел бы и поговорить с ним.

Пегги: В данный момент для Брюса не представляется возможным выполнить и то, и другое.

Стэнли: А считаю, что это возможно.

Отец: Могу я присоединиться к вашему голосу?

Пегги: Каким образом?

Стэнли: Я полагаю, Брюс может уважить своих родителей, но он не должен доходить до таких крайностей. Я полагаю, что он может действовать самостоятельно.

Отец: Я считаю, что может — он способный.

Стэнли: Он уже предоставил мне возможность в этом убедиться. Знаете, у него появляется все больше дел вне дома и становится все больше мест, куда он может пойти.

Пегги: (*Обращаясь к матери*) Если бы у Брюса были отношения с отцом, то меня бы очень беспокоило, что было бы с вами.

Мать: Почему?

Пегги: Потому что вы все воспринимаете очень болезненно, и я полагаю, вы бы сочли, что в вашем конфликте он принял сторону отца и что он вас покинул.

Отец: Я полагаю, в сердце Брюса найдется место для нас обоих. (*Мать говорит, что она дает детям разрешение бывать с отцом.*)

Стэнли: Я полагаю, что отец имел для него большое значение и он по-прежнему в нем нуждается, так что я не знаю, каким образом он определяет свой выбор; но я предполагаю, что дилемма на которую вы обе [Ольга и Пегги] указываете...

Ольга: (Обращаясь к отцу). Поскольку Брюс так предан своей матери — а в этом нет никакого сомнения — дилеммой для Брюса и настоящей проблемой для него является его преданность вам.

Отец: Я и сам это вижу.

Ольга: Потому что фактически единственный способ, каким он может показать свою преданность вам — это порвать с вами всякие отношения и держаться только возле матери; поскольку Брюсу известно, что если бы он не был там, где он есть, и не мог бы, таким образом, о ней заботиться, то это заставило бы вас сильно страдать — от ощущения своей вины и от душевных переживаний — и, в этом смысле, если бы не было Брюса, то вы бы покинули ее уже по-настоящему. Я полагаю, для вас это было бы невыносимо. Я думаю, и Брюс тоже считает, что для вас это было бы невыносимо...

Стэнли: Я еще раз должен с тобой не согласиться. Я согласен с тем, чем эта проблема является для Брюса, но думаю, что можно найти способ уважить своих родителей и оставаться при этом верным самому себе — мелкой поступью идти к тому, чтобы быть самому за себя в ответе.

Пегги: Постарайся, чтобы она была достаточно мелкой.

Зеркальное изображение, отражающее многочисленные аспекты изменения — связанные с ним сложности, противоречия, неопределенности, — становится достоянием семьи, смещая одноплановое восприятие проблемы, которое было у нее ранее. Как только члены семьи начинают рассматривать какую-то альтернативу, высказывается другой психотерапевт, который заявляет о непригодности этой альтернативы, указывая на характер ее связи с симптомом, с дилеммой другого члена семьи или с прошлым, которое невозможно изменить. Для членов семьи не представляется

возможным отвергнуть доводы всех трех психотерапевтов одновременно, поскольку все они занимают разные позиции. Если они не согласны с одним из них, то автоматически соглашаются с другим. Независимо от того, чью сторону они принимают, они подписываются под точкой зрения этого психотерапевта на изменение, поскольку все дилеммы неразрывно связаны с обозначившейся проблемой.

При работе с наставником

Различающиеся позиции могут занимать наставник и младший коллега, даже если наставник не присутствует на сеансе. Младший коллега может периодически передавать сообщения от наставника, занимая при этом какие угодно позиции по отношению к этим сообщениям — открытое несогласие, изумление, раздражение, замешательство или безоговорочную поддержку. Как личность, наставник может быть представлен в наиболее выгодном свете с точки зрения намеченного вмешательства: как консервативный старый чудак, все время старающийся обуздать полные энтузиазма и наилучших ожиданий порывы младшего коллеги в том, что касается изменения; или как тот, кто агрессивно и нетерпеливо настаивает на изменении, в то время как младший коллега не скрывает своих симпатий к семье, на долю которой выпали эти тяжкие испытания; как прорицатель, наделенный таинственным даром предвидеть будущее; или как слегка тронувшийся разумом оракул, выдвигающий самые бесцеремонные, едва ли не оскорбительные предложения, которые младший коллега передает в более почтительной форме. Бесцеремонные предложения часто бывают более эффективны, если поступают от незримого авторитета, не присутствующего на сеансе, а не от практиканта, который потом вызывается их отстаивать. Случай, в котором подобного рода предложение как бы напрашивалось само собой, вела одна из практиканток, у которой я была наставником.

Жена-астролог профессионально предсказывала судьбу и утверждала, что обладает психической силой. Центром обозначившейся проблемы были эрекции ее мужа. Жена была озабочена тем, сколько их у него было, как часто они происходили, как долго продолжались, а также их качеством. Жена всегда первой инициировала половой акт, и если муж оказывался не в состоянии его со-

вершить или совершал его недостаточно хорошо, что бывало чаще, чем жене того хотелось, она устраивала ему скандал и упрекала в том, что он делает это ей назло. Муж, который никогда не вступал в открытое препирательство с женой, лишь слабо оправдывался тем, что эрекции ему неподвластны, а жена каждый раз громко отстаивала обратное.

Практикантке было дано указание сказать жене, что наставником в ее курсе была ведущий специалист в области сексуальных проблем, которая рекомендовала, что, поскольку она астролог, ей следует по своим астрологическим картам определить половую энергию своего мужа и вычислить, когда для него наступит время эрекции, какого она будет рода и сколько продлится. Ей следует инициировать половой акт, лишь только когда звезды на небе показывают самое благоприятное время для наивысших сексуальных наслаждений. И, конечно же, она не должна была посвящать в это своего мужа. Если эрекция у него не произойдет, то она будет знать, что допустила ошибку в своих расчетах и вновь обратится к своим картам. Наставник полностью уповала на ее способность сделать такое предсказание. Позиция, занятая практиканткой, была такова, что хотя данное пожелание и не совсем обычно, она наверняка знала, что суждение ее наставника в подобных делах непогрешимо.

Данное вмешательство избавило мужа от давления со стороны жены, требовавшей от него подчинения половых функций своему произволу, и возложило на нее всю ответственность за определение его сексуальных возможностей, прежде чем требовать от него их реализации. Так как практикантка полагалась на превосходящую мудрость наставника, она и сама была избавлена от необходимости обсуждать все доводы, касающиеся вмешательства.

В частной практике

Данный подход может также использоваться и одним психотерапевтом, работающим самостоятельно. Психотерапевт выражает свое мнение в двух противоположных ипостасях — гомеостаза и изменения и возвращается от одной к другой в зависимости от того, каким образом семья реагирует на вмешательства. Например, если муж никак не реагирует на неоднократные предложения психотерапевта о том, чтобы он умерил свои сексуальные домогательства

по отношению к жене, то психотерапевт может изменить свою позицию на следующую:

Я бы хотел извиниться, что предложил вам прекратить настаивать на том, чтобы Джина совершила с вами половой акт. Я начинаю с пониманием и уважением относиться к побуждающим вас причинам. Сперва это привело меня в некоторое замешательство, поскольку вы наверняка знали, что ваш нажим заставит ее полностью отключаться. Но теперь я вижу, что именно то, что ваша жена уходит в себя, больше всего вас и возбуждает — от этого вы начинаете чувствовать себя необузданным жеребцом, диким буйволом, Дон Жуаном с гипертрофированными сексуальными потребностями — и это важно для вашего собственного представления о себе как о самце. Я не уверен, что могло бы произойти, если бы вам пришлось от этого отказаться. В данный момент, я полагаю, вам важно продолжать преследовать Джину, а для вас, Джина, продолжать возбуждать своего мужа, отказывая ему.

Психотерапевт отказывается от дальнейшего продвижения к изменению и определяет проблематичное поведение мужа и жены как выполняющее определенную функцию в их системе. Это реструктурирование заменяет посылку мужа, что холодная жена преднамеренно ему отказывает, на новую посылку, что жена оказывает ему услугу, сохраняя его имидж мужчины, а посылку жены, что ее муж генетически гиперсексуален, — на новую посылку, что его возбуждает ее неприятие секса.

5. СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ: ДОЧЬ, КОТОРАЯ СКАЗАЛА “НЕТ”

Данный случай иллюстрирует, как с течением времени теория постепенно воплощается на практике. В нем описывается курс лечения 23-летней дочери и ее семьи, представляющей собой классический образец подобной семьи: весьма запутанные отношения, тайные союзы между представителями разных поколений, подавленный конфликт и борьба за власть, ведущаяся с ощущением вины и жертвенности.

Родители, занимающие жестко симметричные позиции, постоянно пребывают в конфликте и отводят этот конфликт через Рахиль, страдающую анорексией дочь, изолируя ее таким образом от братьев и сестер, а также от мира ее сверстников. Центром внимания терапевтической дилеммы является вопрос о том, что произойдет с Рахилью и различными членами ее семьи, если она откажется от своего симптома и превратится во взрослую женщину. Консультационная группа постоянно обсуждала эту дилемму, и система братьев-сестер была выбрана для того, чтобы освободить Рахиль от ее вовлеченности в поколение родителей.

В течение года было проведено двадцать сеансов с последующими одно-, двух- и трехгодичными дополнительными курсами лечения. Все сеансы записывались на видеопленку и наблюдались через прозрачное зеркало консультационной группой, возглавляемой Ольгой Сильверштейн.

В целях большей ясности данный случай подразделен на ряд стадий в соответствии со следующей схемой. Данная схема была подготовлена после завершения курса терапии и не служила руководством при организации и проведении этого курса.

Стадия I. Формирование гипотезы

Этап 1. Накопление информации

Этап 2. Соединение симптома с системой семьи

Стадия II. Выработка условий проведения курса терапии

Этап 1. Определение терапевтической дилеммы

Этап 2. Выработка условий изменения

- Стадия III. Ввод в действие терапевтического контракта
 - Этап 1. Вовлечение отца в терапевтическую дилемму
 - Этап 2. Драматизирование терапевтической дилеммы
- Стадия IV. Противодействие силам изменения
 - Этап 1. Определение изменения в пределах терапевтического контракта
- Стадия V. Противодействие побочным эффектам изменения
 - Этап 1. Определение сопротивления в рамках курса психотерапии
 - Этап 2. Смещение определения проблемы
 - Этап 3. Предписание запутанности отношений
- Стадия VI. Привлечение подсистемы братьев-сестер
 - Этап 1. Образование коалиции с сестрами
 - Этап 2. Отмежевание от сестер
- Стадия VII. “Нет”, сказанное терапии
 - Этап 1. Подталкивание предписания к точке разрыва
 - Этап 2. Нарращивание силы терапевтического треугольника
 - Этап 3. Оппозиция группе
 - Этап 4. Поддержка самостоятельности
- Стадия VIII. Закрепление успеха изменения
 - Этап 1. Предвидение и отработка регрессии
 - Этап 2. Переопределение супружеских отношений
- Стадия IX. Предписание ритуала расставания
- Последующее наблюдение

Стадия I. Формирование гипотезы

Этап 1. Накопление информации

Информация, которая была получена мною в ходе первого сеанса, приводится здесь в суммированном виде, поскольку читать описание самого процесса получения информации — занятие довольно утомительное. Рахиль, 23 лет, направленная в наш институт своим лечащим терапевтом с диагнозом анорексия, попросила провести курс психотерапии для себя и своей семьи. Ее мать и две старшие сестры — Клер, 31 года, и Сэнди, 26 лет, — согласились принять участие в курсе психотерапии, но отец категорически отказался. В течение последних пяти лет жена постоянно понужда-

ла его проходить различные курсы психотерапии, но на этот раз он совершенно однозначно заявил Рахили, что свои проблемы ей придется решать самостоятельно.

Я согласилась встретиться с семьей без него, уверенная, что смогу вовлечь его позднее. Некоторые психотерапевты отказываются встречаться с семьей, пока на первый сеанс не явятся все ее члены. Поскольку мой метод преодоления сопротивления является скорее непрямым, мои решения основываются на оценке каждого конкретного случая. При данных обстоятельствах представлялось важным двигаться дальше, невзирая на сопротивление отца, поскольку оно очевидно являлось реакцией на нажим со стороны жены. Кроме того, эмоциональность его душевных проявлений служила хорошим признаком того, что его можно будет вовлечь позднее.

На первое интервью пришли только мать и Рахиль, поскольку Сэнди находилась в роддоме в ожидании своего первенца, а Клер отказалась прийти, потому что накануне поссорилась с Рахилью.

Рахиль оказалась болезненного вида девушкой со впалой грудью, но весьма живой, с большими карими глазами и тонкими чертами лица. У нее была прекрасно развита речь, и она говорила ярким сочным языком, иногда отпуская остроты. Ее мать, крупная, симпатичная и полная энергии женщина с седыми волосами, коротко подстриженными по последней моде, имела вид и повадки актрисы с большим сценическим опытом. Она ухватилась за идею семейной терапии со страстностью Леди Баунтифул*, утверждая, что она “всегда считала”: члены семьи должны помогать друг другу, и она сделает все от нее зависящее, чтобы помочь Рахили. Прежде чем высказать ей какое-либо критическое замечание, она неизменно начинала со слов: “У тебя нет никаких недостатков, ты прекрасное дитя, но...”

Рахиль перешла на диету четыре года назад, когда училась на втором курсе колледжа. С того времени она стала медленно, но неуклонно терять вес, пока не стала весить 40 килограммов. Полтора года у нее не было менструаций. В течение последний трех лет она трижды пыталась начать жить отдельно от родителей, но каждый раз неудачно и каждый раз вынуждена была возвращаться домой, испытывая чувство подавленности, изолированности и одиночества. Сейчас она временно работала секретаршей, но эта

*Леди Баунтифул — богатая леди, персонаж пьесы английского драматурга Джорджа Фарквера (1678—1707) “Уловки кавалеров”. Ее имя стало нарицательным для женщин, славящихся своей щедростью и добротой.

работа не приносила ей удовлетворения. Хотя она и жила дома, но постоянно говорила о том, что переезжает в отдельную квартиру.

Основную тревогу Рахиль и ее мать испытывали не по поводу потери ею веса или диеты, а в связи с их физиологическими последствиями, которые рассматривались ими в свете душевных проблем Рахили.

Ранее пройденный Рахилью годичный курс индивидуальной психотерапии главным образом сосредоточивался на классических индивидуальных симптомах анорексии: высокие ожидания, сверхцели и сверхзадачи, стремление к совершенству во всем, навязчивые идеи и контроль за своим телом — но никоим образом не связывал эти проявления с системой семьи.

Мать была заинтересована в том, чтобы мы помогли Рахили в том, что касается ее высоких ожиданий в отношении самой себя, характеризуя ее как “до одержимости твердо нацеленную на совершенство”. Она также утверждала, что всю свою жизнь Рахиль была своенравным ребенком. “Я беспокоюсь за Рахиль с тех самых пор, как она научилась говорить “нет”. И с тех пор это было только “нет, нет, нет, нет, нет”, и всегда только “нет”. Она не желала принимать ни один из наших стандартов, и это вынуждало меня сомневаться в ее разумности”. В качестве примера она привела ее отказ вступить в Б’най Б’рит* и встречаться с еврейскими юношами, а также ее обыкновение знакомиться с молодыми людьми прямо на улице и приходить к ним потом на свидание. Рахиль упрекала свою мать в том, что она ищет ей женихов. “Я чувствую себя так, как будто наступил брачный сезон. Я вся горю, и мне срочно нужно найти самца, пока я еще могу кого-то заинтересовать. Мне это совсем не нравится”. Мать упомянула наркотики, и Рахиль призналась, что в колледже она пробовала марихуану, нервные стимуляторы, LSD и мескалин. Под конец же она заявила: “Я ни о чем не жалею”.

Чтобы оградить ее от неприятностей и избежать конфликтов, мать много лет скрывала все это от отца. Когда же ее спросили, что он мог бы сделать, если бы узнал обо всем, она заявила: “Я не знаю, я вовсе не собиралась давать ему такую возможность! Девочки упрекали меня в том, что я занимаюсь махинациями и, возможно, что это так, но у меня нет иного выхода”. Она расска-

*Б’най Б’рит — международная еврейская организация, образованная в 1843 году в Нью-Йорке. Ее деятельность направлена на социальное, образовательное и культурное процветание евреев и всех членов общества в целом.

зала о множестве разногласий между нею и ее мужем, приводя в пример их давнишний конфликт, связанный с ее привязанностью к родителям.

В конце сеанса, проконсультировавшись с группой, я сказала Рахили и ее матери, что, по нашим ощущениям, на данный момент у нас еще недостаточно информации, чтобы выдвигать какие-либо предложения, и мы хотели бы отложить свои выводы до того времени, пока не встретимся с остальными членами семьи. Рахиль обещала, что постарается убедить Клер прийти на следующий сеанс, но Сэнди будет еще слаба после родов.

На следующем сеансе Клер, худошавая привлекательная женщина, одетая по последней моде, была более чем счастлива от предоставленной возможности высказать свое мнение о Рахили и других членах семьи. Она определила Рахиль как “очень трудную”, а свою семью как такую, в которой очень сложно обрести независимость, поскольку мать за всем следит и “за всеми находит какие-то прегрешения”. И она, и Рахиль восстали против материнской власти, но Сэнди — “это образцовая дочь, образцовая сестра, образцовая внучка и сейчас, когда у нее появился ребенок, станет образцовой матерью. Она никогда никого не огорчит. Она — это буфер, она — это миротворец”.

И Рахиль, и Клер говорили о том, что в детстве они боялись своего отца. Он был очень консервативен и строг в том, что касалось свиданий, купальников, знакомых мальчиков, позднего возвращения домой и тому подобных вещей. Мать, более снисходительная, воспользовалась этой возможностью, чтобы сказать, что она также страшилась его гнева, и патетически заявила: “Слава богу, что он ни разу меня не ударил”. Она сравнила его со своим отцом, отнюдь не в пользу мужа, и расплакалась: “Я изо всех сил старалась заставить свою семью прийти мне на помощь, и мой отец пытался очень мягко убедить мужа, что нет ничего на свете важнее жены, что жена — это самое главное в нашей жизни. Но мой муж относился к таким беседам враждебно”. Когда у нее возникли проблемы с пищеварением, то по рекомендации своего врача она решила пройти курс индивидуальной психотерапии, при этом врач настоятельно требовал, чтобы муж пошел вместе с нею. И врач, и она считали его причиной расстройств ее здоровья.

Рахиль и Клер защищали своего отца и упрекали мать за то, что она слишком близка со своей родительской семьей и постоянно дает понять это отцу. Затем Рахиль заговорила о том, что они с отцом —

это “обездоленные члены семьи. Они все гонят нас”. Рахиль дала мне первый ключ к пониманию того, каким образом она вовлечена в борьбу родителей за власть: она отождествляла себя с положением гонимого, в котором пребывал ее отец. Теперь мне нужно было узнать, какую функцию выполняло данное отождествление: каким образом оно использовалось в непрекращающейся, идущей изо дня в день борьбе между родителями и каким образом сестры на нее реагировали. Приводимый ниже диалог служит иллюстрацией того, как проводилось исследование подобных вопросов.

Пегги: Итак, себя вы чувствуете в семье уродом и своего отца вы также чувствуете уродом в семье. Каким образом, по вашему мнению, вы можете дать утешение своему отцу?

Рахиль: Тем, что я могу понять его точку зрения.

Клер: Но если в семье два урода, то это бремя вы можете распределить между собой?

Рахиль: У нас одна компания.

Пегги: И каким же образом вам удастся составлять ему компанию?

Рахиль: У нас много общих интересов, мы оба любим автомобили, и природу, и зоопарк в Бронксе, и мы хорошо проводим время. Мы вместе ездим по стране.

Пегги: Как вы думаете, какая у него была бы жизнь, если бы вас не было рядом?

Рахиль: Я не знаю. Полагаю, он бы как-нибудь выжил.

Пегги: Как вы полагаете, был бы он одинок?

Рахиль: Вероятно, временами — я для него хорошая компания.

Пегги: Тогда кто должен был бы быть рядом с ним, чтобы по-настоящему его понимать?

Рахиль: (После долгой паузы.) Я не знаю.

Пегги: Вы не считаете, что ваша мать могла бы его понять?

Рахиль: Она — никогда и ни в коем случае. Мне не следовало бы этого говорить, но, насколько я могу видеть, для моей матери было бы очень затруднительно когда-либо осознать, что мой отец испытывает по отношению к ее семье. Она никогда не сможет осознать, что он чувствует и по отношению к ней.

Мать: Но о ком же мне думать, когда мне хочется, чтобы ко мне проявили участие? Я вновь возвращаюсь в лоно матери. В четверг я весь день провела со своими родителями, и это был за-

мечательный день. Это был тяжелый день. Я провезла их по магазинам. Они очень старенькие.

Пегги: Вы чувствуете, что они единственные, кто проявляет заботу о вас?

Мать: *(Кивает головой.)* Кто действительно обо мне заботится. Я не хочу никого здесь обидеть, но Сэнди тоже обо мне заботится.

Рахиль: Но ты требуешь слишком многого. Тебе очень трудно угодить, когда ты начинаешь чего-то требовать.

Пегги: Теперь давайте-ка поглядим. Когда вы чувствуете, что Рахиль и ваш муж вместе на вас ополчились, то вы отправляетесь за утешением к своим родителям. А к кому отправляется ваш муж?

Мать: В его жизни всегда бывает какой-нибудь молодой человек, который его боготворит. Сейчас это Рой.

Пегги: Вы хотите сказать, что он всегда находит кого-нибудь, к кому относится как к сыну?

Рахиль: Да, Рой ему как сын.

Пегги: Он был разочарован тем, что у него нет сына?

Мать: *(Шепотом.)* Очень.

Пегги: Вы говорите “очень” шепотом. Вам не хотелось бы, чтобы девочки это слышали?

Мать: *(С чувством.)* Он был *очень* недоволен тем, что у него нет сына.

Пегги: Вы полагаете, что они этого не знают?

Рахиль: Я папенькин сынок.

Пегги: В каком же смысле вы были его сыном?

Рахиль: Просто я интересуюсь такими вещами, которые не являются типично женскими. Я не боюсь жуков и прочей мелкой живности. Машины. Папа просил меня жарить гамбургеры на открытой жаровне, потому что я умею это делать. *(Она изображает из себя мальчишку.)*

Пегги: И как же вы это воспринимаете, когда бываете его сыном?

Рахиль: Отчасти мне это нравится. *(Она смеется и опять ведет себя как мальчишка.)* Я совсем не против, но едва ли он думает обо мне как о мальчишке.

Пегги: А вы сами думаете о себе как о мальчишке?

Рахиль: Нет. Я уже говорила, что при этом чувствовала себя такой независимой. Меня уязвляет любая зависимость от людей.

Пегги: А как вы думаете, если вы станете жить отдельно, чем это может для него обернуться?

Рахиль: Думаю, с ним все будет в порядке. Они уже поговаривают о том, чтобы со мной разъехаться.

Пегги: Вам не кажется, что вас ему будет не хватать?

Рахиль: Возможно. Он говорит, что чего-то ему будет не хватать, но что-то у него все же останется.

Пегги: Ну хорошо, а как вы думаете, ваша мать сумеет позаботиться о том, чтобы ему не было так одиноко?

Рахиль: Нет, если только она не начнет смотреть на него с более объективной точки зрения.

Пегги: Вы полагаете, что сумеете ее этому научить?

Рахиль: Я стараюсь изо всех сил. А потом она начинает меня упрекать в том, что я на нее ополчаюсь.

Клер: (Защищая мать.) Но и папочка тоже не всегда подарок.

Этап 2. Соединение симптома с системой семьи

После этого обмена мнениями психотерапевт покинула сеанс, чтобы проконсультироваться с группой. Мы сформулировали гипотезу, основанную на поиске ответов на следующие вопросы.

Какую функцию выполняет данный симптом в этой системе? Мы полагали, что Рахиль изводит себя голодом, чтобы оставаться сыном для своего отца и заполнять ту пустоту в его жизни, которая, как она почувствовала, была оставлена ее матерью. Отказываясь от еды, она сохраняла мальчишеский облик, не давала себе превратиться в зрелую женщину, и косвенным образом пообещала оставаться хранителем брака своих родителей. Симптом служил тому, чтобы она оставалась дома, где могла бы по-прежнему служить союзником отца в его борьбе с матерью и давать матери повод сохранять близость к своей родительской семье. Определяя своего отца как уroda в семье, она образовывала с ним коалицию, которая служила тому, чтобы противостоять стремлению матери властвовать над ней. Симптом выполнял также функцию предоставления возможности другим сестрам начать самостоятельную жизнь вне семьи, поскольку Рахиль взяла на себя ответственность быть посредником в супружеских отношениях своих родителей.

Каким образом функционирует семья, чтобы стабилизировать симптом? Когда мать с отцом оказываются вовлеченными в борьбу за власть, которую они не могут довести до какого-то результата, мать сближается со своими родителями и дает отцу нелестную оцен-

ку в сравнении со своим собственным отцом. В отместку отец принимает сторону Рахили, становясь в оппозицию к жене, а Рахиль присоединяется к нему, чтобы отплатить матери. Чтобы угодить отцу, она начинает заниматься различными мужскими делами, зная, что в семье, состоящей из женщин, он чувствует себя чужаком. Она не может отказаться от симптома до тех пор, пока чувствует, что нужна ему в качестве сына. На протяжении многих лет борьба за власть между матерью и Рахилью принимала множество различных форм, включая употребление ею наркотиков, увольнение с работы, уход из школы, свидания с молодыми людьми нееврейского происхождения и отход от религиозных верований своей семьи, включая и нынешний симптом уморения себя голодом.

Что является центральной темой, вокруг которой организуется проблема? По-видимому, центральной темой в этой семье является власть: кто будет определять убеждения и ценности других. Эта семья является вполне стандартной и в системе ценностей высоко ставит соответствие общим нормам, респектабельность, стремление к достижению, чувство долга и преданность семье. Мать более обеспокоена тем, что Рахиль не желает принимать догматы иудейской веры, нежели какими-то другими ее занятиями. Она жалуется на то, что ее муж отказывается признать убеждения ее отца в том, что жена является чем-то “бесценным”.

Поскольку мы до сих пор не видели отца и Сэнди, то на данный момент мы не в состоянии получить полную картину того, каким образом действует каждый индивид в целях сохранения власти в отношении этих центральных вопросов.

Каковы будут последствия изменения? Если бы Рахиль перестала быть сыном для своего отца, то ей пришлось бы его покинуть на произвол той, кого он воспринимает как нелюбящую жену. Кроме того, она утратила бы свое основное оружие против матери. Если бы она ушла из дома, мать и отец остались бы наедине со своим конфликтом и, возможно, создали бы треугольник, в который оказались бы вовлечены Сэнди или Клер. Мать могла бы еще больше сблизиться со своими родителями, а отец — со своей подмной сына — Роем. Это еще более углубило бы разрыв между родителями. Если бы отец согласился прийти на курс психотерапии и попытаться разрешить эти вопросы, то проиграл бы важную битву со своей женой, касающуюся ценности психотерапии.

Рахили пришлось бы противостоять внешнему миру и существующим в нем отношениям, вместо того чтобы сосредоточивать свою

жизнь в пределах семьи. Это значило бы, что ей пришлось бы взять на себя всю ответственность, которую несет на себе взрослая женщина в сексуальном, профессиональном и социальном плане.

Что является терапевтической дилеммой? Семья должна сделать выбор между тем, что Рахиль по-прежнему будет оставаться носителем симптома, и тем, что ей придется столкнуться со всеми вышеизложенными последствиями.

Стадия II. Выработка условий проведения курса терапии

Этап 1. Определение терапевтической дилеммы

Наше первое вмешательство состояло в установлении условий терапевтического состязания, которое должно было последовать за определением проблемы как дилеммы семьи. Семья определила данную проблему как личную: бунтарство Рахили, ее навязчивые идеи, жесткие ожидания и уморение себя голодом — все это рассматривалось как совершенно не связанное с семьей. При определении проблемы как дилеммы мы связали симптом с системой. Пегги пришла на сеанс со следующим сообщением.

Пегги: (Вздыхает.) Мы зашли в тупик.

Мать: И мы тоже.

Пегги: У нас возникли затруднения, и я не знаю, что можно сделать, кроме как быть предельно честными и открытыми и рассказать, в чем именно заключается наш тупик. Рахиль, мы испытываем сильные сомнения по поводу того, что должны оказать вам помощь в том виде, как мы ее планировали в курсе терапии, а именно помочь вам думать и чувствовать более как женщина: набрать вес, обрести формы, менструировать, гулять с молодыми людьми и попросту — быть самой собой. Потому что, как вы видите, мы обеспокоены тем, что произойдет с вашим отцом, что он окажется в еще большей изоляции в семье, состоящей из одних женщин, что он еще больше приблизится к своему заместителю сына Рою, оставив вашу мать в еще большем одиночестве, что вызовет еще большее ее сближение со своей родительской семьей. Мы беспокоимся о том, что это создаст непреодолимую отчужденность между ними двумя.

Клер: Это порочный круг, не так ли?

Пегги: Как видите, мы помним обо всех членах вашей семьи: когда один человек в семье изменяется, это изменяет отношения всех и каждого.

Рахиль: *(После долгой паузы)* Я не думаю, что мне хотелось бы пожертвовать собой ради своих родителей. Я не думаю, что мне это настолько важно. Я хочу помочь себе прямо сейчас.

Пегги: *(Продолжая излагать дилемму.)* Я могу понять ваши чувства. Я просто хочу быть наверняка уверена, что вы осознаете, какой эффект это будет иметь... Итак, подумайте обо всем этом и решите, что вы хотите делать.

Клер: *(Внезапно осознавая значение изложенных мной условий.)* Я хочу сказать, что меня очень разозлило то, что сказала группа. Что вы решили изменить свой курс. Я считаю, что это неправильно. *(Она вдруг расплакалась.)* Я беспокоюсь о Рахили, и это не то, что она должна делать.

Пегги: Вы полагаете, что мы должны ей помочь?

Клер: Да, это ужасно! Как вы можете так говорить? Из-за того, что это скажется на других членах семьи — что же ей остается — уморить себя голодом?

Пегги: *(Размышляя над дилеммой.)* Хорошо, знаете, я считаю, что это должно быть решением Рахили, и все, что мы можем сделать, — это...

Клер: Но вы же как-то определяете это решение! Вы же здесь для того, чтобы ей помочь.

Пегги: Да, но вы видите, что Рахиль настолько близка к своей семье, что...

Клер: Я полагаю, что это ужасно! *(Она пересекает комнату и порывисто берет бумажный платок.)* Я совершенно не понимаю, что кроется за всем этим. Я полагаю, что это ужасно.

Пегги: Мы чувствуем свою ответственность — и мы обязаны сообщить вам о том, каковы, по нашему мнению, будут последствия изменения, и подготовить вас к ним.

В этот момент раздался стук в дверь, и группа вызвала меня для короткой консультации.

Рахиль и Клер воспротивились гомеостатической позиции психотерапевта и настаивали на изменении. Мы решили воспользоваться этим как возможностью выработать с ними условия изменения и установить цену в виде согласия Рахили передать мне груз

несчастья ее родителей. Мы осознавали, что отец мог не согласиться на это, поскольку он бойкотировал курс терапии. Однако это было нашим способом драматизирования связи между проблемой Рахили и несчастьем ее родителей.

Пегги: (Возвращаясь на сеанс.) Группа хотела передать вам, что они слышали то, что вы сказали, и отнеслись к этому очень серьезно, и возможно, существует способ помочь вам. *(Обращаясь к Рахили.)* Если бы вы захотели, чтобы я встретила с вашими родителями и взяла на себя ответственность за то, что с ними произойдет в случае, если вы изменитесь, то тогда, возможно, вы смогли бы начать есть. Можете ли вы позволить мне взять на себя эту ответственность, снять ее с ваших плеч?

Рахиль согласилась сделать это, а мать больше всего желала, чтобы ее муж принял участие в курсе психотерапии.

Пегги: Моя группа полагает, что тогда для вас будет совершенно безопасно стать женщиной. А я позабочусь о тех последствиях, которые все это будет иметь для ваших родителей.

Я сообщила им, что позвоню отцу и попрошу его прийти на следующий сеанс. Условия курса психотерапии сводились к следующему:

1. Мы определили симптом Рахили как ее проживание в родительском доме и неумение стать самостоятельной женщиной в целях стабилизации отношений между родителями.

2. Мы определили отношения между ее родителями как такие, которые не смогут выдержать ее отсутствия в доме.

3. Мы определили терапевтическую дилемму как необходимость выбора между оказанием помощи Рахили в ее стремлении стать самостоятельной женщиной и сохранением стабильности в отношениях ее родителей.

4. Мы определили решение — и, таким образом, условия изменения — как согласие Рахили передать нам ответственность за сохранение отношений ее родителей. В результате возникла следующая ситуация: если родители позволяли нам оказать им содействие в сфере их отношений, освобождая таким образом Рахиль, то она освободилась бы от своего бремени и смогла бы покинуть родительский дом. Если они не давали на это согласия, то нам

пришлось бы просить кого-то из членов семьи взять на себя этот груз либо вновь вернуть его Рахили. Обратив несчастье родителей в горячую картофелину и пустив ее по семейному кругу, мы смогли драматизировать терапевтическую дилемму.

Стадия III. Ввод в действие терапевтического контракта

Этап 1. Вовлечение отца в терапевтическую дилемму

После этой сессии я позвонила Сэму, отцу, и сказала, что с пониманием отношусь к его желанию оставаться в стороне от курса семейной психотерапии, но поскольку его жена, по всей вероятности, изложила лишь односторонний взгляд на положение в семье, то я бы хотела, чтобы он по телефону сообщил мне свой взгляд на вещи. Он изъявил полную готовность поделиться своими взглядами и следующие полчаса рассказывал о том, как его жена возлагала слишком большие надежды на Рахиль с самого раннего возраста, вынудила ее покинуть дом и поступить в колледж в возрасте 16 лет и как он ничего не мог сказать по этому поводу, поскольку дети полностью подчинялись жене, которая ни в грош не ставила его мнение. В конце нашей беседы он сказал, что хотел бы прийти на сеанс, если это может как-то помочь Рахили. Я сказала, что дам ему знать, когда, по моему мнению, это могло бы быть полезно, не желая показаться чересчур заинтересованной в его участии.

Через неделю Рахиль переехала от родителей в отдельную квартиру, и я попросила отца прийти на сеанс. Он согласился, но при условии, что одновременно будут присутствовать только Рахиль и его жена, поскольку он не хотел оказаться на сеансе один с четырьмя женщинами. Его условия были приняты, и для начала я сообщила, что мы обнаружили: Рахиль так долго не хотела покидать дом, опасаясь, что ему может быть очень одиноко, если он останется один с женой. Сначала он лишь посмеялся над этим соображением, но после того как я начала обсуждать семейные обеды, на которых Рахиль всегда брала его сторону против матери и ее родительской семьи, он счел эту гипотезу вполне правдоподобной. Отец отметил, что он и Рахиль имели много общего. “Мы с ней

одинаковы во многих отношениях, мы понимаем друг друга”. Рахиль с этим согласилась.

Далее отец описал семейный обед, на котором была семья его жены, он сел рядом с Рахилью, поскольку так он чувствовал себя спокойнее, на что мать заметила: “Как Робин Гуд и его парни — они собираются гурьбой и потешаются”.

Пегги: Что будет происходить на этих обедах, если Рахиль больше не будет на них бывать? Я беспокоюсь о том, что может случиться с вашим отцом, когда вас там не будет. Он окажется без союзника.

Рахиль: Он не будет к ним приспосабливаться.

Отец: Я не понимаю, что происходит. Я не считаю, что она беспокоится обо мне при любых обстоятельствах. Ты думаешь обо мне, когда к нам приходят гости?

Рахиль: Разумеется, я беспокоюсь о тебе. Мне бывает очень больно, когда вы оба несчастливы.

Пегги: Как вы узнаете, что кто-то из них несчастлив? Каковы эти сигналы?

Рахиль: Когда я говорю с матерью, я слышу, что в ее жизни причиняет ей несчастье, и наоборот. Однако я не считаю, что кому-то из вас следует держать меня подальше от всего этого. Вам не следует пытаться все это скрывать.

Пегги: Вы полагаете, что можете быть им полезной?

Рахиль: Я могла бы быть — не думаю, что они считают, что меня это может волновать.

Мать: Я не думаю, что она о нас совсем не волнуется. Она очень за нас переживает. Она была очень полезна, она улавливает мое настроение, разговаривает со мной, когда у меня плохое настроение.

Пегги: Я полагаю, что вас волнует не только то, что будет с вашим отцом, когда вы переедете, но и что будет с матерью, вас также не оставляет равнодушной.

Рахиль с этим согласилась, и мать с отцом затеяли спор о потребностях и чувствительных сторонах каждого из них.

Пегги: (Вновь воспользовавшись родительским конфликтом как возможностью дать определение причинам, по которым Рахиль не может оставить дом.) Что произойдет, когда с вами не будет Рахили?

Отец: Она уже не с нами.

Пегги: Что же произошло?

Отец: Последние несколько месяцев у нас все складывалось плохо.

Пегги: Возможно, вам лучше было бы вернуться домой, Рахиль.

Рахиль: Я не вернусь домой.

Мать: Я не хочу, чтобы она возвращалась домой. Мы сумеем лучше наладить свою жизнь, если ее не будет дома.

Пегги: А вы сумеете?

Отец: Но если она хочет быть дома — я не думаю, что нам следует — я не думаю — правда, Элен?

Пегги: (*Обращаясь к Рахили.*) Это огромный соблазн, не правда ли?

Рахиль: Нет. Я действительно не хочу возвращаться домой. Я не хочу.

Мать: Я рада.

Пегги: Я не знаю. Как вы вдвоем собираетесь самостоятельно все это решить?

Мать и отец: (*Одновременно.*) Я не знаю.

Рахиль: Вы думаете, что все это так и будет продолжаться вечно?

Отец опять сказал, что это не ее забота, но Рахиль продолжала настаивать на том, что это именно ее забота и чтобы они попытались найти какое-то решение.

Рахиль: Мне бы хотелось, чтобы вы оба могли быть счастливы.

Отец: Каким образом мы можем добиться этого?

Рахиль: Я не знаю, но вы явно ничего для этого не делаете.

Здесь я пояснила отцу, что во время предыдущего сеанса группа порекомендовала мне не оказывать помощь Рахили, если только она не согласится передать мне всю ответственность за их несчастье. Я спросила, желает ли он, чтобы я взяла на себя эту ответственность, и он отказался от моего предложения. После этого мать начала давить на отца.

Мать: Вы видите, как Сэм любит все за всех решать? Когда ты говоришь, что не явишься сюда, чтобы помочь нам, я в твоей власти.

Отец: Я не хотел начинать все с самого начала. Я уже проходил все это, и все равно ничего не помогло.

Пегги: Да, вы мне об этом говорили.

Мать: Что тебя смущает? Ты чувствуешь свою незащищенность? Ты полагаешь, что это лишняя трата денег? Что для тебя важнее — лишняя трата денег или наше счастье?

Отец: Но почему я обязательно должен выбирать на основе того, что важнее?

Мать: Ну вот, приехали!

Отец: Итак — либо терапия, либо ничего?

Мать: Конечно. Это не имеет значения — мы не имеем значения.

Пегги: Возможно, вы смогли бы этого добиться и без психотерапии, но что меня волнует, так это будете ли вы в состоянии добиться этого без Рахили?

Мать: Нам тогда следует пойти и повеситься, чтобы все это не отражалось на Рахили.

Пегги: Но каким образом вы собираетесь сделать так, чтобы Рахиль оставалась вне всего этого?

Между родителями завязался спор, а Рахиль попыталась медитировать. Психотерапевт сделала перерыв для того, чтобы проконсультроваться с группой.

Этап 2. Драматизирование терапевтической дилеммы

Группа согласилась, что если я продолжу оказывать давление на отца, чтобы он прошел курс терапии, то этим я приму сторону матери, и его сопротивление будет все больше и больше нарастать. Мы решили, что группа должна поддержать его независимую позицию, и рекомендовали, чтобы бремя родительского несчастья было передано Сэнди. Поскольку Сэнди считалась существом сверхчеловеческим, а предстоящая работа также была сверхчеловеческой, то она казалась наиболее подходящей кандидатурой. Я зачитала следующее сообщение:

На группу, ранее не встречавшуюся с Сэмом, произвела впечатление его способность самому позаботиться о себе. Как бы то ни было, ранее мифология семьи привела нас к обратному убеждению. Мы верим, что и мать

обладает достаточной силой, чтобы сделать то же самое. Что же касается Рахили, она достаточно долго несла на себе бремя родительского несчастья и сейчас должна передать его Сэнди.

Все трое дружно расхохотались. Отец спросил, встречалась ли я когда-нибудь с Сэнди, и я ответила: “Нет, но я надеюсь на скорую встречу”. Рахиль сказала, что они только что разговаривали о том, какая она сверхчеловеческая натура, и я ответила: “В таком случае мы выбрали правильного кандидата на эту работу”.

Отец согласился приходить на все сеансы, но только для того, чтобы помочь Рахили, а не для того, чтобы работать над своими отношениями с женой. На следующий сеанс со всей семьей пришла и Сэнди.

Стадия IV. Противодействие силам изменения

Этап 1. Определение изменения в пределах терапевтического контракта

В самом начале сеанса Рахиль сообщила о внезапном и неожиданном изменении. Впервые за полтора года у нее началась менструация и ее вес увеличился на несколько фунтов. Действуя далее в соответствии с моим определением проблемы, я поздравила отца с тем, что ему удалось убедить Рахиль в том, что он может организовать свою жизнь без ее участия.

Рахиль: Я должна вам сообщить, что у меня произошло кое-что потрясающее. У меня начались месячные. Это совершенно потрясающе.

Пегги: Что, в самом деле?

Рахиль: Да, когда была в гостях у сестры (*Долго смеется.*)

Пегги: Это первый раз?

Рахиль: За полтора года. Я уже перестала и вспоминать о них.

Пегги: Вы решили стать женщиной?

Рахиль: (*Со смехом.*) Я подумываю об этом.

Пегги: Вам необходимо об этом серьезно подумать.

Рахиль: Да, я знаю, что это очень важный шаг.

Пегги: (*Обращаясь к родителям.*) Ну что ж, а как вы оба относитесь к тому, что с ней произошло?

Отец: Почувствовал большое облегчение оттого, что она вышла на свой собственный путь. Все приходит в норму — правда, пока не совсем, но уже на пути к этому.

Пегги: Вы не боитесь, что можете потерять своего друга?

Отец: Нет. Я молюсь об этом. (*Смеется.*) Я рад, что Рахиль начинает возвращаться к нормальной жизни. Она также сказала, что прибавила три фунта. Она этим очень счастлива. Похоже, она совсем не беспокоится о лишних трех фунтах.

Пегги: Я считаю, что вы проделали очень хорошую работу.

Отец: Я проделал?

Пегги: Да, я считаю, что вы проделали очень хорошую работу. Последний раз, когда вы были здесь, вы убедили Рахиль, что можете организовать свою жизнь без ее содействия, что с вами все будет в порядке, что если даже ваш брак и не был самым удачным, или если вы не останетесь вместе, то...

Отец: Ну, другим детям мы этого пока не говорили. (*Имея в виду других сестер.*)

Пегги: Да, но вы сказали об этом Рахили, и я считаю, что вы проделали прекрасную работу, уверив ее в том, что с вами все будет в полном порядке и ей ничто не препятствует стать самостоятельной женщиной.

Отец: Да, и за последние две недели наши отношения с Элен даже заметно улучшились.

Сэнди была извещена о том, что ей предстоит стать приемницей Рахили и вместо нее нести бремя родительского несчастья. Все выразили полнейшее изумление. Сэнди отказалась, заявив, что у нее на руках новорожденный младенец, а кроме того, родители уже явно сами способны управиться со своим грузом.

Стадия V. Противодействие побочным эффектам изменения

Этап 1. Определение сопротивления в рамках курса психотерапии

Ни Рахиль, ни ее семья не были готовы к таким значительным изменениям, и у Рахили произошел рецидив. Мы немедленно осознали свою ошибку: мы не предвидели последствий изменения

и не предсказали возможности рецидива, что могло бы снизить вероятность его проявления. Семья воспользовалась еврейскими праздниками как возможностью восстановить беспорядок в семье, в центре которого оказалась Рахиль. Отказавшись пойти в синагогу на еврейскую Пасху, она вызвала небольшой кризис. Мать реагировала на это в своей обычной манере, стараясь вызвать у дочери чувство вины, отец попытался вступить за Рахиль, а сама Рахиль впала в депрессию, чтобы сконцентрировать на себе общее внимание. Она со слезами на глазах жаловалась на свою квартиру, на свою работу, на курсы, которые посещала, и закончила так: “Сейчас в моей жизни нет ничего хорошего”.

Вся семья дружно принялась анализировать причины депрессии Рахили и давать ей полезные советы, как из нее выйти. Отец затронул весьма болезненную тему отказа Рахили пойти в синагогу на Пасху и спросил, не связана ли ее депрессия с ощущением вины. Она сказала, что нет, и отец заявил: “Это хорошо”. Мать с большой горячностью стала возражать. В продолжение следующего обмена мнениями они говорили почти одновременно.

Мать: Я не считаю, что это хорошо, это моя проблема. Я считаю скверным то, что Рахиль, которая любит нас и которую мы любим, способна делать такое, что заставляет нас вновь и вновь испытывать боль...

Отец: К этому нам давно следовало привыкнуть.

Мать: Когда же будет “хорошо” такое ее деяние, от которого нам будет приятно?

Отец: Элен... нет... это... (*Неразборчиво.*)

Рахиль: Как ты можешь требовать от меня делать то, во что я не верю?

Отец: Элен, это что-то... (*Неразборчиво.*)

Мать: Но ведь ты веришь. Ты сама говорила мне, что веришь.

Отец: Элен, она верит совсем по-другому...

Рахиль: Нет, я не верю. Я верю по-своему. Я не верю в соблюдение кошерности, я не верю в посещение синагоги, я не верю в свидания с еврейскими мальчиками, я не верю во все это!

Мать: Хорошо. А я верю, Рахиль, что это является признаком того, что ты недостаточно нас любишь. Я рассматриваю это как весьма эгоистичное деяние. Ты ни с кем не считаешься. Она может делать все, что ей вздумается, поскольку ей не хочется сделать для нас что-то приятное. Она совершенная бунтарка.

После этого мать произнесла длинную речь, в которой излагалась вся история бунтарства Рахили. Закончила она рассказом о том, насколько важна для нее еврейская традиция.

Мать: Я с плачем молилась о том, чтобы продолжалась наша еврейская традиция.

Рахиль: Извини, мамочка, но даже если ты себе все глаза выплачешь, я из-за твоих слез более еврейкой становиться не собираюсь.

Мать: Вот поэтому-то я и не считаю, что ты слишком уж нас любишь.

Рахиль: Ну, мамочка, если ты судишь таким образом, то я и в самом деле ничем тебе помочь не могу.

Мать: Совершенно верно, это мои чувства, и я сужу таким образом. Да.

Пегги: А если бы она любила вас по-настоящему, то поверила бы, во что вы верите?

Мать: Нет, бог мой, вовсе нет! Ведь я же знаю, что она верит. Она сама говорила мне, что верит. Она верит в Бога. Всю свою жизнь она каждый вечер читает самую главную молитву нашей религии — даже я этого не делаю.

Рахиль: А почему ты этого не делаешь? Ты что, меня не любишь?

Мать: Рахиль, перестань кричать на меня.

Пегги: Вы ей не ответили.

Мать: Почему я не читаю этой молитвы? А ты когда-нибудь просила меня присоединиться к твоей молитве?

Рахиль: Нет, это индивидуальная молитва. Ты должна читать ее сама.

Мать: Почему ты на меня кричишь?

Рахиль: Почему ты не читаешь этой молитвы? Ты меня любишь?

Мать обвинила Рахиль в сарказме. Я спросила отца, испытывает ли он те же самые чувства, что и мать, в отношении того, что Рахиль не ходит в синагогу. Он сказал, что ему хотелось бы, чтобы она посещала синагогу, но он не принимает это так близко к сердцу, как жена. После этого я спросила Клер и Сэнди, испытывали ли они какие-нибудь трудности при обретении независимости в этой семье. Обе описали то давление и порицания, которым они подвергались на протяжении всей своей жизни. На вопрос о том, каким образом им удавалось этому противостоять,

Клер ответила, что она скрывала от родителей больше половины всех своих дел, а Сэнди заявила, что всегда делала то, что хотела. На обоих родителей посыпались упреки в неумолимой строгости, и сеанс закончился всеобщим спором о том, кто во всем этом больше всего виноват.

Во время этого сеанса группа отсутствовала, и членам семьи было сказано, что сообщение от нее они получают несколько позже, когда будет просмотрена видеозапись. На консультации с группой я определила рецидив как проблему системную, а не индивидуальную, и послала следующее сообщение.

Группа пришла к убеждению, что Рахиль приняла мудрое решение относительно того, что она еще не закончила своей работы по выведению родителей из их несчастья. Поскольку Сэнди и Клер отказались принять на себя этот труд, ей следует вернуться домой для его завершения.

Мы пришли к соглашению о том, что на следующем сеансе я займу более терпимую позицию по отношению к данному сообщению, поддержав независимую позицию Рахили, противостоящую непреклонной позиции группы, таким образом усиливая треугольник, в который входят психотерапевт, семья и группа.

Этап 2. Смещение определения проблемы

На следующей сессии Рахиль наотрез отказалась вернуться домой, а родители настаивали на том, что для решения их супружеских проблем она им больше не нужна. Будучи таким образом отвергнута, Рахиль начала жаловаться на свою жизнь — на работу, квартиру, начальника, на чувство изолированности и одиночества. По мере того, как она высказывала свои жалобы, семья, следуя своей характерной модели, давала ей “полезные” советы, преисполненные общих мест, о том, как вытянуть себя из трясины за собственные шнурки. Мы рассматривали этот “плач” Рахили как реакцию на отказ от такой важной для нее работы, как исправление брака родителей, и решили просить семью предоставить ей возможность погоревать здесь о своем уходе из семьи и не пытаться ее подбадривать. Для них это оказалось делом невозможным.

Пегги: Группа сделала наблюдение, что несчастье Рахили, по-видимому, является упреком вам, и вы не позволяете ей быть несчастной. Рахиль, они хотят сказать: очень важно, что вы несчастны, и ваша семья позволяет вам такую быть. Как вы можете заставить их позволить вам быть несчастной?

Рахиль: Я полагаю, мне просто нужно быть в удалении от них.

Отец: Тогда мы будем о ней беспокоиться.

Мать: Я беспокоюсь о своих детях, особенно когда они остаются одни.

Пегги: Это должна быть счастливая семья, поэтому вам трудно допустить, что бы кто-либо в семье чувствовал себя несчастным.

Мать: Вы, Пегги, говорите о фасаде?

Пегги: Все семьи должны быть счастливыми. Это очень сплоченная семья, поэтому для вас очень важно чувствовать, что все в ней счастливы. А когда кто-либо несчастен (*мать всхлипывает*), то это становится невыносимо, не так ли? Как вы можете убедить свою мать позволить вам быть несчастной?

Рахиль: Я не знаю. Я не могу ее успокоить.

Мать: (*Всхлипывая.*) Я каждый день о тебе волнуюсь.

Внезапно в разговор вступила Клер и заявила, что она никогда не говорила матери о своих проблемах из-за того, что не хотела вызывать подобную реакцию. Между матерью и Клер завязался горячий спор. Мать заявила, что не может не плакать о проблемах своих детей. Тогда я перевела разговор на проблему, касающуюся родителей.

Пегги: А по поводу несчастья Сэма вы тоже плачете?

Мать: Да, немножко. Плачу, конечно. Он об этом даже не знает.

Отец: Я этому не верю. Я действительно этому не верю.

Мать: Поэтому я ему и не говорю.

Отец: Я этому не верю. (*Родители начинают спорить.*)

Пегги: Когда вы плачете о его несчастье?

Рахиль: Когда вижу, что он несчастлив в своем бизнесе, несчастлив со своими партнерами, несчастлив в отношениях с нашими соседями, когда он причиняет себе вред и очень переживает из-за этого. Когда я вижу, что у него складываются несчастливые отношения в мужем Клер, когда я вижу, как он несчастен из-за своей матери и больного зятя, мое сердце переполняется болью — и я

никогда не решаюсь показать ему, что меня это беспокоит, поэтому я забиваюсь в свой уголок и переживаю все в одиночестве.

Пегги: (С участием.) Вы плачете о нем и не позволяете ему об этом знать?

Мать: Плачу? Нет. Плачу я о своих детях.

Этап 3. Предписание впутывания

Группа обсудила бесполезность всяких попыток убедить мать позволить кому-либо из ее детей быть несчастным. Беспокойство о своих детях было ее важной пожизненной работой. Рахиль это знала и всегда держала мать в курсе своих дел, постоянно предоставляя ей возможность о чем-нибудь поволноваться.

Вместо того, чтобы пытаться отвлечь мать от слишком уж непосредственного участия в этих делах, мы решили предписать впутывание в них семьи — но таким образом, чтобы в этой договоренности участвовал и отец. Мы ввели дополнительную задачу, которая частично перенесла участие матери в жизни своих детей на ее мужа. Задачу данного маневра мы видели в том, чтобы опробовать готовность родителей ликвидировать ту трещину в своих отношениях, что обозначилась с уходом Рахили.

Пегги: Группа убеждена в том, что я добиваюсь невозможного, пытаюсь уговорить мать со столь нежным сердцем, как у Элен, позволить своим детям страдать. *(В качестве реплики в сторону я говорю: “Как много в этом мире страдающих еврейских матерей”. Мать машет рукой в знак признательности.)* Для Рахили точно так же невозможно разбить сердце своей матери. Поэтому мы рекомендуем Рахили каждый день звонить и рассказывать матери о своем несчастье. Матери потом следует делиться этим с Сэмом, который будет ее утешать. *(Мать плачет, отец реагирует отрицательно.)*

Отец: Я не желаю такого рода сцен. Я не хочу, чтобы она каждый день звонила и вынуждала Элен быть несчастной, и не хочу, чтобы она поверяла это мне. Я не могу представить, чтобы кому-то от этого стало легче.

Пегги: Вы не станете этого делать даже ради своей жены и Рахили?

Отец: (Со смехом.) Это напоминает предписание.

Пегги: Так оно и есть — именно предписание врача.

Отец: Это ужасно, это лекарство слишком горькое на вкус.

Мать: Почему это так сложно, меня утешить?

Отец: Элен, но вся эта идея не стоит...

Мать: Почему, родной мой? Единственное, что изменится — так это я буду получать утешение, потому что она и так звонит каждый день и изливает мне душу, а я ее слушаю.

Отец: (Удивленно.) Ты действительно звонишь каждый день?

Мать: А я не делюсь с тобой этим, потому что я получаю... (она указывает большим пальцем вниз.) Единственная разница была бы в том, что ты бы меня обнял. (Она гладит его.)

Клер: Было бы хорошо, если бы ты хоть чуточку был на маминей стороне.

Отец: Я вовсе не считаю, что я не на ее стороне.

Пегги: (Горячо.) Сэм, это очень важно. Вы можете сделать это для Рахили — и для вашей жены тоже?

Отец: Конечно же, я могу это сделать.

Рахиль действительно каждый день звонила матери, как требовалось, но мать вскоре устала от ее жалоб, перестала пытаться ее подбадривать и давать ей советы и наконец сказала, что свои проблемы ей следует решать самой.

После этого сеанса родители взяли месячный отпуск, более решительно порывая связь, существовавшую между ними и Рахилью. Напуганная этим разрывом, Рахиль вновь переехала в их дом, где почувствовала себя отрезанной от мира и одинокой, без своего привычного занятия посредничеством. Она погрузилась в мрачное расположение духа и постоянно жаловалась, что чувствует себя несчастной и никому не нужной.

В нашей профессии существует миф: если родители сходятся и освобождают ребенка от положения посредника, ребенок автоматически совершает скачок, обретая зрелость, умение приспособиться к жизни и свободу от симптома. Случается это редко, поскольку социальное развитие ребенка было задержано в связи с его озабоченностью проблемами родителей. Отказавшись от этого весьма важного положения в семье, ребенок, как правило, переживает период ощущения утраты самоидентификации. Наша следующая задача состояла в том, чтобы помочь Рахили найти для себя другое положение. Но этого нельзя было осуществить тем же самым способом, к которому пыталась прибегнуть семья: оказывая моральную поддержку и давая полезные советы, — поскольку она

лишь восставала против них. Вместо этого мы решили воспользоваться ее бунтарской жилкой, поставив ее на службу изменению, и определить ее ощущение несчастья и неудачливости как ее метод отделения от своей семьи, которая такое большое значение придавала счастью и успеху. Для содействия в осуществлении этой задачи мы решили привлечь ее сестер. В своих попытках добиться независимости Рахиль никогда не испытывала поддержки с их стороны, поскольку сестры часто принимали сторону родителей, когда те наставляли или понуждали ее к чему-либо. Та поддержка, которую она получила от них в этом новом союзе, оказалась потрясающе благотворной.

Стадия VI. Привлечение подсистемы братьев-сестер

Этап 1. Образование коалиции с сестрами

Сестры были более чем счастливы возможности встречаться без родителей и быстро присоединились к моей позиции, что Рахили необходимо продолжать бунтарствовать, чтобы установить свою независимость. На следующем сеансе я постоянно придавала жалобам Рахили новое звучание, исходя из данных установок.

Рахиль: Я чувствую, что уже выдыхаюсь.

Пегги: Ну, уж ваши родители наверняка этого не одобрили бы.

Рахиль: Нет. Я должна продолжать.

Пегги: Вот это правильно, а выложившись полностью, вы этим самым скажете им “нет”, что требует немалого мужества.

Сэнди: (Задумчиво.) Да, это совершенно справедливо.

Рахиль: Но у меня нет самоуважения.

Пегги: А ваши родители хотят, чтобы у вас было самоуважение?

Рахиль: Думаю, что да.

Пегги: И вы говорите, что у вас нет самоуважения? Вы говорите, что ваши родители хотят, чтобы вы были счастливы, а вы говорите: “Я несчастна”.

Рахиль: Мои родители хотят, чтобы я поправилась.

Пегги: А вы остаетесь худой.

Рахиль: Я прибавила пять фунтов, и меня это очень расстраивает.

Пегги: Я могу это понять, поскольку вы чувствуете, что в отношениях с ними сдаете свои позиции, что вы делаете что-то, чего они от вас добиваются, и поэтому проигрываете как личность.

Рахиль: Мне следует перебраться в Каламазу, обратиться ко всем чертям из Нью-Йорка и даже не думать о том, чтобы угождать своим родителям.

Сэнди: (*Уже полностью солидаризируясь со мной.*) Слушай, что говорит Пегги. Ты живешь именно для того, чтобы приносить им огорчения.

Рахиль: Я хочу угождать самой себе.

Пегги: Ну, так вы и угождаете себе как раз тем, что огорчаете их. В вашей жизни сейчас самое главное — говорить “нет” своим родителям, и вы нашли массу способов делать это.

Рахиль: Я хочу угождать себе.

Пегги: Так вы и угождаете себе именно тем, что огорчаете их.

Сеанс закончился тем, что группа предложила Рахили опереться на помощь сестер в запланированном ею восстании, заявив, что для нее самой будет слишком тяжело продумать все нюансы этого тонкого замысла. Сестры выразили полную готовность, а Сэнди заявила, что для нее это было бы хорошей подготовкой.

Этап 2. Отмежевание от сестер

Мы не сумели предвидеть, что Рахиль воспримет помощь сестер как нажим с целью заставить ее измениться, поскольку эта помощь предоставлялась в контексте курса психотерапии. Прежде чем образовать с ними союз, она дала ясно понять, что сначала должна взбунтоваться против их ожиданий относительно ее прогресса в курсе терапии: оставалась в депрессии и в завуалированном виде угрожала самоубийством. Я определила эти угрозы как ее способ отмежеваться от ожиданий своих сестер.

Клер: У меня зла не хватает. То, что делает Рахиль, — это просто какая-то враждебность. Говорит о том, что покончит с собой. И несмотря на то, что я ее люблю, я просто в негодовании от того, как она со мной обращается.

Рахиль: Тогда, может быть, мне просто заставить вас поверить, что все в порядке?

Клер: Почему же я не могу высказать то, что чувствую?

Рахиль: Может быть, мне стоит осуществить все это подальше от семьи? Уж слишком много ожиданий и понуждений.

Клер: Кто от тебя чего-нибудь ожидает?

Рахиль: Вы все. Вы все ожидаете, что я буду справляться со своими проблемами каким-то определенным образом.

Пегги: (*Поддерживая ее попытку отмежеваться от сестер.*) Я полагаю, что это так. Вы действительно ожидаете, что Рахиль будет справляться со своими проблемами каким-то определенным образом, а Рахиль всем вам говорит “нет”. Не только своим родителям, но и своим сестрам.

Рахиль: Я так не считаю — возможно, если бы это доставляло мне удовольствие, я могла бы так считать.

Пегги: Я знаю, что вам это не доставляет удовольствия, цель не в этом.

Рахиль: А в чем же цель?

Пегги: Цель в том, чтобы установить, кто вы есть, и что вы являетесь тем, кто говорит “нет” ожиданиям.

Клер: Ты и в самом деле успокаиваешься, когда мы выходим из себя, разве не так?

Сэнди: Я заметила это в прошлый раз. Как только мы выходим из себя, ты становишься совершенно безучастной. Может быть, ты именно этого и добиваешься. Может быть, нам следует доказывать свою озабоченность всем этим, и, может быть, ты просто хочешь нас встряхнуть.

Рахиль: Я вовсе не гонюсь за театральными эффектами.

Клер: Посмотри на себя. Пять минут назад ты плакала и говорила о том, как ты несчастна.

Рахиль: (*Холодно.*) Мне нужно совсем немного, чтобы заставить себя быть той или иной. Я сама не знаю, что для этого нужно.

Клер: (*С горячностью.*) Вранье! (*Они начинают спорить.*)

Пегги: (*Вновь определяя это как способ Рахили взбунтоваться против своих сестер.*) Я могу понять, почему сейчас вы чувствуете себя лучше: потому что вы только что сказали “нет” своим сестрам и их ожиданиям в отношении вас. Я полагаю, что вам, Рахиль, следует поступать таким же образом и далее, а также подумывать, каким еще образом это можно делать.

Рахиль: Я и вправду не совсем все понимаю.

После этого я предложила сестрам попытаться придумать более конструктивные способы бунта для Рахили и спросила, какие у них

были наиболее успешные способы бунта. Среди своих бунтарских поступков Клер назвала прогулки с женатыми мужчинами, свидания с юношами нееврейского происхождения, посвящение родителей в то, что она имеет половую связь, неприсоединение к Б'най Б'рит и т. д. Рахиль продолжила этот перечень, рассказав о своих свершениях, когда она шла гулять и не надевала бюстгалтера, носила чулки без пояса, громко разговаривала при посторонних. Сэнди внезапно выпалила: “Мне нравится говорить обо всем этом. Мне от этого становится хорошо”. Напряженная атмосфера сменилась атмосферой товарищества и веселья, когда они все вместе обсуждали акты “неповиновения”.

Могут возникнуть сомнения, стоит ли поощрять сестер к созданию коалиций, направленных против родительского контроля. То, что все сестры были уже взрослыми людьми, а не маленькими детьми, в финансовом, физическом и эмоциональном плане зависимыми от своих родителей, и послужило определяющим фактором данного вмешательства. Мы не стали бы прибегать к подобным методам, если бы речь шла о детях более раннего возраста, для которых повиноваться родителям естественно.

Бунтарские действия Рахили всегда сопровождались ощущением огромной вины, и поэтому она не сумела ни в одном своем начинании добиться независимости. Выставляя ее бунтарство на показ, продумывая его, прощая его и заранее планируя с помощью ее сестер, мы ликвидировали его наиболее отравляющие стороны. Следует отметить, что в дальнейшем она предпочла бунтовать в менее опасной форме, не наносящей урон ее здоровью и благополучию.

Родители вернулись из отпуска, и я позвонила им, чтобы сообщить, что мы о них не забыли, но нашли сеансы с сестрами оказались настолько полезными для Рахили, что мы хотели бы продолжить их еще некоторое время. Я уверила родителей Рахили, что их участие потребуется немного позднее.

На следующих сеансах я постаралась еще более упрочить союз сестер и предложила Сэнди научить Рахиль быть более снисходительной к себе, поскольку Рахиль следовала примеру отца, неукоснительно отказывая себе во всем и постоянно экономя. Сэнди взяла над ней шефство и сделала ей наставление покупать такие вещи, о которых она раньше не могла и помыслить, например, дорогие духи, великолепное нижнее белье, шелковые костюмы, драгоценности, дорогую косметику и т. д. Однако я предостерегла Рахиль

от излишнего увлечения едой и посоветовала не набирать слишком большой вес. Его пределом я установила вес Сэнди, которая весила на четыре килограмма больше, и, таким образом, с виду сдерживая ее, я на самом деле поощрила Рахиль к тому, чтобы она поправлялась. Чем дальше они продолжали обсуждать различные способы потакания своим желаниям, тем более скандальными становились отдельные предложения, и в этой фривольности и веселье я была с ними заодно.

Группа вмешалась для того, чтобы немного придержать меня, и указала мне на то, что предложенный мною тип бунтарства был слишком уж радостным. Я согласилась, что пока еще слишком рано прекращать выполнение предписания быть несчастной, и я вернулась со следующим сообщением.

Пегги: (С покаянным видом.) Я получила строгое внушение от группы.

Сэнди: (С тревогой.) Опять, Пегги? Вас совсем затюкали.

Пегги: Да, но я могу их понять. Они чувствуют, что меня уже начинает заносить, и я говорю лишь о том, что могло бы сделать Рахиль счастливой, например, снисходительность к себе, приобретение дорогих духов, белья, сексуальная жизнь, поскольку, Рахиль, именно это и может сделать вас счастливой. И ваши родители тоже узнали бы, что вы счастливы.

Сэнди: Я нахожу в этом определенный смысл, а ты, Рахиль?

Рахиль: Я не вижу здесь никакого смысла. Как ты можешь наводить здесь какой-то смысл?

Сэнди: Потому что, если ты будешь счастлива, мамочка учинит тебе то же, что устроила мне. Она сделает так, что тебе тошно станет. Она устроит вокруг этого еще больше шума, чем устраивает сейчас вокруг тебя. Если ты несчастлива на своей работе, ты можешь уволиться, и от этого несчастливы станут они. Пока ты продолжаешь работать, веди список всего, на что ты можешь пожаловаться, так что даже если у тебя будут какие-то счастливые моменты, не говори о них ничего. Приходи домой и рассказывай им обо всех гадостях, которые приключились с тобой сегодня, полностью испорти им вечер, и от этого ты сама станешь несчастной.

Пегги: Хорошо, хорошо, очень хорошо.

В конце сеанса сестры проявили первые признаки того, как они видят меня по отношению к группе. Хотя я постоянно твердила

Рахили, что она должна оставаться несчастной, они восприняли меня в качестве сторонницы Рахили. Они восприняли второй уровень парадоксального сообщения.

Сэнди: У вас есть дети, не правда ли, Пегги?

Пегги: Да. У меня есть сын 17 лет и дочь 21 года.

Сэнди: Это из-за своей дочери вы непременно хотите, чтобы Рахиль была счастлива? Вы как-то их связываете? Группа постоянно вам выговаривает за излишнюю мягкосердечность.

Пегги: Я не знаю. Я думаю об этом. Мне очень тяжело требовать от Рахили быть несчастной. (*Обращаясь к Рахили.*) Вы об этом знаете? (*Я протягиваю руку и касаюсь ее.*) Мне тяжело требовать, чтобы вы были несчастной — но я знаю, что они правы. Когда я думаю об этом с объективных позиций, я знаю: это то, что вы должны делать.

Сэнди: Я полагаю, в этом и состоит преимущество, которое дает группа. Она заставляет вас быть объективной.

Пегги: Это верно.

Стадия VII. “Нет”, сказанное терапии

Этап 1. Подталкивание предписания к точке разрыва

Следующий сеанс был самым решающим во всем курсе психотерапии и отмечал поворотный пункт устойчивого изменения. Прежде чем Рахиль смогла бы стать по-настоящему независимой женщиной, она должна была обрести способность сказать “нет” терапии и абсурдной задаче оставаться несчастной, которую мы перед ней поставили. Она со всей добросовестностью старалась ей следовать, но постепенно становилась все более и более недовольной своей жизнью с родителями и тем, что оставалась несчастной. Во время этого сеанса я продвинула предписание до той точки, когда Рахиль сказала “нет” терапии.

Пегги: (*Обращаясь к Рахили.*) Ну что ж, Рахиль, вам удастся оставаться несчастной, отказываться ото всего, что может доставить удовольствие? Достаточно ли хорошо вам это удастся?

Рахиль: Я стараюсь отказываться ото всего, что может доставить удовольствие.

Пегги: Хорошо. Достаточно ли хорошо вы с этим справляетесь?

Рахиль: Я стараюсь отвечать “нет” на все предложения матери, и мне ненавистно жить там. *(Она плачет.)*

Пегги: Так и предполагалось, что вам будет ненавистно там жить. Конечно же, вам ненавистно там жить.

Рахиль: Я чувствую себя настолько не в своей тарелке, что уже больше просто не могу.

Пегги: Вы будете оставаться несчастной все время, пока живете дома.

Рахиль: Так почему же я должна там быть? Я не хочу там быть. Я могу снимать эту квартиру, и я думаю, что я так и поступлю, если это будет возможно.

Сэнди: Они говорят тебе, что нужно будет кое-что сделать, а если ты планируешь снять квартиру в апреле, то значит, ты просто опять не хочешь ничего слушать. И точно так же, как матери придется побыть несчастной некоторое время, пока все не наладится, возможно, тебе тоже придется побыть несчастной некоторое время.

Рахиль: Почему я не могу оттуда выбраться? Я хочу выбраться.

Сэнди: Ты не можешь, и все тут. Потому что это будет слишком нехорошо.

Рахиль причитает, стенает и, наконец, глядит на меня полными мольбы, большими влажными глазами, спрашивая: “Ну почему я не могу снять квартиру всего-то на шесть месяцев?”

Пегги: Чем тяжелей для вас сейчас, тем лучше.

Рахиль: Я этого не понимаю, и я не могу так дальше жить.

Пегги: Прямо сейчас вы этого не поймете.

Сестры поддержали меня, Рахиль спорила и, наконец, сорвалась на крик: “Я больше не могу этого выносить, почему я должна заставлять себя быть там?”

Пегги: (Участливо, но твердо, как доктор, прописывающий лекарство.) Чем все хуже сейчас, тем потом будет лучше. И чем вы несчастней, тем это лучше. А помогали ли вам постоянно в этом сестры?

Рахиль: В том, чтобы быть несчастной? Нет.

Сэнди: А предполагалось, что мы будем помогать — если, делая что-то, она испытывала чувство вины, то должна была нам позвонить.

Клер: Мне она совсем не звонила.

Пегги: Как получилось, что вы совсем не звонили своим сестрам?

Рахиль: Иногда у меня просто нет настроения, поскольку я чувствую себя разбитой, и мне все это не нравится. Я чувствую, что пора оценить ситуацию и решить, как все улучшить, а вместо этого мне говорят, что нужно все сделать хуже, и для меня это становится невыносимо. Я больше не могу идти против своих устремлений.

Пегги: В текущий момент, Рахиль, вам необходимо все ухудшать.

Рахиль: Нет, Пегги, я не могу. Я хочу уйти из дома, найти работу получше и хочу стать счастливой. Я не могу заставлять себя оставаться на плохой работе и не могу становиться еще несчастней.

Сэнди: Необходимо ли ей оставаться на прежней работе, чтобы становиться несчастней?

Пегги: Ей следует становиться несчастней любыми возможными способами.

Сэнди: Почему?

Пегги: Потому что только таким образом она обретет возможность найти себя.

Клер: Она настолько удручает моих родителей, что они оба стояли и улыбались мне, как манекены, настолько они были рады меня видеть. Они никогда раньше этого не делали. По сравнению с Рахилью я выглядела совершенно замечательно.

Пегги: Теперь вы можете оценить, что она для вас делает?

Клер: Да. Я чувствовала, что не заслуживаю этого.

Пегги: Она делает вам подарок.

Клер: Полагаю, что это так, поэтому мне не следует сердиться. Я чувствую себя виноватой, когда сержусь на Рахиль. Это моя маленькая сестренка.

Пегги: Нет. Устроит все, что вы можете сделать, чтобы помочь Рахили быть несчастной.

Клер: Рахиль уже сейчас вся в этом.

Пегги: Но она должна быть вся в своем несчастье. Она должна быть целиком и полностью занята им.

Рахиль: (Плача.) Я не могу иметь дело с людьми на такой основе. Это полностью отрывает меня от всего мира. Это совершенно

смехотворное требование. Как вы мне прикажете общаться с друзьями, когда я несчастна? Какого черта кому-то захочется со мною быть?

Пегги: (Участливо.) Я знаю, что это тяжело.

Рахиль: Да это просто сумасшествие какое-то! Не тяжело — а с ума сойти можно! Это значит, что вы требуете от меня запереться у родителей в подвале и постоянно быть одной, потому что никто не захочет быть со мной и я сама не хочу быть с собой, когда я такая. У меня нет никакого повода что-либо делать — никакой цели, для того чтобы хотеть жить. Это делает мое существование еще более ничтожным.

Этап 2. Нарращивание силы терапевтического треугольника

Пегги: Позвольте мне одну минуту поговорить с моей группой. Может быть, они позволят вам сделать что-нибудь, способное принести некоторое облегчение. Однако, похоже, что вы попадаете в беду каждый раз, когда я смягчаюсь...

Группа решила не смягчаться, а занять позицию, как если бы она пришла в ужас от того, что Рахиль начинает открыто заявлять о бунте.

Пегги: Группа говорит, похоже, будто вы говорите “нет” не только своей матери, но уже готовитесь сказать “нет” и мне, и они просто потрясены этим. Говорите ли вы мне “нет”?

Рахиль: (Сначала колеблется, но затем резко бросает.) Да, говорю. *(Меняет свое решение.)* Нет, не вам, группе. *(Она еще не набралась достаточно смелости, чтобы пойти на открытую конфронтацию со мной, но уже чувствует, что вполне может встать в оппозицию группе, поскольку знает, что у меня иногда возникали с ней определенные расхождения.)* Все, я сыта по горло. Я не знаю, что делать. Мои человеческие инстинкты подсказывают мне сделать что-то, от чего все станет счастливее, а вы все говорите, чтобы я была несчастной, а я не знаю, как можно строить отношения с людьми на этой основе.

Пегги: (Притворяясь изумленной.) Но ведь вы уже достаточно долго строите с ними отношения именно таким образом. Не мог-

ли бы вы просто опять вернуться к этому? Или оставаться там по-прежнему?

Рахиль: Нет, я не могу. Я не могу просто сидеть и жаловаться.

Пегги: Но вы же и раньше это делали, поэтому-то мне и трудно понять, что же здесь появилось такого невыносимого именно сейчас, поскольку вы уже делали это достаточно долго. Что же сейчас изменилось?

Рахиль: Потому что сейчас я смотрю на это другими глазами. Я вижу, что мир не интересуется мною и моими проблемами, а этого не должно быть.

Я отлучилась, чтобы поговорить с группой, полагая, что для меня, возможно, уже наступило время занять позицию, благоприятствующую изменению. Было решено, что прежде всего я выясню, что стала бы делать Рахиль, если бы ей было позволено измениться.

Рахиль: Я не знаю. Знаю только, что на протяжении последних нескольких недель я изо всех сил старалась делать то, что вы мне велели, упорно работала над этим между сеансами и, Пегги, для меня это невыносимо! Для меня невыносимо жить вместе с родителями. Я регрессирую.

Пегги: (Исследуя вопрос изменения.) Что произошло бы, если бы вы сказали “нет” им и мне? Что бы вы стали делать?

Рахиль: Я стала бы делать то, что делают все в мире — ушла бы из дома, стала бы взрослой, нашла бы работу, нашла бы себе собственное жилище, нашла бы свой собственный круг друзей.

Пегги: (Стараясь заставить ее подтвердить свои слова.) Но именно этого мы и боимся, Рахиль. Вы же знаете, что происходило каждый раз, когда вы пытались это сделать. Результаты для вас были совершенно катастрофическими. Вы чувствовали, что не можете этого сделать, что потерпели неудачу, всегда что-то выходило не так, вы чувствовали себя одинокой, отрезанной от мира, чувствовали, что сходите с ума, вас раздражал всякий шум — это было совершеннейшее бедствие, и мы пытались вас от него спасти.

Группа вызвала меня, и мы решили, что настало самое время принять сторону Рахиль, встав в оппозицию группе, и настаивать на изменении. Получив свободу идти вперед, Рахиль заколебалась. Лекарство, которое я предписывала, несмотря на свой неприятный

вкус, служило для нее утешением, давало ей ощущение уверенности. Сестры также немного опасались, окажется ли Рахиль способной взять на себя ответственность за свое собственное счастье.

Этап 3. Оппозиция группе

Я вошла в комнату и попросила Рахиль поддержать мою оппозицию группе.

Пегги: Рахиль, хотите ли вы помочь мне сказать “нет” группе? У меня с ними только что состоялась серьезная схватка. Я не смогла сдвинуть их ни на йоту. Давайте мы с вами скажем “нет” группе.

Рахиль: (Со слезами в голосе.) Когда вы ушли туда, я боялась, что услышу свой приговор на эту неделю.

Пегги: Вы готовы сказать им “нет” вместе со мною?

Рахиль: А что они говорят?

Пегги: Они непреклонны. Я не могу их сдвинуть ни на йоту. Они категорически заявляют, что вам следует оставаться дома. Вам следует быть несчастной, следует оставаться жалкой, отрезанной от мира, жаловаться, не искать работу, не нужно нисколько улучшать свою жизнь.

Рахиль: Дальше можно не продолжать.

Пегги: (Протягивая руку.) Спасибо, спасибо. Я сказала им, что вы уже достаточно пострадали, уже достаточно говорили “нет” матери, а достаточно — это достаточно. И вы имеете право на попытку, если чувствуете, что способны добиться чего-то иного. И я только хочу вам сказать: “Действуйте”.

Рахиль: Каким образом?

Пегги: Любим, в зависимости от того, что вы собираетесь делать, чтобы стать счастливой, и тогда мы узнаем, кто из нас прав — я или группа.

Теперь у Рахили появилась возможность либо принять мою сторону и измениться, либо позволить группе одержать победу, оставаясь прежней.

Рахиль: А как насчет того, чтобы сказать “нет” моим родителям?

Пегги: Думаю, что этого вы уже имели достаточно.

Клер: А не может ли она говорить “нет”, когда ей хочется сказать “нет”?

Пегги: О, это замечательно; если вы хотите сказать “нет” или если вы хотите сказать “да” — начиная с этого момента, в любом случае поступайте так, как вы считаете нужным.

Рахиль: (В полном недоумении от такого неожиданного оборота и не зная, что ответить.) Вы это серьезно?

Пегги: Совершенно серьезно.

Рахиль: (В нерешительности.) Что, по их мнению, я могу приобрести, поступая в соответствии с их указаниями? Поскольку, Пегги, дело здесь только в том, что когда я не уверена и не знаю, что мне нужно делать, я могу сказать: “Итак, мой психотерапевт сказал мне делать то-то и то-то, поэтому именно это мне и следует делать”. Поэтому я просто не знаю.

Клер: Вы лишаете Рахиль всякой поддержки, советуя ей делать то, что она хочет делать.

Пегги: Вы хотите сказать, что права группа?

Клер: На мой взгляд, правильной было бы сказать: “Делай все, что тебе хочется делать” в определенных направлениях, но мне кажется, что вы лишаете ее всякой опоры, перекадывая на Рахиль всю ответственность. Я не чувствую, что она уже к этому готова.

Пегги: А как вы считаете, Сэнди?

Сэнди: Я немного за нее побаиваюсь.

Пегги: Вы тоже считаете, что группа права?

Сэнди: Я считаю, что они впадают в крайность.

Пегги: Возможно, у меня просто была реакция против группы.

Сэнди: Я считаю, что все должно делаться постепенно. Я оглядываюсь на ее жизнь, и мне ясно, что справиться со всем сразу она не в состоянии, и я вижу, что она опять делает то же самое. К ней будет предъявлено слишком много требований, и ожидания тоже будут непомерными.

Пегги: В таком случае вы обе фактически занимаете позицию между мной и группой.

Рахиль: Я тоже занимаю позицию между вами и группой.

Этап 4. Поддержка самостоятельности

Далее я заняла позицию, заключающуюся в том, что Рахиль имеет право самостоятельно решать, как быстро ей следует измениться.

Пегги: Я считаю, что вы правы. Моя позиция слишком крайняя. Я вышла из себя и разозлилась. Я восхищаюсь тем, что вы оказались в состоянии сказать “нет” группе, а только что — также и мне, и не позволили мне заходить слишком далеко. Я считаю, что сейчас уже ваш собственный разум сумеет указать вам, насколько много можно позволить себе удовольствий и как далеко продвигнуться вперед.

Ее задача была изменена. Если раньше ей нужно было быть несчастной и говорить “нет”, то сейчас ей нужно было решать, как быстро говорить “да”. Таким образом, ответственность за ее изменение была возложена на нее саму.

Стадия VIII. Закрепление изменения

Этап 1. Предвидение и отработка регрессии

Выказав открытое неповиновение психотерапевтам, Рахиль тем самым сделала гигантский шаг к самостоятельности и на следующих сеансах описывала свою новую жизнь. Группа напомнила мне, что в целях закрепления изменений следует запланировать регрессию.

Клер и Сэнди пришли на сеанс без Рахили, которая впервые опоздала, поскольку была на интервью у работодателя. Сэнди начала прямо с порога: “Она так счастлива. Она постоянно счастлива. В последнее время на меня столько навалилось, просто голова шла кругом, а тут вдруг такая забота с плеч — Рахиль так счастлива, что я даже сказала себе: “Черт побери, когда же ей надоест все время улыбаться?”

Пегги: Надо полагать, для вас такое развитие событий как нельзя более кстати.

Клер: Даже родители не могли не отметить, какой счастливой стала Рахиль. Теперь уже я подбрасываю проблемы своим родителям, поэтому Рахиль избавилась от их давления.

Пегги: Это ужасно. Но какого же рода это проблемы?

Вошла Рахиль, элегантно одетая и с сияющим видом.

Рахиль: (Вся светясь.) Для меня наступило такое прекрасное время, Пегги. Я просто не могу в это поверить. Я купила себе этот шелковый костюм. *(С гордостью демонстрирует элегантный модный костюм.)* Сто четырнадцать долларов. Я хочу теперь быть по-настоящему доброй к себе.

Пегги: (Осторожно.) Я опасуюсь быть излишне восторженной из-за своей группы.

Рахиль: Я тоже боюсь быть излишне восторженной. Я так счастлива, что начинаю бояться, что это скоро кончится. Я не хочу остаться у разбитого корыта. Я не была так счастлива уже много лет.

Пегги: Отчего же вы так счастливы?

Рахиль с восторгом рассказала о своей новой жизни. Она работала в редакции журнала, печаталась в нем, встречалась с известными людьми и впервые в жизни делала то, что ей по-настоящему нравилось. У нее появилась возможность снять квартиру на шесть месяцев, и она уже собиралась ею воспользоваться. Она чувствовала, что уже принимает гораздо меньше непродуманных решений, но опасливо посмотрела в направлении зеркала и сказала: “Я знаю, что группе не понравится мое продвижение”. Я сказала, что, возможно, сейчас они изменят свое мнение. Она рассказала о новом интересном человеке, с которым встречалась и который был похож на Алена Делона. Я спросила, одобрили бы его ее родители, и она сказала, что боится, что да. Она стала обсуждать свою проблему, касающуюся того, как следует говорить “нет” мужчинам, поскольку боялась их обидеть, и я попросила сестер помочь ей в этом, поскольку у них было больше опыта. Когда я подключилась к их веселой интимной беседе, группа прервала ее стуком в дверь и вызвала меня, чтобы сообщить, что они собираются занять позицию, обратную этой радости, и начинают высказывать беспокойство по поводу регрессии. Приближалась еврейская Пасха, которая, как и в прошлом году, могла привести к возникновению напряженности и конфликтам. Кроме того, Рахиль вновь готовилась к переезду, и нам следовало ожидать рецидива предыдущих проблем.

Пегги: Группа опять меня раскритиковала. Им кажется, что мы слишком хорошо проводим время. *(Сестры фыркают.)* Они обеспокоены тем, что может произойти на еврейскую Пасху или в случае, если вы опять попытаете переехать.

Рахиль сказала, что она уже заявила матери о своем нежелании участвовать в пасхальном ужине. Я попросила ее заранее подумать о реакции родителей, чтобы подготовиться к самому худшему. Каким образом они вновь могли бы втянуть ее в идущую между ними борьбу? Каким образом она сумеет справиться с чувством вины? Каким образом ей удастся удержаться от того, чтобы принять сторону одного из них? Чем может обернуться для отца этот ужин, если ее не будет рядом и некому будет оказать ему поддержку в противостоянии родительской семье матери? Рахиль ответила: “Мне просто придется отказаться от благородной миссии вечно ему угождать”. Мы внимательно рассмотрели все возможные ситуации, и Рахиль заявила, что уверена в том, что сумеет справиться с любой из них.

Перед самым концом сеанса я вернулась с последним переданным группой предостережением о преждевременном оптимизме.

Пегги: Группа настроена не столь оптимистично, как мы. Они опасаются, что у вас вновь наступит депрессия, и это, вероятно, случится в период еврейской Пасхи или если вы уедете от родителей. В связи с этим они рекомендуют, чтобы вы преднамеренно изыскивали возможность впасть в депрессию в этих двух случаях.

Рахиль: А что, если я не сумею?

Пегги: Постарайтесь ее почувствовать. Постарайтесь вернуться к тем ощущениям, которые у вас были, или... (*Громкие стоны и смех со всех сторон.*) Вам вовсе не нужно возвращаться на исходные позиции.

Рахиль: Я не знаю, чего вы просите. Я хочу уметь справляться с любыми подобными ситуациями.

Пегги: Тогда практикуйтесь в них.

Рахиль: Хорошо.

Мы решили, что наступило время вновь привлечь родителей, поскольку мы опасались, что они будут по-особому реагировать на новую Рахиль.

На этот сеанс собралась вся семья. Рахиль выглядела потрясающе со своей новой прической, в новом платье, с новой косметикой и сияющим выражением лица. Она начала интервью следующими словами:

Рахиль: Я молодец. Я никогда не была большим молодцом.

Пегги: Расскажите мне об этом.

Рахиль: Первое — я влюбилась.

Пегги: Влюбилась? Уж не в мужчину ли? (*Смех.*)

Рахиль: Да, в мужчину — и в действительно восхитительного мужчину.

Пегги: Еврея?

Рахиль: (*С досадой.*) Да. Это его единственный недостаток, но он тоже не хотел еврейку, и поэтому мы решили, что не будем обращать на это внимания. У нас обоих нет всех тех качеств, которых мы старались избежать.

Пегги: Хорошо. По крайней мере, вы на равных.

Отец: Может быть, вы оба перейдете в другую веру? (*Дружный смех.*)

Рахиль: Он-то как раз и выглядит как Ален Делон. Все складывается очень хорошо. Он очень добрый и чувствительный. Нам очень весело. Он меня любит, и я живу на Манхэттене, работаю в рекламе, и у меня масса перспектив по работе.

Родители дружно выразили свое удовлетворение происшедшими с Рахилью переменами и только однажды попытались воспользоваться ее новым романом как отправной точкой для реанимирования своих старых разногласий.

Этап 2. Переопределение супружеских отношений

Сейчас уже было вполне ясно, что у родителей никогда не будет спокойных отношений и, скорее всего, они будут продолжать эту борьбу до конца дней своих. Главным здесь было то, что Рахиль больше не принимала участия в их битвах. Ей удавалось держаться в стороне от этой борьбы, и я описала отношения родителей как глубокую и продолжительную связь между двумя непоколебимыми и равными противниками с твердыми несовпадающими воззрениями, которые они выражали без всяких околичностей по любому вопросу. Поскольку это был их способ любить друг друга, они определенно не нуждались ни в каком постороннем вмешательстве. К моему удивлению, отец с этим согласился: “После всего высказанного и сделанного мы просто созданы друг для друга”. Мать также признала, что раз уж они постоянно воевали между собой, значит находили в этом какое-то развлечение для себя.

Наша встреча была назначена через месяц, и я сказала, что это даст нам необходимое время, чтобы увидеть, способна ли Рахиль

оставаться вне любовных отношений своих родителей. Если бы она почувствовала, что родители нуждаются в некоей третьей стороне, то ей следовало позвонить одной из сестер и попросить ее стать третьим участником. Сестры, громко протестуя, отклонили это предложение.

Стадия IX. Предписание ритуала расставания

В ходе дискуссии накануне сеанса мы пришли к решению, что если Рахиль сумеет сохранить свои достижения, то нам следует оформить ее уход от родителей в виде особой церемонии, предписав ритуал расставания.

Семья сообщила, что все проходит благополучно, а родители заявили, что с уходом Рахили они почувствовали большое облегчение, поскольку их жизнь стала значительно более мирной. Весь сеанс был посвящен похвалам в адрес семьи за те изменения, которые она осуществила, предсказаниям будущих источников проблем и высказываниям некоторых предложений о том, как их избежать. Сеанс закончился тем, что я предложила им организовать прощальный ужин в ознаменование того, что Рахиль стала женщиной и покидает родительский дом, на котором отец провозгласил бы тост за ее дальнейшую самостоятельную жизнь. Они откликнулись на это положительно, а Сэнди предложила запастись также и ручкой от метлы, через которую должна прыгнуть Рахиль, как принято на еврейских свадьбах, что будет символизировать начало новой жизни.

Последующее наблюдение

Последующее наблюдение, проводившееся через один, два и три года выявило, что Рахиль по-прежнему живет одна в своей собственной квартире, которую она очень любит, с восторгом относится к своей новой карьере и встречается с несколькими различными мужчинами. Родители по-прежнему любили друг друга характерным для них образом, но все три сестры оставались вне их отношений.

6. ВАРИАЦИИ НА ТЕМУ СТИЛЯ И ФОРМЫ ВМЕШАТЕЛЬСТВ

Каждая семейная дилемма отлична от всех остальных, и психотерапевт должен постараться согласовать метод вмешательства с конкретной формой дилеммы. Каждая форма вырабатывается порождающими ее особыми процессами, определяющей ее системой убеждений, а также индивидуальными свойствами личностей, в ней участвующих.

Хотя имеется широкий спектр общих категорий, на основе которых могут классифицироваться семейные проблемы, любая обладает своим собственным уникальным набором обстоятельств. Этой уникальностью и должен руководствоваться психотерапевт при разработке вмешательств, чтобы каждое из них было скроено по индивидуальному заказу и идеально отвечало конкретной форме проблемы. Например, обычное созвездие семьи включает сверхвовлеченную мать, дистанцирующегося отца и проблемного ребенка, который выполняет роль посредника между родителями. Для данной проблемы не существует никакого стандартного или хорошо отработанного решения. Оно может возникнуть только на основе мельчайших подробностей того, как эти трое людей сообщают разыгрывают данный сценарий. Блестящая гипотеза или гениальное вмешательство будут мало что значить, если психотерапевт не сумеет найти стиль общения, приемлемый для данной семьи. Важность умения разговаривать с семьей на привычном для них языке подчеркивается Вацлавиком и др. (1974) в книге “Изменение”: “А избранная тактика должна быть переведена на собственный “язык” данного человека; то есть она должна быть ему представлена в такой форме, которая использует его собственный метод концептуализации “реальности” (стр. 113).

У каждой семьи концепция действительности состоит из различного набора традиций, обычаев, ценностей и убеждений, которые отличают ее от любой другой семьи. Литературный пример процесса, через который проходит автор, стараясь выявить наиболее

характерные черты своего героя, мы находим в произведении Вирджинии Вульф “На маяк”. Пытаясь описать миссис Рэмсэй, Лили спрашивает себя: “Чем она отличалась от других? Какой дух жил в ней, этот существеннейший элемент, благодаря которому, случись вам обнаружить в углу дивана перчатку, вы бы немедленно определили по ее загнувшемуся пальцу, что она может принадлежать только ей?” (1964, стр. 57).

Именно этот “загнувшийся палец” характера семьи, тот особый способ объединения членов семьи вокруг центральной темы и будет главной заботой психотерапевта при разработке решений. Приводимые далее три случая служат иллюстрацией того, каким образом выбирались вмешательства, чтобы они могли отражать характер, стиль и убеждения семьи.

Использование сказки

Счастье достается через страдание

В приводимом случае терапевтическое предписание было дано семье в форме сказки, поскольку было решено, что это является наилучшей формой подражания мелодраматическому стилю семьи. С помощью такого несколько надуманного средства психотерапевт отразил то моральное рвение, с которым темы вины, раскаяния и страдания разыгрывались в данной семье.

Миссис К. позвонила в наше агентство и попросила помочь наладить отношения со своей пятнадцатилетней дочерью Робин, “поскольку она меня ненавидит”. В качестве второстепенных причин она упомянула также, что Робин не успевает в школе, страдает бессонницей, устраивает бурные сцены, находится в состоянии депрессии и постоянного беспокойства.

На первом сеансе миссис К., пришедшая в сопровождении Робин и одиннадцатилетнего сына Питера, излагала свои мысли в напыщенной театральной манере, жалуясь на нервное расстройство из-за того, что Робин всю ночь не давала ей уснуть. Робин заявила, что она может заснуть, только если не спит ее мать, поскольку ее мучают кошмары, в связи с чем матери приходилось бодрствовать до самой поздней ночи, ожидая, пока заснет Робин. Если мать засыпала раньше, Робин будила ее. Поскольку Робин боялась спать одна, она настаивала на том, чтобы спать вместе с

матерью. Хотя миссис К. считала это неправильным, она вынуждена была уступать, поскольку иначе Робин была не в состоянии подняться утром и получала плохие отметки в школе.

На протяжении всего сеанса Робин постоянно нападала на мать, обвиняя ее в том, что она “плохая мать”. Она порицала ее за развод, за то, что она украла у нее отца, пренебрегала ею и ее братом, вновь вернувшись на работу, а также за ее последнее преступление — обручение с человеком, которого Робин во всеуслышание не одобряла, потому что он принадлежал к другой религии. В подтверждение своих жалоб на мать Робин часто ссылалась на высказывания своего отца. Он был против развода и постоянно намекал детям на то, что миссис К. плохая мать и лишённая моральных устоев женщина, поскольку посмела разрушить семью. В жалобах Робин звучала уверенность в своей правоте, а миссис К. пыталась оправдываться в такой манере, которая была равносильна признанию своей вины. Питер время от времени пытался защищать свою мать от нападок Робин, но каждый раз отступал, не в силах перекричать сестру.

Вскоре стало ясно, что мать приняла на себя тяжесть вины за все, в чем ее обвиняла дочь, и была убеждена, что может оправдать себя, лишь постоянно угождая Робин. При более тщательном исследовании стало складываться впечатление, что мать готова на все, лишь бы искупить вину. Она прислуживала Робин за столом, одевала и раздевала ее, готовила ей ванну, ухаживала за ее ногтями, стирала ее белье, содержала в порядке ее гардероб, осыпала ее подарками и т.д. Чем больше она старалась искупить то, что считала своими “грехами”, тем больше требований предъявляла ей Робин. В конце концов она выходила из себя и начинала осыпать Робин бранью, доходя до рукоприкладства. В таких случаях Робин торжествующе воздымала свой перст — она не зря утверждала, что у нее плохая мать.

Когда жених матери, проживавший в соседнем городе, приезжал навестить ее в конце недели, Робин запрещала матери допускать его в свою спальню. Жениху приходилось спать на раскладушке, в то время как Робин располагалась в спальне матери. Жениха, разумеется, не устраивала такая зависимость матери от Робин, и он угрожал порвать всякие отношения. Мать приходила в отчаяние от мысли потерять его, поскольку он обладал “всеми, чего я когда-либо желала в мужчине”.

При обсуждении в группе мы сошлись на том, что мать разделяет убеждение Робин и своего бывшего мужа о том, что она согрешила и должна претерпеть страдания за свои грехи.

Поведение Робин “обеспечивало” ей пути к покаянию. Мы предположили, что миссис К. не могла принять счастья, предлагаемого ей женихом, до тех пор, пока она каким-либо образом не искупит своих грехов. Ее действия указывали на глубокую убежденность в том, что ее счастье должно быть заслужено через страдание. Если бы Робин перестала ее провоцировать, то у нее не осталось бы способа заслужить свое счастье, поскольку Питер оказывал ей поддержку.

Мы сошлись на том, что прямой подход — указание матери не стараться больше угождать своей дочери — скорее всего, окажется несостоятельным, поскольку это было бы посягательством на оберегаемое, как зеницу ока, убеждение. Вместо этого было решено, что мы сформулируем данное убеждение именно в том виде, каким хранил его в неприкосновенности каждый член семьи, и предпишем его через ритуал. Мы начали искать способ осуществить это в пределах собственного универсума семьи, и нас осенила идея представить данное убеждение в форме сказки. Психотерапевт сказала семье, что их обстоятельства напоминают ей одну сказку, которую ей в детстве рассказывала бабушка, и поведала им следующую историю.

Когда-то давным-давно у самого моря было одно королевство, и правил им мудрый и справедливый государь. Этот государь установил для себя и своих подданных очень строгие правила и высокие ценности, которым все должны были подчиняться. Главное правило состояло в том, что счастье не дается даром и люди должны платить за него соответствующую цену. Цена счастья измерялась страданием, и степень страдания должна была равняться степени счастья, которое человек себе искал. Этот закон почитался всеми.

Жила в этом королевстве одна прекрасная дама королевской крови. Ее муж ушел на битву и не вернулся. Ей самой пришлось растить своих сына и дочь, и она прививала им те же самые моральные ценности, которые почитала и которым следовала сама. (*Мать начала плакать.*)

Однажды ей нанес визит принц из соседнего королевства. Он увидел эту благородную даму и тотчас в нее влюбился. Он стал за ней ухаживать и просить ее руки. Она дала ему свое согласие, но сказала, что прежде всего им следует испросить разрешения у короля. Когда они предстали перед королем, он сказал этой благородной даме: “Я вижу, что ты очень любишь этого человека, но прежде чем я дам тебе разрешение выйти за него замуж, ты должна ответить на один вопрос. Заслуживаешь ли ты этого счастья? Достаточно ли ты страдала, чтобы заслужить его? Счастье, которое ты себе рисуешь, кажется великим и прекрасным, и твое страдание должно быть столь же глубоко, как велико будет твое счастье”. И взглянув в самые сокровенные глубины своей души, благородная дама должна была признать, что еще недостаточно страдала, чтобы заслужить свое счастье. Тогда король повелел ей возвращаться домой и в течение следующей недели придумать способ продолжить свои страдания.

Благородная дама вернулась домой и поведала детям о своем горе. Она была в полном отчаянии, поскольку никак не могла придумать, каким образом могла бы так сильно страдать, чтобы заслужить столь огромное счастье, от которого иначе вынуждена была отказаться. Но дочь поспешила на выручку матери. Она знала, что самое ужасное, что может испытать ее мать, — это почувствовать, что была плохой матерью своим детям. Той же ночью дочь, закутавшись в простыню и изображая привидение, стала бродить перед спальней своей матери, завывать на разные голоса, рвать на себе волосы и выкрикивать: “Ты была плохой матерью! Ты погубила своих детей! *(Робин конфузится и начинает кусать ногти.)* Если ты выйдешь замуж за принца, ты навеки покинешь своих детей.

Эти завывания разбудили сына, он подбежал к сестре и закричал на нее: “Как ты можешь творить такое? Ты же знаешь, что наша мать души в нас не чает и заботится о нас как только может. Дочь прошептала: “Замолчи, ты ничего не понимаешь. Я стараюсь спасти нашу мать, чтобы она могла заслужить свое счастье через страдание. *(Мать начинает смеяться, и Питер с Робин следуют ее*

примеру.) Тогда сын ответил ей: “Какая ты прекрасная дочь, раз так заботишься о своей матери!” Мать, не помня себя, бросилась к окну и терзая свою грудь, прокричала в ночь: “Я плохая мать! Я погубила своих детей!”

Услыхав ее крики, король призвал ее в свой замок и объявил: “Наконец-то ты испила всю чашу страданий. Самое плохое, что может почувствовать женщина, — то, что она была плохой матерью своим детям. Ты заслужила свое счастье и теперь можешь выйти замуж за принца”. *(Мать то смеется, то плачет. Робин нервно улыбается и еще энергичней кусает ногти, а Питер глядит в смущенном изумлении.)*

Под конец психотерапевт сказала, что Робин можно уподобить дочери из этой сказки, так как она, по-видимому, чувствует, что ее мать страдала еще недостаточно, чтобы заслужить возможность нового счастья. Поэтому Робин должна каждую ночь закутываться в простыню, чтобы быть похожей на привидение, и расхаживать перед спальней своей матери, завывать на разные голоса, рвать на себе волосы и бранить свою мать за то, что она была плохой матерью. Она должна делать все, чтобы мать ночью не могла уснуть, а утром мать должна ее благодарить, потому что только так она сможет заслужить свое счастье. Питер должен будет следить за тем, чтобы Робин не забывала о своих обязанностях.

После минутного размышления Робин ответила: “Но ведь тогда мне придется не спать всю ночь”. На что мать ответила: “Ты ведь все равно не спишь. А так тебе будет чем заняться”.

Под конец сеанса Робин заявила: “Я решила, что вовсе не хочу не давать маме спать, разгуливая перед ее дверью”. Психотерапевт спросила: “Тогда как же ты сможешь заставить ее страдать?” После напряженных минутных размышлений Робин ответила: “Я просто буду ужасна”. Психотерапевт спросила: “Каким же образом ты будешь ужасна?” Она ответила: “Я не знаю”. Но затем добавила с горячностью: “Я заставлю ее покупать мне разные вещи, а, кроме того, буду просить у нее такое, чего она не в состоянии мне дать”. Ее лицо вдруг озарилось неожиданной мыслью: “Я могла бы заболеть и тогда уж буду ныть без конца”. По мнению психотерапевта, этого было недостаточно и она могла бы делать все это помимо расхаживания перед спальней. Чем больше психотерапевт настаивала на этом задании, тем больше сопротивлялась Робин. После

долгих препирательств психотерапевт согласилась на то, что она будет рассказывать перед спальней один раз в неделю.

Перед уходом Робин отказалась и от этого, заявив: “Я не хочу этого делать, я и сейчас уже очень устала, а потом устану еще больше, потому что в понедельник я иду в гости”. Мать с серьезным видом начала ее укорять: “Но ведь ты же делаешь это не для себя, ты делаешь это для меня”. На что Робин с возмущением возразила: “Я не хочу для тебя этого делать, почему я должна жертвовать собой ради нее?” Психотерапевт ответила: “Потому что хорошая дочь обязана это делать”.

Встреча была назначена через месяц, но уже через три недели психотерапевт получила письмо от миссис К., в котором она сообщила, что Робин не желает больше приходить ни на какие семейные сеансы. Она отметила, что у Робин внезапно возникло множество дел со своим другом, и она видела ее только мельком. Девочка казалась вполне счастливой, и было даже приятно иногда с ней побыть. Миссис К. закончила письмо сообщением о скором бракосочетании со своим женихом. Под письмом стояла подпись: “Благородная дама”.

Это является редким примером, когда семья совершила моментальный отход и не нуждалась в последующем наблюдении за парадоксальным вмешательством. Мы можем лишь предположить, что, прослушав рассказ о самих себе, переданный в утрированной форме, семья разрушила “защитное”, которое сама на себя наложила.

Использование церемонии

Изгнание призраков

В описываемой ниже семье в процессе уже долгой психотерапии выяснилось, что темой, наиболее близко относящейся к обозначившейся проблеме, является присутствие призраков из прошлого. Одной из причин, по которой мы не сумели установить это в самом начале, было то, что проблема казалась вполне заурядной, весьма распространенной в смешанных семьях, и мы предполагали, что она среагирует на обычный подход с перестройкой центрального треугольника. Когда семья на него не откликнулась, мы осознали, что не сумели ухватиться за важные ключи, относящи-

еся к прошлому, которые они нам давали. Исследуя эту область, мы обнаружили два призрака, появившихся в этой семье: первый в виде покойного мужа/отца, а второй — призрак тоски по родине. Они стали запретными темами, вокруг которых в течение многих лет нагромождались тайные фантазии, мифы и домыслы. Хотя о них никогда вслух не упоминалось, эти призраки оказывали огромное молчаливое влияние на все повседневные события и нашли свое выражение в обозначившемся симптоме. Мы применили две церемонии в качестве средства объединения семьи за счет символических актов, которые демистифицировали тайные фантазии: траурную церемонию изгнания призрака покойного мужа/отца и праздничную церемонию для преодоления призрака тоски по родине.

Новый муж, мистер Н., попросил провести курс терапии, поскольку между ним и его женой возник острый конфликт по поводу того, каким образом нужно воспитывать Ли, тринадцатилетнего сына миссис Н. от первого брака. На первом сеансе мистер Н., высокий солидного вида негр, заявил, что он и его жена Соня, нордического типа красавица с длинными светлыми волосами, очень любили друг друга и были очень счастливы вместе. Единственное, в чем они расходились с самого первого для своего брака, — это в методах воспитания Ли. Мистер Н. считал, что миссис Н. испортила Ли, а миссис Н. казалось, что мистер Н. очень с ним строг. С течением времени позиция каждого из них лишь ужесточилась, и миссис Н. вставала на защиту Ли каждый раз, когда ей казалось, что мистер Н. может причинить ему душевную или физическую боль. Это лишь усиливало гнев и отчаяние мистера Н. до того, что он готов был поколотить пасынка. У него не возникало никаких затруднений с Ламаром, одиннадцатилетним братом Ли. В облике двух братьев наблюдалось поразительное различие. Похожий на мать Ламар имел светлую кожу и голубые глаза, в то время как Ли был темнокожим, с кудрявыми черными волосами.

Из их истории выяснилось, что миссис Н., приехав в эту страну из Норвегии в возрасте 19 лет, вышла здесь замуж за Леопольда, чернокожего. Когда Ламару был год, а Ли три года, Леопольд пошел служить в торговый флот, а через несколько месяцев пришло сообщение, что он без вести пропал в море. Он исчез с судна, и его тело так и не было найдено. В официальном сообщении было сказано, что его смерть произошла “по причине несчаст-

тного случая”, но в описании миссис Н. прозвучал намек на то, что это было самоубийство. Он находился в крайне подавленном состоянии и писал домой письма с постоянным упоминанием смерти и дня страшного суда. Миссис Н. не могла примириться с мыслью о его самоубийстве и объясняла смерть мужа тем, что он потерял сознание во время одного из своих приступов депрессии, упал за борт и ударился головой о корпус судна. Мистер Н., лучший друг Леопольда, пришел утешить миссис Н., и через год они поженились.

Миссис Н. выглядела расстроенной, когда говорила об этих событиях, мистер Н. был недоволен тем, что она о них рассказывала, и сообщил психотерапевту: “Она не хотела сюда идти, знала, что ее начнут расспрашивать обо всем этом, а ей трудно опять об этом говорить”. Мистер Н. объяснил, что годы после смерти первого мужа были для нее психически крайне тяжелыми, поскольку она осталась одна в чужой стране с двумя маленькими детьми на руках. Она пережила жестокую депрессию и несколько лет лечилась у психиатра. Сама миссис Н. утверждала, что разобралась со своими чувствами в отношении прошлого и не хотела бы к этому возвращаться, потому что они ничего общего не имеют с ее нынешними проблемами. Мистер Н. был в этом с ней заодно, и хотя психотерапевт и группа отметили остроту чувств, относящихся к прошлому, они решили с уважением отнестись к пожеланиям супружеской четы оставаться в настоящем и сосредоточили свое внимание на перестройке центрального треугольника между мистером и миссис Н. и Ли. Проблема естественного родителя, защищающего своего ребенка от приемного родителя, является вполне обычной и часто ослабевает в ответ на прямое научение. Миссис Н. было дано указание не вмешиваться в разногласия Ли и мистера Н. и давать им возможность самим улаживать свои отношения. Родители согласились с необходимостью воспитательного плана и были последовательны, действуя по установленным правилам. Однако это весьма мало сказалось на остроте негативных чувств мистера Н. по отношению к Ли. Похоже было, что он одержим стремлением бранить и наказывать его.

Группа предположила, что поведение мистера Н. могло быть каким-то образом связано с призраком Леопольда, и психотерапевт вернулась к исследованию этого вопроса на сеансе, проведенном только с родителями. (Чувствовалось, что в отсутствии детей они будут свободнее говорить об этом происшествии.)

На этом сеансе было обнаружено: мистер Н. уверен в том, что миссис Н. по-прежнему любит Леопольда, что он, возможно, был все еще жив (доплыв до острова) и однажды может постучаться в их дверь. И тогда миссис Н. уйдет с ним. Он чувствовал, что она была очарована “темной стороной” его личности и испытывала к нему влечение, поскольку он “подмял” ее. Миссис Н. была удивлена, узнав о его фантазиях, и сказала, что они полностью безосновательны: она более не испытывала никаких чувств к Леопольду, никогда о нем не думала и, разумеется, никогда бы не ушла с ним, случись ему объявиться; к тому же это совершенно невозможно. Мистер Н., казалось, почувствовал большое облегчение и сказал, что ему было очень важно услышать все это. От дальнейших расспросов о своих супружеских отношениях эта пара осмотрительно уклонилась, поскольку между ними был уговор никого не посвящать в эту область.

При обсуждении Ли психотерапевту стало известно, что он был вылитым портретом Леопольда и обладал многими из его качеств. Этим объяснялась острота чувств мистера Н. по отношению к Ли, которого он, без сомнения, воспринимал как перевоплощение Леопольда и грозного соперника в борьбе за любовь жены.

Психотерапевт попросил разрешения родителей провести сеанс с детьми, чтобы выяснить их мысли и чувства о смерти отца; оба согласились.

На этом сеансе выяснилось: дети также полагали, что их отец, возможно, по-прежнему жив и однажды может найти их по телефонной книге. Однако они не считали, что мать к нему вернется; надеялись, что она этого не сделает, поскольку это разрушит семью, в которой они были счастливы.

На консультации психотерапевт и группа согласились, что семья по-прежнему преследовал призрак Леопольда и функция этого призрака заключалась в том, чтобы скрывать некоторые невыясненные вопросы отношений между мистером и миссис Н. Миссис Н., должно быть, посылала мистеру Н. сообщения о том, что он в каком-то смысле был неадекватен как муж, а мистер Н. воспринимал это как ее безнадежную любовь к Леопольду. Его намеки на очарованность жены “темной стороной” личности Леопольда указывали на то, что он ощущал отсутствие у себя определенного очарования, которым обладал Леопольд. Миссис Н. вполне искренне это отрицала, но поскольку не желала обсуждать этот период своей жизни и стремилась избегать болезненных вопросов,

мистер Н. предположил, что она по-прежнему любила первого мужа. Эти скрытые домыслы он хранил в тайне, и Ли, так похожему на Леопольда, приходилось на себе испытывать всю силу его гнева. Первая терапевтическая задача состояла в том, чтобы навсегда упокоить призрак Леопольда, поскольку все остальные вопросы оказывались скрытыми в его тени. Была выработана траурная церемония, в которую вовлекалась вся семья. Поскольку годовщина смерти Леопольда приходилась на День Поминовения, мы избрали для церемонии именно этот день. Психотерапевт зачитал семье следующее послание:

Группа уверена в том, что призрак Леопольда по-прежнему продолжает жить в этой семье. Поскольку Ли так сильно похож на Леопольда и является постоянным напоминанием о нем, нет ничего удивительного в том, что он является источником проблем между мистером и миссис Н. Мы уверены, что для этой семьи важно похоронить своего мертвеца, чтобы они могли жить в настоящем и чтобы Ли при этом был избавлен от своего непосильного груза.

Поэтому мы предлагаем им возложить венок на могилу Неизвестного Солдата в День Поминовения и сказать “прощай” Леопольду в ходе надлежащей церемонии, а годовщину смерти Леопольда отметить минутой молчания.

Последовала долгая пауза, после которой мистер Н. сказал: “Мне кажется, здесь есть известная доля истины, и, возможно, это будет очень красиво. Возможно, нам следует определить какой-то день в году — что-то типа годовщины, если хотите. Как я сказал раньше, Леопольд — мой друг”.

Оба мальчика улыбнулись, а миссис Н. облегченно вздохнула.

Семья провела церемонию по собственному обычаю, возжигая свечи, читая молитвы, делясь добрыми воспоминаниями о Леопольде и таким образом, отмечая годовщину его смерти.

Эта церемония сместила центр внимания с Леопольда и Ли на супружеские отношения, которые, как было обнаружено, преследовались еще одним призраком — тоской по родине. Психотерапевт узнала, что миссис Н. тосковала по своей родной Норвегии и уже много лет мистер Н. испытывал в душе тайный страх, что

она когда-нибудь вернется туда жить вместе с детьми. Они никогда открыто этого не обсуждали, но вопрос, хоть и невысказанный, неизменно присутствовал между ними. Миссис Н. отрицала свои намерения навсегда вернуться в Норвегию, но признала, что постоянно испытывает тоску по родине с тех пор, как приехала в эту страну. Она уже пыталась однажды вернуться, но увидела, как там все изменилось, и не захотела остаться. Однако ей постоянно недоставало ее семьи, культуры, музыки, пищи и обычаев, и она постоянно сравнивала их с тем, что видела в Америке, и всегда не пользу последней. Мистер Н. и дети были весьма встревожены ее привязанностью к своей родине и старались удержать от разговоров о ней. Данный запрет заставлял ее чувствовать себя еще более изолированной и отрезанной от своих корней, что ее крайне удручало.

Для того чтобы избавить ее от этого запрета, мы предписали еще одну церемонию. Мы предложили мистеру Н. и детям, чтобы они, поскольку мать не собирается возвращаться в Норвегию, возвратили Норвегию ей. Мы пояснили, что это, возможно, уменьшит ее тоску по родине. Мы порекомендовали им через три недели, на день ее рождения преподнести ей сюрприз: объявить его “Днем Норвегии” и организовать день Норвежских празднеств. Дети были в восторге, а мистер Н. без возражений согласился подготовить все необходимое для этих празднований.

Все трое не пожалели сил — готовили норвежские национальные блюда, украшали дом, разучивали норвежские танцы и музыку, извлекли на свет старые пластинки и альбомы с фотографиями, пригласили норвежских друзей и заказали телефонные переговоры с семьей матери в Норвегии.

Миссис Н. была крайне растрогана тем, что ее родина заслужила таких почестей, а те чувства, которые она к ней испытывала — признаны и уважаются теми, кто ей очень дорог. Мистер Н. и сыновья получили указание и в дальнейшем поощрять ее к открытому проявлению этих чувств.

Сами по себе эти церемонии не могли решить всех проблем между мистером и миссис Н., которые продолжили курс уже супружеской психотерапии, но они позволили извлечь эти призраки на свет божий и объединить семью при помощи символических актов, покончивших с ними. Как указывается у М. Сельвини Палаццоли и др., “ритуал является средством не только избежать словесного обсуждения различных норм, которые на данный мо-

мент до бесконечности затягивают семейную пьесу, но и ввести в систему ритуализированное предписание иной пьесы, нормы которой молча занимают место старых норм” (1978, стр. 96).

Изменение невидимого треугольника

Не становись похожим на отца

В приводимом далее случае разведенной семьи в качестве главных объектов вмешательства были избраны невысказанное повеление отсутствующей матери и отношение, в котором находились к нему различные члены семьи. Группа стала средой, через которую получали выражение на словах повеления отсутствующей матери семнадцатилетнему сыну. Сын, выполняя эти повеления через свое провокационное поведение, лишал семью возможности совершить переход от предразводного состояния в послеразводное. Группа, действуя в качестве заместителя матери, выработала и предписала повеление, в то время как психотерапевт поддерживал отца в противодействии ему. Данный запланированный раскол между психотерапевтом и группой являлся отражением раскола в семье. Существующий треугольник доводился до такого состояния, когда его участники вынуждены были перегруппироваться по-иному.

Отец, мистер С., попросил оказать ему содействие в отношении сына Гордона, поскольку тот был совершенно неуправляем и непочтителен к нему, крал у него деньги, отказывался учиться и постоянно дрался со своим двадцатидвухлетним братом Стюартом.

На первом сеансе мистер С. сообщил, что он и его жена развелись двумя годами раньше, и за это время она вновь вышла замуж и уехала в Калифорнию. Двое сыновей предпочли остаться с мистером С., чтобы без перерывов продолжать обучение в школе и работу.

Стюарт вел бизнес вместе с отцом и внешне очень на него походил. Оба солидно одевались, носили небольшую аккуратную бородку и были тщательно подстрижены. Гордон, в противоположность им, одевался кое-как, носил длинные неухоженные волосы и вел себя вызывающе. На протяжении всего сеанса он с презрением высказывался о бизнесе, ценностях и образе жизни своего отца.

Стюарт взял на себя родительскую роль по отношению к Гордону и критически относился к непоследовательности отца в ме-

годах его воспитания. Мистер С. признался, что не в состоянии справиться с Гордоном, он понимал, что его методы непоследовательны, но по каким-то необъяснимым причинам не мог заниматься его воспитанием со всей строгостью. Он постоянно отрекался от своей роли родителя, звонил в Калифорнию своей бывшей жене каждый раз, когда Гордон преподносил ему очередную проблему, и даже заручился ее поддержкой, чтобы уговорить Гордона пройти курс психотерапии.

По словам мистера С., данная модель действовала на протяжении всех двадцати лет их супружества. Миссис С. занималась воспитанием детей, мистер С. “прятал голову в песок”, и миссис С. жаловалась на его самоустраненность. Когда же мистер С. пытался подключиться к воспитанию детей, она примерно так критиковала его неумение: “Ты просто не знаешь, как нужно обращаться с Гордоном” — с чем мистер С. каждый раз соглашался.

Наша первая гипотеза, сформулированная в конце первой сессии, состояла в том, что поведение Гордона служило целям удержания всех членов семьи в привычных им ролях, разыгрываемых вокруг темы компетентности и некомпетентности. Благодаря своему провокационному поведению он удерживал мать в ее позиции компетентной стороны, отца — в его позиции некомпетентной стороны, а Стюарта — в его позиции старшего ответственного брата. Если бы Гордон перестал вести себя неподобающим образом, то им всем пришлось бы отказаться от своих ролей, доставшихся им от той семьи, что была в прошлом, и взять на себя новые роли, основой которых была бы уже нынешняя распавшаяся семья.

Если бы отец стал последовательным, то, несомненно, Гордон начал бы относиться к нему с бóльшим уважением, но это сказало бы на отношениях отца и Гордона с матерью, которая очевидным образом оставалась тесно вовлеченной в жизнь семьи. Точная природа ее вовлеченности на тот момент была неясна, но мы предполагали, что она была бы раздосадована, если бы отношения между Гордоном и отцом изменились. Наша дилемма была отражена в первом сообщении группы:

Ваша проблема ставит дилемму и привела к моему размежеванию с группой. Я уверена, что ответ на вашу проблему довольно прост: отец, вам следует принять на себя роль главы семьи, быть последовательным в своих методах воспитания и поддерживать порядок твердою ру-

кой. Если бы вы это делали, то я вполне уверена, что Гордон отказался бы от своего провокационного поведения, вырос бы и превратился в зрелого человека. Группа тоже считает, что это было бы эффективно и, возможно, привело бы к желаемому изменению, но они при этом опасаются последствий, которые едва ли вас устроят. Если бы вы поступили таким образом, то Гордону пришлось бы отказаться от дальнейших попыток восстановить разбитую семью. Своим неприемлемым поведением он как бы удерживает всех членов семьи в прошлом: мать — в качестве сильной личности, которая руководит отцом, отца — в качестве мягкосердечного родителя, который нуждается в ее руководстве, а Стюарта — как своего ответственного старшего брата. Отказаться от этого будет весьма непросто для каждого члена семьи. В связи с этим группа полагает, что вы, мистер С., должны оставаться непоследовательным, чтобы Гордон мог продолжать реанимировать семью из прошлого.

Мистер С., не чуждый психологии и философии, был очарован этим сообщением и после долгого молчания заявил: “Это очень глубокая мысль”. Психотерапевт попросила его не прекращать своих размышлений об этом и решить, кто здесь прав — психотерапевт или группа.

Сообщение получило резонанс в данной системе и незамедлительно внесло напряженность в треугольник между матерью, отцом и Гордоном. Отец стал более твердым с Гордоном, который пожаловался на него матери. Мать отчитала за это отца, который в ответ послал ей копию нашего сообщения. Мать отнесла послание своему психиатру, поскольку не сумела его понять.

Гордон, изумленный тем, что отец осмелился предпринять конкретные действия, явился на следующий сеанс, не скрывая своего гнева, и потребовал очного свидания с группой, поскольку не был согласен с сообщением. Семью препроводили за прозрачное зеркало и представили группе. Гордон сказал им: “Я полагаю, что в чем-то вы правы, но не достаточно много о нас знаете, чтобы принять такое решение”. Своим молчанием группа дала ему понять, что вполне понимает его чувства.

После возвращения в кабинет, где проходило интервью, он спросил психотерапевта, следует ли ему продолжать курс. Она

посоветовала ему обратиться с этим вопросом к отцу, который вновь отослал его к психотерапевту, а та продолжала настаивать на своем, пока он, наконец, не сказал многозначительное “да”.

Гордон захотел спросить у матери, должен ли он ходить на сеансы, и сообщил, что часто с ней разговаривал с тех пор, как отец за него взялся. Мы обнаружили, что Гордон не только сообщал матери обо всем, что говорил и делал отец, но мать также и высказывала свое мнение о его поведении. В течение многих лет она порицала его методы ведения бизнеса, его отношения со своей расширенной семьей, которые она называла не иначе, как его консервативными и ханжескими взглядами на жизнь, и вообще все его поступки в целом.

Становилось все более очевидным, что проявить уважение к отцу значило для Гордона предать наиболее сокровенные убеждения, которые мать лелеяла в отношении него. Вместо этого он предпочел оставаться в семье глашатаем матери посредством своего презрительного отношения к отцу и брату.

Работая над определением поведения Гордона как служащего для удержания всех членов семьи в старых, привычных для них ролях, группа добавила новое измерение, заявив, что оно было также его способом заверения матери в том, что он не окажется похожим на отца. Психотерапевт пришла на сеанс с предложением от группы: Гордон должен сообщать матери по телефону каждый раз, когда будет вести себя нехорошо, чтобы она не волновалась о том, что он собирается пойти по следам отца и превратиться в консерватора. Отца попросили не обсуждать поведение Гордона с матерью, а оставить это полностью на усмотрение Гордона, поскольку они были уверены, что на него можно положиться — он будет сообщать ей обо всем со всеми подробностями. Эта задача возложила на Гордона обязанность сообщать о своем плохом поведении в положительной его интерпретации, чтобы это служило интересам матери и лишало отца возможности постоянно обращаться к ней за советом. Позиция психотерапевта, в отличие от группы, состояла в том, что отцу следует продолжать заниматься воспитанием Гордона, в связи с чем у него отпадет необходимость звонить матери.

Стюарт был крайне изумлен пронизательностью группы и воскликнул: “Это просто удивительно! Ведь наша мать всегда советовала нам не быть похожими на отца. Как они об этом узнали?”

Вводный диалог следующего сеанса передается в дословном изложении, чтобы в точности передать воздействие данной задачи.

Психотерапевт: Ну что ж, Гордон, группа хотела бы знать: сколько раз за этот месяц тебе пришлось звонить матери?

Гордон: Я говорил с ней пару раз.

Психотерапевт: Ты всего пару раз вел себя плохо?

Гордон: Я не звонил ей из-за того, что плохо себя вел. Я звонил просто, чтобы с нею поговорить.

Психотерапевт: Но ведь предполагалось, что ты будешь звонить и рассказывать ей о тех случаях, когда ты вел себя плохо.

Гордон: Я знаю, но я не считаю, что вел себя плохо.

Психотерапевт: (С недоверием.) Ты, значит, полагаешь, что не вел себя плохо с того момента, когда был здесь последний раз? (Обращаясь к отцу.) Что вы об этом думаете?

Отец: Я могу с этим согласиться. (Стюарт поддерживает отца: “Ничего существенного”.)

Гордон: (С сияющим видом.) Вы творите здесь чудеса! Я не делал ничего плохого. Я старался вести себя так, чтобы мне не пришлось звонить маме.

Психотерапевт: Но как же тогда она узнает, что ты не собираешься быть похожим на своего отца? (Все трое смеются.)

Гордон: Ну, он не такой уж и плохой... я хочу сказать... ну, иногда он ничего. (Он краснеет и смущенно смеется, но тут же начинает критиковать отца.)

После этого завязался оживленный спор, в ходе которого Гордон поочередно то восхищался, то оправдывал, то критиковал, то осуждал своего отца. Мистеру С. удавалось выдерживать все нападки, не сдавать своих позиций и не извиняться.

Поскольку Гордон стал относиться к отцу с большим уважением, для него возникла опасность доказать этим неправоту своей матери, и группа решила отправить следующее сообщение:

Группа хочет сказать, что сейчас, когда ты начал относиться к своему отцу с большим уважением, тебе нужно чаще звонить матери и заверять ее в том, что ты по-прежнему ей верен. Но ни при каких обстоятельствах ты не должен сообщать ей о том, что твой отец изменился. Ее это очень огорчило бы, поскольку это означало бы, что она в нем ошибалась.

Вскоре после этого сеанса психотерапевту позвонила мать. Это предвиделось заранее, поскольку отец перестал ей звонить и спрашивать совета, а Гордон стал гораздо реже звонить и сообщать все подробности жизни своего отца. Она хочет знать, что происходит, ведь Гордон сообщил ей, что отец обращается с ним несправедливо. Психотерапевт объяснила ей, что мы хотим помочь отцу занять твердую позицию по отношению к Гордону и тем самым снять с нее бремя, которое она несет все эти годы. Она сказала, что если бы нам это удалось, то это было бы больше, чем она когда-либо могла сделать, но она опасается того, что бывший муж может зайти слишком далеко. Психотерапевт пообещала постараться держать отца под своим контролем.

На следующем сеансе мистер С. сообщил о новой проблеме. Хотя в общем Гордон вел себя довольно хорошо — выполнял свои обязанности по дому, относился к нему с уважением, слушался его и т. д., — у него постоянно происходили стычки со Стюартом. Он провоцировал его: постоянно прерывал его разговоры по телефону, критиковал его внешность, на всю громкость включал свою стереосистему, когда Стюарт пытался уснуть, и любыми другими способами старался испортить Стюарту жизнь.

Психотерапевт и группа предположили, что поскольку Гордон стал с большим уважением относиться к отцу, то чувство неуважения к брату у него усилилось. Группа прокомментировала это следующим образом:

Поскольку Гордон перестал доказывать своей матери, что он не собирается походить на отца, он теперь старается доказать, что не собирается быть похожим на Стюарта. Ему следует звонить матери каждый раз, когда у него со Стюартом происходила ссора, и говорить ей, до какой степени он его не уважает. Это позволит не угасать пламени его верности.

Психотерапевт с этим не согласилась: для Гордона было очень важно уважать как отца, так и своего старшего брата. При этом Гордон встал и с ироническим видом подобострастно им поклонился. Отец изобразил из себя короля, а психотерапевт вручила ему воображаемые скипетр и корону: “Вам надлежит был королем в своем семействе и поступать соответственно сану”. Эта импровизация вызвала всеобщее веселье.

Отец открыл последний сеанс ярким докладом, посвященным Гордону, используя такие обороты, как “невероятно хороший”, “прекрасный”, “изумительный”, “просто восхитительный”. Гордон сиял от удовольствия, а Стюарт согласно кивал.

Гордон уже готов был отправиться на весенние каникулы к матери, и в последнем сообщении группа выразила надежду, что он не будет чувствовать себя обязанным плохо вести себя по отношению к матери, чтобы доказать этим свою преданность отцу. Отец заверил его, что в этом нет никакой необходимости.

Если бы психотерапевт всего лишь дала отцу наставление занять твердую позицию по отношению к Гордону, не принимая в расчет невысказанное повеление, весьма сомнительно, что Гордон отреагировал бы на курс психотерапии так, как это произошло. Мы убеждены, что изменение было вызвано благодаря сочетанию оказываемой отцу поддержки с одновременным зачитыванием сообщений, направленных на подрыв предыдущего воспитания.

7. ПРИМЕНЕНИЕ ПАРАДОКСА В МЕДИЦИНСКОЙ ПРАКТИКЕ

Эндрю Дж. Вайнштейн, доктор медицины

Данный случай включен в эту книгу по двум причинам: во-первых он освещает важную сторону медицинской практики — когда врачу приходится иметь дело с непокладистым пациентом, отказывающимся следовать его рекомендациям; во-вторых, он является примером того, как структурные и парадоксальные вмешательства могут с успехом сочетаться в педиатрической практике. Перед тем, как получить направление в мою учебную группу при Детской консультативной клинике в Филадельфии, доктор Вайнштейн прошел здесь же подготовку в области структурного подхода.

Структурный подход в том виде, как он был разработан Сальвадором Минухиным, является сплавом теории и практических методов, направленных на усиление границ между подсистемами семьи: ребенок и родитель, родитель и его родитель, старшие и младшие братья и сестры. Акцент делается на установление семейной иерархии, что осуществляется путем активного вмешательства психотерапевта в процессе сеанса. Это в корне отличается от внешней позиции, которую обычно занимает психотерапевт при парадоксальном подходе, зависящем от изменения вне сеанса.

С помощью консультационной группы доктор Вайнштейн весьма искусно чередовал, а временами и сочетал структурный и парадоксальный подходы, предписывая в какой-то момент гомеостазис в таком виде, чтобы изменить иерархию в семье.

Этот случай также является ответом на распространенный вопрос: “Может ли парадокс быть использован при работе с бедными семьями из национальных меньшинств?” Успешное применение парадокса зависит от способности психотерапевта представить вмешательство в рамках ситуативного контекста каждой конкретной семьи. Поскольку данная семья обратилась в лечебное учреждение, чтобы излечиться от физического недуга, доктор Вайнштейн пред-

писал симптоматическое поведение между матерью и сыном-астматиком в таком виде, как если бы это было медицинское предписание. Все вмешательства осуществляются в искреннем конкретном стиле, характерном для данной семьи.

Успешная медицинская практика неизменно является следствием нескольких основных навыков. Во-первых, способности распознать характерные проявления заболевания. Во-вторых, умения согласовать состояние болезни с эффективными модальностями курса лечения. В-третьих, способности помочь пациенту неукоснительно следовать упомянутым рекомендациям. В медицинских учебных заведениях вполне успешно обучают первым двум принципам, третий, как правило, рассматривается весьма поверхностно, если ему вообще уделяется внимание. Очень часто симптом пациента не исчезает, несмотря на верно поставленный диагноз и правильно подобранные терапевтические средства. Пациент не выздоравливает ввиду влияния целого ряда факторов. Одни вообще могут не осознавать, что больны. Другие предпочитают не принимать лекарства, поскольку либо не испытывают к ним доверия, либо опасаются отравления или возникновения зависимости, либо сомневаются в их эффективности, либо не имеют денег на их приобретение. Некоторые специально не лечатся, поскольку болезнь приносит им какие-то вторичные выгоды. В подобных случаях клиницисты бывают лишены возможности эффективно предписывать наиболее подходящие курсы лечения, способные поправить здоровье пациента.

Работая с больными детьми, клиницист должен суметь убедить не только родителей (обычно мать), но также и ребенка в необходимости следовать медицинским рекомендациям. Довольно часто можно наблюдать отношения детей-родителей, которые сложились в период болезни и не ослабевают, когда приходит помощь извне. Подобные случаи являются суровым испытанием терпения добросовестного клинициста и очень часто требуют психологического консультирования. Психиатры, психологи и работники социальной сферы часто оказываются ничем не лучше лечащих врачей, поскольку подобные семьи с тем же успехом игнорируют и их наставления. В таких случаях хорошо себя зарекомендовали парадоксальные вмешательства, использованные для изменения поведения, идущего вразрез с медицинскими рекомендациями.

В данной главе будет проведен обзор курса, примененного к семье, в которой был мальчик с острой хронической астмой. После

того, как прямые вмешательства были отклонены семьей, парадоксальный подход весьма успешно “сдвинул” семейные взаимоотношения, которые благоприятствовали болезни.

Для сохранения конфиденциальности рассматриваемая нами семья будет носить фамилию Смит. Они были чернокожими горожанами, живущими на пособие. Миссис Смит, тридцати двух лет, была разведена со своим мужем, который навсегда исчез из ее жизни. Ее сыновья, одиннадцатилетний Раймонд и пятнадцатилетний Джеффри, ходили в местную школу, и Раймонд был отстающим. Раймонд, пациент-астматик, заставил попотеть два ведущих педиатрических госпиталя Филадельфии, куда он поступал с жестокими приступами астмы более 40 раз. За шесть месяцев до того, как состоялось интервью, семья поместила Раймонда в Детский госпиталь Филадельфийской аллергической клиники, где я проходил стажировку и работал над диссертацией. Еще в одной программе я участвовал в качестве вольного слушателя. Это была программа подготовки в области семейной терапии при Детской консультативной клинике Филадельфии (ДККФ), где моим научным руководителем была Пегги Пэпп. С 12 декабря 1977 года по 12 июня 1980 года было проведено пять интервью с семьей, в ходе которых Пегги Пэпп и еще пять стажеров вели наблюдение и делали свои комментарии, находясь по другую сторону прозрачного зеркала.

Первый сеанс

Ознакомление с проблемой

Семья Смитов обратилась в ДККФ в связи с тем, что поведение Раймонда в школе не соответствовало его возрасту. Его учительница была обеспокоена тем, что на уроках он был невнимателен и постоянно шалил. Миссис Смит уже много лет наблюдала его инфантильное поведение дома. Однако у нее не было полной уверенности относительно его этиологии. До решения прибегнуть к психотерапии она была уверена, что симптомы Раймонда были связаны с лечением и непосредственно с самой болезнью. Многие врачи говорили ей о том, что предписанный Раймонду курс лечения вызывал психическую неустойчивость и/или гиперактивность, и она вначале воспринимала поведение сына как неприят-

ный довесок к тем благам, что давала медицинская наука. Но подобное истолкование стало внушать ей сомнение после того, как она обнаружила, что хотя Раймонд и перестал принимать лекарства, его поведение осталось неизменным.

Во время нашего первого сеанса она заявила:

“Я больше не могу пользоваться этой астмой, как ко-
стылем. Я это делала, пока мне попросту не стало тош-
но. У меня нет оправданий не только перед ним, но и
перед другими людьми и перед самой собой. В субботу
доктор опять посадил меня на транквилизаторы, а я уже
сыта ими по горло. Этому пора положить предел. И в
этом виноват только он, и никто больше”.

Доктор Вайнштейн: Что же, по вашему мнению, происходит?

Миссис Смит: Похоже, он использует те преимущества, кото-
рые дает ему астма. Похоже, он знает, что у него опять может
случиться приступ. Если он не захочет чего-то делать, то он, по-
видимому, просто воспользуется своей болезнью и будет делать так,
как ему хочется.

Д. В.: Что вы имеете в виду? Он знает, что у него может слу-
читься приступ?

М. С.: Да, чтобы получить то, чего ему хочется.

Д. В.: А чего же он хочет, по вашему мнению?

М. С.: Когда я не уделяю ему слишком много внимания, у него
начинается приступ.

Д. В.: Как это происходит?

М. С.: У него просто начинается приступ.

Д. В.: В комнате? В доме, где всегда тепло?

М. С.: Да.

Д. В.: И где нет никакой собаки?

М. С.: У нас нет ни собак, ни кошек, ни пыли.

Д. В.: Таким образом, вы полагаете, что приступ может вызвать
только то, что вы не уделяете ему внимания?

М. С.: Главным образом, внимание. Психологическое.

Д. В.: Ты тоже это замечал, Джеффри? У тебя нет ощущения,
что если ты не обращаешь на брата внимания, у него случается
приступ? Тебя это беспокоит?

Джеффри: Угу!

Д. В.: И поэтому вы чувствуете себя обязанной проводить с ним кучу времени?

М. С.: Я чувствую, что мне следует это делать.

Хорошо известно, что такие симптомы, как одышка могут преднамеренно вызываться самими пациентами. Это часто наблюдается у малолетних пациентов с астмой, которые после плача вызывают у себя одышку. Острота симптома зависит от степени аллергетичности ребенка. Такие дети с самого раннего возраста обретают способность с помощью своей одышки держать под контролем всю семью. Семья, столкнувшись с подобного рода шантажом, как правило, быстро сдается, опасаясь стать причиной болезни ребенка. Подобная ситуация сложилась и в этой семье.

Было ясно, что Джеффри, брат Раймонда, приобрел в семье Смитов родительский статус. Миссис Смит разделила обязанности, связанные с заботой о Раймонде, между собой и Джеффри. Его обязанности распространялись фактически на все фазы семейной жизни, включая обеспечение своевременного приема лекарств. Семья испытывала денежные затруднения и недостаток мужской силы. Когда Джеффри спросили, нравится ли ему заботиться о здоровье Раймонда, он ответил “нет”. Однако миссис Смит обожала его:

“Видите ли, нравится это Джеффри или нет, от этого никуда не денешься. Ведь мы знаем, что если он не примет свои лекарства, то у него начнется приступ. И он, и я это знаем. Я не могу быть все время дома. Я должна ходить в магазин, по воскресеньям я посещаю церковь, иногда он идет со мной, иногда нет. Если я уйду куда-то вечером и знаю, что не вернусь домой до девяти, я поручаю Джеффри проследить за тем, чтобы Раймонд принял лекарства. Джеффри относится к этому как к своей работе. Он даже говорит: “Раймонд, лучше принимай свое лекарство”... Можете ли вы понять все, что я испытываю? Я должна проследить за тем, чтобы в девять он его принял. Знаете ли вы, что ночью я автоматически вскакиваю с постели, чтобы убедиться, что он принял свое лекарство? Затем я встаю в шесть утра, потому что мне нужно собрать их в школу. В течение суток мне не удастся по-настоящему отдохнуть. Я не могу

опять прилечь и поспать. Поэтому он должен понять, он должен осознать, что это касается не только его, это касается всех”.

Весь распорядок жизни семьи был привязан к графику приема лекарств Раймондом. Однако выяснилось, что, несмотря на все усилия семьи, Раймонд не принимал своего лекарства. Точное следование предписанному лечебному плану является залогом успешного лечения любой болезни. Нет ничего необычного в том, что отдельные индивиды стараются сохранять свои симптомы, отказываясь от приема лекарств. Но для клинициста весьма важно знать, является ли сохранение симптома вторичным по отношению к аллергии или же это результат несоблюдения режима приема лекарств.

Миссис Смит продолжила:

“Позвольте мне рассказать, что он сделал. Тут уж я по-настоящему вышла из себя. Этим утром меня не было в комнате, когда он принимал свои лекарства, и я сказала: “Джеффри, проследи, чтобы Раймонд выпил свои таблетки”. Он поймал брата на том, что тот засовывает таблетки в карман, а несколько недель назад я занималась стиркой. Обычно я вытряхиваю его карманы, потому что из-за него в стиральную машину попадают разные предметы — всякие там машинки и тому подобное, поэтому я и начала проверять его карманы и нашла там таблетки. Тогда я высыпала их на стол и спросила его: “Почему эти таблетки были в твоём кармане?” Он сказал, что не знает”.

Я извинился и покинул на время семью, чтобы проконсультироваться со своей учебной группой, с которой мы обсудили следующие важные моменты:

1. Раймонд не принимал лекарства с необходимой регулярностью, и это могло стать причиной его непроходящих симптомов, выразившихся в одышке.

2. Мать и Джеффри проявляли о Раймонде повышенное беспокойство из страха, что у него может внезапно произойти жестокий приступ астмы.

3. Раймонд обладает способностью вызывать одышечные симптомы по своему усмотрению и таким образом держит семью под своим контролем.

4. Сохранение у Раймонда инфантильного поведения, как предполагается, связано с той функцией, которую оно выполняет в семье, и не является вторичным по отношению к самой болезни или принимаемым лекарствам.

На основе данной информации мы сформулировали следующую гипотезу: астма Раймонда служила средством удержания его рядом с матерью и давала ему повод не взрослеть; она вынуждала мать постоянно заботиться о нем, обеспечивая ей повод не работать и не заниматься налаживанием собственной жизни; она также заставляла Джеффри выполнять роль скорее отца, чем старшего брата, и закрепляла его постоянное присутствие в этом жестко сплетенном трио.

Группа полагала, что важно знать, каковы были бы последствия в случае, если хотя бы одна из этих позиций была изменена. Все вместе мы обсудили такое вмешательство, которое могло бы прояснить этот вопрос. Решено было использовать Джеффри для того, чтобы выманить Раймонда из дома и тем самым ослабить его привязанность к матери. Поскольку Джеффри увлекался спортом, он мог брать Раймонда с собой и постепенно вовлечь его в свои игры.

Миссис Смит незамедлительно отвергла эту идею, заявив, что данный подход приведет к еще большей одышке. Джеффри, в противоположность ей, поддержал это вмешательство, делая упор на то, что Раймонду необходимо чаще бывать на свежем воздухе. Раймонд был амбивалентен. Последовавший за моим предложением разговор выглядел примерно таким образом.

Д.В.: Я продумывал такой вариант, когда бы эти двое братьев сошлись между собой.

Джеффри: Ты ведь понимаешь, что он хочет этим сказать.

М.С.: Нет, но представь себе только, что у него начнется приступ, а меня в это время не будет рядом.

Джеффри: Доктор хочет этим сказать: не сиди дома, а играй на улице, как все остальные. А это тебя как раз и не устраивает. Не переживай об этом так сильно.

М.С.: Я очень сильно переживаю.

Джеффри: Тебе не нужно так волноваться, дай ему стать самостоятельной и чем-то заняться.

Раймонд: Я только и делаю, что отдыхаю.

Джеффри: Вы оба постоянно чего-то боитесь.

Раймонд: Да, я только и делаю, что отдыхаю да отдыхаю. Она не дает мне играть на улице и заниматься спортом. Я к этому не

привык, и мне становится плохо. И мне все время хочется отдыхать, отдыхать, отдыхать, а если бы я стал играть и заниматься спортом — может быть, я и привык бы к этому.

Я вмешался и сказал, что необходимо выполнить ряд пробных физических упражнений под моим наблюдением здесь, в госпитале, чтобы конкретно определить, какое воздействие они окажут на его астму. Эта проба дала бы возможность окончательно выяснить, может ли Раймонд бегать, и проводилась бы в самых безопасных условиях. Миссис Смит отрицательно отреагировала на это предложение.

Я вернулся к консультационной группе, несколько разочарованный реакцией семьи на мои предложения. Миссис Смит отвергала все, что бы я ни предложил. Обсуждая с группой реакцию семьи, мы выдвинули гипотезу, что миссис Смит боится остаться одна, если Раймонд уйдет с Джеффри. Поскольку миссис Смит не откликнулась на прямой подход, использованный при попытке ослабить ее отношения с Раймондом, мы решили передать семье парадоксальное сообщение.

Вернувшись на сеанс, я сказал им, что после встречи со своими коллегами я пришел к выводу, что моя идея о том, чтобы Джеффри помог Раймонду начать заниматься спортом была недостаточно хороша, поскольку в этом случае Раймонд больше не сможет держаться за мамину юбку, а по всем признакам и мать, и Раймонд чувствовали, что он еще слишком молод для самостоятельных поступков. Я написал предписание в блокноте и передал его Раймонду. Предписание было таким: “Раймонд не должен делать никаких упражнений, а должен оставаться рядом с своей мамой”. Все трое выглядели совершенно ошарашенными. Джеффри отреагировал первым: “Ну, а как же школьный спортзал?” Я ответил: “Никаких упражнений и держись как можно ближе к маме, понятно?” Я назначил встречу через месяц и закончил сеанс.

Второй сеанс

Прошло целых четыре месяца, прежде чем состоялся второй семейный сеанс. Все предыдущие встречи срывались либо из-за плохой погоды, либо из-за гриппа, а однажды из-за того, что миссис Смит сделала аборт. За это время я несколько раз говорил

с миссис Смит по телефону и узнал, что Раймонд игнорирует мое предписание, выполняя физические упражнения на переменах и на уроках физкультуры. Я попросил миссис Смит проследить за тем, чтобы он вернулся к моему плану.

Я видел Раймонда один раз в январе в Аллергической клинике. У него было только два незначительных случая возникновения одышки, ни один из которых не потребовал неотложной медицинской помощи. Начиная с декабря, он ни разу не пропустил занятий в школе.

Семья пришла в клинику 10 апреля, поскольку учительница Раймонда опять начала жаловаться на то, что он невнимателен в школе и плохо следит за собой. Я несколько раз говорил с его учительницей, и она описала его поведение как незрелое, не несущее в себе признаков мозговых травм или неспособности к обучению. Миссис Смит была несогласна принять незрелость как единственное объяснение. Она все время старалась выяснить, не было ли у него трудностей с учебой. Джеффри, напротив, поддерживал мое определение и выступил поборником еще большей независимости Раймонда.

Д.В.: Послушай, Джеффри, ты полагаешь, что твой брат не способен хорошо следить за собой?

Джеффри: Нет.

Д.В.: Хорошо. А почему ты так считаешь?

Джеффри: Потому что он знает, как нужно за собой следить. Он слишком часто притворяется, вот и все.

Д.В.: Он очень часто притворяется?

Джеффри: Он всегда старается изобразить это так, как будто с ним что-то не в порядке. А у него все в полном порядке.

Д.В.: Значит, у него нет никаких трудностей с учебой или каких-то умственных расстройств или чего-то в этом роде?

Джеффри: Нет.

Д.В.: Ему просто нравится притворяться.

Джеффри: Да, да.

Д.В.: Отлично, значит он способен учиться не хуже любого другого?

Джеффри: Верно.

Повернувшись к Раймонду, я спросил, следовал ли он моему предписанию не делать никаких физических упражнений. Он заявил, что нет.

Раймонд: Я одного только не мог сделать.

Д.В.: И чего же ты не мог сделать?

Раймонд: Я не мог все время быть дома.

Д.В.: Ты хочешь сказать, что не следовал данным тебе указаниям?

Раймонд: Я не следовал только одному указанию.

Д.В.: И какое же это указание?

Раймонд: О том, чтобы оставаться с мамой и сидеть дома.

Раймонд уговорил мать разрешить ему играть на улице, а потом убедил и учительницу в том, что ему разрешено играть на переменах и заниматься в спортзале. Миссис Смит пыталась следовать моим инструкциям, запрещая Раймонду делать физические упражнения, но Раймонд и Джеффри взбунтовались. В результате Раймонд стал проводить все больше времени вдаль от матери и стал физически более активен. Я поддержал миссис Смит и отчитал Раймонда за то, что он не следует моему предписанию. Это разозлило Джеффри, и он встал в открытую оппозицию ко мне и начал защищать брата. Я воспользовался его оппозицией для того, чтобы вызвать в самой семье спор об изменении в противоположность гомеостазису. Я продолжал защищать право миссис Смит сохранять Раймонда в детском состоянии и оберегать от настоячивых требований Джеффри дать возможность брату повзрослеть. Нижеизложенный спор выявляет семейные проблемы, сопряженные с более нормальным поведением Раймонда. Миссис Смит продолжает выговаривать Раймонду за то, что он не подчиняется указаниям врача вопреки тому, что она сама однажды изменила себе, разрешив ему выйти на улицу.

М.С.: Я сказала “нет”, доктор сказал “нет”, пока не увидит тебя еще раз. Однажды я тебе все-таки разрешила. И тогда ты пошел в школу и сказал учительнице, что можешь гулять на переменах.

Д.В.: А он сказал, что ему можно?

Раймонд: Она разрешила мне выходить во двор.

М.С.: Когда она спросила: “Раймонд, ты уверен, что твоя мама разрешила тебе выходить на переменах во двор?”— ты сказал “да”. Я же не говорила тебе, что ты можешь пойти в школу и там играть во дворе. Я сказала тебе, что доктор сказал “нет”. Я сделала ошибку, но призналась ему, что разрешила тебе выходить во двор, а он мне ответил, что мне не следовало этого делать. Я уже больше так не делала, вот так это было.

Д.В.: А он выходил во двор?

Джеффри: Я не знаю.

М.С.: Ты должен помнить тот замечательный день, когда на улице было по-настоящему хорошо.

Раймонд: Этот жаркий-прежаркий день.

М.С.: Это было в субботу.

Д.В.: А, так вы в этот день пошли гулять во двор?

Джеффри: Да. Ну и что тут какого?

М.С.: Только в тот день, а все остальные дни я не разрешала ему выходить из дома.

Д.В.: Ему не следовало этого делать.

Джеффри: Но почему?

Д.В.: Ваша мама очень беспокоится, она должна постоянно его видеть, чтобы быть уверенной, что он не станет бегать и у него не начнется одышка.

Джеффри: Ну, так он же все время был у меня на глазах.

Д.В.: Нет, она не должна допускать, чтобы это случилось. Ты должен помнить, что даже в больнице она не позволяла ему бегать. Ты ведь это помнишь?

Джеффри: Да кто же говорит, что он должен бегать? Он может просто выйти на улицу и поиграть. Нельзя же ему все время сидеть дома.

Д.В.: Но ему не было разрешено выходить на улицу и играть.

Джеффри: Но почему?

Д.В.: Потому что, если он будет играть, у него может начаться одышка и его заберет скорая помощь. Ты же знаешь, как будет волноваться ваша мама. Если с ним что-нибудь случится, она будет без конца переживать.

Джеффри: Но он сам почувствует, когда нужно остановиться.

Д.В.: Он еще слишком маленький.

Джеффри: Да он вовсе никакой не маленький.

Д.В.: Он очень маленький. Он даже в школе не умеет вести себя, как нужно.

Джеффри: Я знаю. Я сам ему об этом говорил.

Д.В.: Это не твоя забота. Об этом должна позаботиться ваша мама.

М.С.: Прошу прощения, я ему обязательно об этом скажу.

Д.В.: Этим должна заняться ваша мама.

Джеффри: Нет. Почему ему нельзя играть?

Д.В.: Потому что. Спроси у своей мамы, почему ему нельзя играть.

Джеффри: Нет, я не собираюсь ее ни о чем спрашивать.

Д.В.: Спроси у нее, она твоя мама.

Раймонд: Мама сказала, что я сам могу это решить.

Д.В.: Она сказала, что ты сам можешь это решить? Ты уже сам за себя отвечаешь? Я хочу сказать, что до сих пор за тебя говорил твой брат, и я считал, что он так делает, потому что ты еще слишком маленький, чтобы отвечать за себя самому. Сколько же тебе лет?

Раймонд: Одиннадцать.

Д.В.: Вот видишь, и он все еще за тебя отвечает.

Раймонд: Одиннадцать с половиной.

Я продолжал настаивать на том, чтобы все решения, касающиеся благополучия Раймонда, принимались исключительно миссис Смит, а поскольку ей было необходимо, чтобы Раймонд всегда оставался маленьким, то каждый, включая меня самого, должен был ей безоговорочно подчиняться. Заняв данную гомеостатическую позицию, я изменил иерархическую организацию семьи, наделив миссис Смит родительской властью и определив для Джеффри положение старшего брата вместо положения отца.

Д.В.: За это отвечает только ваша мама. Она очень обеспокоена болезнью твоего брата и считает очень важным, чтобы она и Раймонд оставались вместе. На самом деле (*обращаясь к Раймонду*) я хотел бы, чтобы ты сейчас же вместе со стулом подвинулся поближе к маме.

Джеффри: Но послушайте!

Д.В.: Ничего не стану слушать до тех пор, пока он не подвинет свой стул.

Джеффри: Пододвинь стул. Знаете, что вы все делаете неправильно?

Д.В.: Нет.

Джеффри: Вы все держите его за младенца, а к нему нельзя так относиться. Что вы на это скажете?

Д.В.: Это должна решать ваша мама. Ты только старший брат и не более того.

Джеффри: Правильно, я старший.

Д.В.: Вот и хорошо. Поэтому все, что ты говоришь, не имеет никакого значения.

Джеффри: Раз это не имеет никакого значения, то зачем я здесь нужен?

Д.В.: (*Обращаясь к М.С.*) Почему вы не хотите ему сказать, кто является главой семьи?

М.С.: Мы все.

Джеффри: Хорошо, если меня это совсем не касается, то что я вообще здесь делаю? Вы должны это объяснить.

Д.В.: Ну хорошо, я извиняюсь. Родитель решает, что можно, а что нельзя делать, и говорит об этом маленьким детям.

Джеффри: Ну да, я всего лишь хочу дать небольшой совет, вот и все.

Д.В.: Ты можешь дать совет, но решение принимать будет она. А прямо сейчас ваша мама чувствует себя наиболее спокойно, потому что Раймонд находится совсем рядом с ней.

Джеффри: Да, но он хочет измениться.

Д.В.: Нет, я говорю серьезно. Меня больше всего беспокоит, что будет испытывать ваша мама.

Джеффри: Но это же глупо.

Д.В.: Это не глупо.

Джеффри: Да разве не глупо говорить: сиди весь день дома и никуда не ходи?

Д.В.: Он может погулять возле дома, но ему нельзя играть, если только мама ему этого не позволит. (*Обращаясь к М.С.*) Джеффри не должен в это вмешиваться.

М.С.: Но Джеффри же ему отец.

Д.В.: Он ему отец?

М.С.: (*Смеется.*) Ладно, ладно, подождите, подождите все. Но он и вправду ему отец.

Д.В.: Он его биологический отец?

М.С.: Нет, он всего лишь отец в нашем доме, вы понимаете?

Джеффри: Почему вы так на нее давите?

Д.В.: Я на нее давлю?

Джеффри: Я только хочу сказать, что вы слишком...

Д.В.: Я и правда на вас давлю?

М.С.: Я не знаю, не знаю.

Д.В.: Не похоже, чтобы ваша мама чувствовала себя совсем задушенной.

Джеффри не имел никакого желания расставаться со своим родительским статусом, в то время как миссис Смит не горела желанием принять свой. Она также не хотела освобождать Джеффри от обязанностей своего главного помощника. Она слушала диалог

между мною и Джеффри с пониманием и удивлением и, как следует из приводимого ниже отрывка, приняла сообщение и обратилась за указаниями.

М.С.: Нет, я просто хочу сказать, что если у вас возникла проблема и кто-то знает, что это за проблема, то, полагаю, первым делом нужно заняться этой проблемой. Это как если бы вы что-то натворили и тут же попались. Не нужно мне говорить, что именно я сделала не так, я и сама это знаю. Скажите лучше, как мне выпутаться из того, что я натворила. Вот об этом я и хочу здесь узнать. Я хочу узнать, что мне с ним делать.

Это было прямым обращением за советом, и мой ответ также был прямым.

Д.В.: Хорошо, я хочу, чтобы вы прямо сейчас сказали Джеффри, что вы сами можете справиться с Раймондом и все будет в полном порядке. Можете вы это сделать? Начинайте же.

М.С.: Я могу с этим справиться. Подождите-ка. Я могу с этим справиться, и с Раймондом все будет в порядке, никто и глазом моргнуть не успеет.

Я поздравил ее и на этом завершил сеанс.

Третий сеанс

На третьем сеансе основное внимание было уделено Джеффри, а не Раймонду. Поскольку за последние две недели у Раймонда ни разу не было одышки, группа пребывала в неуверенности относительно того, что станет делать брат после того, как лишился обязанностей отца. Миссис Смит утверждала, что с прошлого своего посещения они не перестают обсуждать, какую роль у них дома будет исполнять Джеффри. По ее словам, он взял на себя роль отца по отношению к маленьким детям их квартала, которые играют на улице.

Во время перерыва в интервью, пока я обсуждал этот случай с консультационной группой, миссис Смит стала предостерегать его от слишком серьезных отношений с живущей по соседству девушкой. Было очевидно, что она боится его ранней женитьбы. Скры-

тое сообщение заключалось в том, что ей хотелось бы, чтобы Джефффри оставался подле нее. На одной из прежних встреч миссис Смит тревожилась, что через три года Джефффри может уехать в другой штат учиться в колледже. А поскольку она освободила его от родительских обязанностей, то начала опасаться, что он может совсем уйти из дома. А так как она разрешила Раймонду выходить погулять, то стала бояться, что оба сына вскоре ее покинут. Группа в ответ на ее опасение предложила Джефффри поступать так, как если бы он был ровесником Раймонда, и таким образом миссис Смит могла бы оставаться в своей роли матери.

Д.В.: Группа слышала весь ваш разговор и обеспокоена тем, что будет с вами, миссис Смит, если оба ваших сына начнут отдаляться от дома. Их предложение адресовано тебе, Джефффри. Они чувствуют, что раз Раймонд подрастает и все больше сближается со своими ровесниками, постепенно отдаляясь от матери, то, по их мнению, для Джефффри было бы лучше всего вести себя так, как если бы ему было столько же, сколько Раймонду, то есть 11 лет — чтобы матери было о ком заботиться.

Джефффри: Да идите вы!

Д.В.: (*Обращаясь к М.С.*) Поскольку вам, похоже, нравится быть очень близкой к своей семье, то, возможно, для него самым лучшим было бы поступать так, как если бы он был гораздо моложе, и таким образом он мог бы оставаться возле вас. Поскольку он был Раймонду вместо отца, то это было бы последним, чем он ему помогает.

Реакция членов семьи была различной — от смущения у Раймонда до возмущения у Джефффри и изумления у миссис Смит. Она со смехом заявила: “Хорошо, хорошо, вы высказали свою точку зрения, а теперь хватит”.

После этого я стал обсуждать другие способы занять себя для миссис Смит: например, проводить больше времени со своим другом, или устроиться на работу, или найти новых друзей, или продолжить свое образование. Она заявила, что была бы рада посвящать себе больше времени, и уж определенно нашла бы, чем его занять. “У меня нет проблемы одиночества”. В доказательство она начала отстаивать свои права в отношении послешкольной программы для Раймонда при клинике. У Раймонда не было определенного мнения, а Джефффри был против. Она выступала за програм-

му и заставила Джеффри замолчать и отказаться от дальнейшего участия в беседе. Затем она начала следовать моим указаниям, оказывая давление на Раймонда, чтобы он отказался от своего незрелого поведения.

Д.В.: Итак, я полагаю, нам следует попытаться проделать это еще раз. Спросите, сколько ему лет, а затем спросите, готов ли он сейчас ходить на послешкольную программу.

М.С.: Сколько тебе лет?

Раймонд: Одиннадцать.

М.С.: А сколько лет ты бы сам себе дал?

Раймонд: Одиннадцать.

М.С.: Ты хочешь участвовать в этой программе?

Раймонд: Да.

М.С.: Скажи об этом доктору.

Раймонд: Я хочу, чтобы меня включили в эту программу.

Д.В.: Нет, не так, не закрывай лицо руками, а скажи это, глядя ему прямо в лицо.

Раймонд: Я хочу участвовать в детской воспитательной программе.

М.С.: Я совсем тебя не слышу и ничего не могу понять, как будто у тебя слова застревают в горле. Говори так, будто ты спрашиваешь что-нибудь в магазине.

Раймонд: Я хочу участвовать в детской воспитательной программе.

Д.В.: Я думаю, что мои друзья [подразумеваемая группа] сомневаются, на самом ли деле тебе этого хочется, Раймонд, но мы поглядим.

Четвертый сеанс

Четвертый сеанс состоялся через месяц. Семье пришлось уплатить свою дань за происходящие в ней изменения. Двумя неделями ранее Раймонд был госпитализирован в связи с жестокой одышкой. Результаты анализа на содержание лекарства в крови показали наличие в организме Раймонда лекарств против астмы. На этот раз причина была иной, чем просто несоблюдение режима лечения.

Во время консультации с учебной группой мы пришли к выводу, что рецидив астмы у Раймонда явился реакцией на ослабление

его связи с матерью, в связи с чем у обоих проявилось определенное беспокойство. Группа дала мне указание определить проблему как беспокойство Раймонда о психическом здоровье своей матери теперь, когда он вел себя как одиннадцатилетний.

Д.В.: Их по-настоящему беспокоит, как вы отнесетесь к тому, что Раймонд возьмет на себя роль одиннадцатилетнего.

М.С.: Мне просто придется как-то с этим справиться, как я справляюсь со всем остальным.

Д.В.: А не могли бы вы объяснить ему это так, чтобы он все это понял и не волновался? Поскольку я уверен, что он страшно за вас переживает.

М.С.: Тебе не нужно обо мне волноваться. Не нужно, потому что ты сам знаешь: тебе надо поторапливаться и побыстрее расти, чтобы ты мог жениться и иметь собственных детей.

Она заключает с Раймондом сделку: я ничего не буду иметь против того, чтобы ты меня покинул, если ты обеспечишь меня внуками, которые займут твое место.

Пятый сеанс

Последний сеанс состоялся еще через три недели. У Раймонда больше не было одышечных симптомов. На него было возложено больше ответственности за прием лекарств, и он стал по календарю отмечать те дни, когда их принимал. Миссис Смит несла обязанности по проверке этого календаря. Это явилось большим шагом вперед по сравнению с тем, когда ей приходилось стоять у него над душой и самой следить, чтобы он принял лекарства. В начале сеанса была взята проба на содержание лекарства в крови. Полученные через несколько дней результаты подтвердили его присутствие.

Внешне семья изменилась в лучшую сторону. Джеффри стал меньше заниматься делами семьи и вернулся к своей девушке. Миссис Смит стала проводить больше времени со своим другом. Теперь она уже воспринимала Раймонда как одиннадцатилетнего. Точно так же, как и я.

Д.В.: Каким он вам кажется по возрасту?

М.С.: Ну, я не знаю, потому что сейчас я вижу его гораздо меньше. Он уже не проводит со мной столько времени, как раньше. Сейчас у него есть магнитофон, и он на него записывает. Он, знаете ли, человек искусства и этим занимается. Я вижу его гораздо меньше.

Я покинул Детскую консультативную клинику Филадельфии в июле 1978 года. В сентябре 1980 года Раймонд по-прежнему успешно лечился в Аллергической клинике. Он был госпитализирован только однажды, опять в мае. В течение этих двух лет ему не разу ни пришлось вызывать неотложную помощь из-за одышки. Он пропустил всего 10 учебных дней. В 1980 году было проведено только одно измерение теофилина, которое ясно показало, что он в точности выполняет назначенный ему курс лечения. У меня не было возможности провести интервью с семьей для последующего наблюдения, поэтому я не располагаю сведениями о ситуации в этой семье. Однако изложенные выше данные хорошо подтверждают тезис о том, что поведенческие вмешательства способны сохранять свое благотворное влияние и после своего завершения.

В конце концов, существует множество причин, почему больные не выполняют предписания врача. Разобравшись в семейных взаимоотношениях, окружающих индивидуума, можно разработать такие стратегии, которые способствуют адаптационным изменениям. Парадоксальные вмешательства могут быть эффективными, когда прямые указания не выполняются. Навыки работы в области поведения могут в значительной мере повысить качество медицинской практики.

8. РАБОТА С СУПРУЖЕСКИМИ ПАРАМИ

Критерии, по которым определяется, в каком случае лучше встретиться с супружеской парой, а не со всей семьей, у каждого психотерапевта свои. Некоторые системные психотерапевты, такие как Мюррэй Боуэн, предпочитают работать только с супружескими парами, даже когда проблематичным является ребенок, уверенные в том, что если будут опираться на родителей, то получат больший выигрыш в силе при изменении системы, и данное изменение автоматически распространится на детей. Другие психотерапевты, такие как Дональд Блох, привлекают детей, по крайней мере, к нескольким сеансам супружеской терапии, используя взаимодействия с детьми для освещения проблемы в супружеских отношениях.

Большинство психотерапевтов основывают свои решения на обстоятельствах каждого конкретного случая, на своих оценках проблемы и наилучших путей подхода к ней. Невозможно проводить семейную терапию с двумя людьми, которые не желают исследовать свои взаимоотношения, даже если психотерапевт вполне уверен, что заключающаяся в ребенке проблема неразрывно переплетается с разладом в супружеских отношениях. Начинающие психотерапевты часто лишь усиливают сопротивление своими преждевременными попытками сосредоточить все внимание на супружеских отношениях, в то время как основную озабоченность родителей по-прежнему вызывает ребенок. До тех пор, пока супруги не смогут увидеть, каким образом их супружеская проблема связана с симптоматичным поведением, у них не будет никакого стимула заниматься исследованием своих отношений.

Однако вполне обычным является и такое развитие событий, когда родители обращаются за супружеским консультированием в конце курса семейной терапии, после того как напущенный детьми туман рассеивается и их собственные проблемы обретают более резкие очертания. Гораздо реже супружеские пары обращаются за курсом супружеской психотерапии, даже если у их детей имеются

проблемы, поскольку они чувствуют себя не в силах справиться с ними, пока сами не обретут способность понимать друг друга. Дети в этом случае могут быть привлечены несколько позднее, когда напряженность в отношениях супругов станет слабее. Сеансы семейной и супружеской терапии иногда чередуются, расширяя или сужая поле зрения психотерапии в соответствии с величиной рассматриваемой системы.

В курсе психотерапии супружеских пар, который будет здесь описан, запрос был сделан о курсе супружеской психотерапии, и психотерапевт и супруги были согласны в том, что супружеская проблема имеет приоритет перед всеми остальными семейными проблемами. Ни дети, ни ближайшие родственники родителей не были привлечены к участию в сеансах.

Концепции и методики, использованные в ходе данного курса, наглядно иллюстрируются тремя рассматриваемыми случаями из группы супружеских пар и одним случаем из Проекта краткосрочной терапии*. Хотя все концепции и методики, приводимые далее, могут с успехом применяться и для отдельных супружеских пар и семей, находящихся в различных обстоятельствах, я решила дать им описание в контексте группы супружеских пар и Проекта краткосрочной психотерапии, где они достаточно хорошо структурированы и легче поддаются описанию.

При формировании группы супружеских пар основным критерием отбора является определение обозначившейся проблемы как супружеской, а также готовность и способность супружеской пары работать над своими взаимоотношениями в течение 12 сеансов без каких-либо предвидимых препятствий и помех. К супружеским парам, не подлежащим включению в группу, относятся такие, которым требуется экстренная помощь, в частности такие, которым по причине хронического алкоголизма может первоначально потребоваться курс антиалкогольного лечения; или имеющие склонность к физическому насилию, которым может потребоваться защита со стороны полиции; или чье крайне антиобщественное поведение может послужить причиной судебного разбирательства или помещения в больницу, и т. д. Подобные случаи требуют, чтобы у психотерапевта всегда были наготове запасные варианты,

*Описание группы супружеских пар составлено на основе статьи “Staging Reciprocal Metaphors in a Couple Group” [“Инсценировка взаимных метафор в группе супружеских пар”] *Family process*, 1982, 453—467, и перепечатывается с разрешения Family process, Inc.

обеспечивающие ему высокую маневренность по времени и помощи иных учреждений.

Разведенные супружеские пары или пары, серьезно рассматривающие такую возможность, не подлежат включению в группу, поскольку их мотивация к исследованию своих супружеских отношений крайне неустойчива и может пагубно сказаться на всей группе. Без сомнения, все супружеские пары, приходящие на курс психотерапии, испытывают определенные сомнения, продолжать ли свои отношения, однако степень такой неуверенности и то, в какую сторону они более склоняются, имеет очень важное значение.

Группа состоит, главным образом, из супружеских пар с укоренившимися, давнишними, постоянно повторяющимися стереотипами взаимодействий, такими как постоянная напряженность и стычки, отсутствие общения, непреодолимая отчужденность, хроническая ревность, супружеская неверность, сексуальные проблемы или симптоматичное поведение, например, периодические приступы депрессии, фобии или психосоматические недомогания.

Независимо от того, какую форму принимает проблема, психотерапевт старается найти взаимность в данных отношениях и центральную тему, вокруг которой она организуется. Взаимные урегулирования в супружеских отношениях на протяжении многих лет многократно наблюдались психотерапевтами различных школ и направлений, посвятившими им многочисленные публикации. Феномен истеричной жены, состоящей в браке с одержимым навязчивыми идеями мужем, или сверхответственного мужа, состоящего в браке с безответственной женой, или физически и душевно больной жены, опирающейся на сильного и здорового мужа, различным образом описывались как “блокирующий тайный стговор” [interlocking collusion] (Winch, Krones, & Krones, 1954), “двусторонняя взаимность” [bilateral reciprocity] (Dicks, 1959), “взаимодополняемость потребностей” [need complementarity] (Mittlemann, 1944), “скрытые договоренности” [hidden contracts] (Sager, 1976), “модели взаимной сверхадекватности и неадекватности” [patterns of reciprocal overadequacy and inadequacy] (Bowen, 1978) или “бессознательные сделки” [unconscious deals] (Framo, 1982). Порождение феномена взаимности приписывается различным источникам в зависимости от теоретической ориентации психотерапевта. Митлманн, исходящий из психоаналитической перспективы, классици-

цировал супружеские отношения, основанные на взаимодополняющих взаимодействиях супругов, следующим образом (согласно описанию Надлсона, 1978): “Данные модели включают: одного партнера эмоционально обособленного, другого жаждущего привязанности; партнеров, соперничающих между собой за агрессивное доминирование; одного партнера беспомощного, другого с виду сильного, но в действительности ищущего зависимой роли”. Он постулирует, что зависимый супруг “чувствует себя в большей безопасности с сильным партнером, в то время как “более сильный”, оказывающий поддержку партнер путем предоставления этой помощи находит себе союзника против своего бессознательного страха перед беспомощностью и покинутостью” (стр. 112).

Та же самая форма взаимности была описана в терминах систем Хейли и Маданес в том виде, когда один из супругов занимает позицию беспомощности в целях контроля за другим супругом и уравнивания иерархической структуры власти.

Боуэн и Фрамо усматривают взаимность в историческом контексте, при этом Боуэн приписывает ее различным уровням незрелости. Согласно Боуэну, индивидуумы, как правило, выбирают партнера по браку, который достиг эквивалентного им уровня незрелости, и их взаимоотношения будут отвечать моделям взаимной сверхадекватности и неадекватности. Фрамо приписывает взаимность выбору партнера на основе тайного соглашения: “Я полагаю, что отбор партнера по браку производится очень тщательно и на основе тайного соглашения, в двусторонней манере. Партнеры выполняют друг за друга определенные психические функции и заключают бессознательную сделку: “Я буду твоей совестью, если ты будешь давать выражение моим порывам” (1982, стр. 124).

Данная взаимность не всегда является проблемой и на самом деле в определенной степени даже необходима для взаимодополняющего сосуществования. Она становится проблемной, только когда взаимная договоренность каким-либо образом выводится из состояния равновесия. Механизмы нарушения этого равновесия весьма многочисленны и могут срабатывать как вне, так и внутри самой супружеской системы. Например, муж может быть переведен по службе в другой город, в результате чего жена вынуждена покинуть свою расширенную семью. Взаимная договоренность: “Я буду тебе хорошей женой, покуда ты будешь позволять мне быть хорошей дочерью для своих родителей” более не жизнеспособна. Невысказан-

ное соглашение было нарушено, и напряженность постепенно накапливается вокруг темы верности семье.

Или же накопление напряженности может проистекать из самого данного взаимоотношения, если один из супругов начнет испытывать недовольство условиями, на которых достигается эта взаимность. Например, изначальная договоренность в форме ученика и учителя может быть выведена из равновесия, если тому из супругов, кто принял на себя роль ученика, начнет становиться в тягость авторитет учителя. Характерной реакцией учителя будет приложение все больших усилий, направленных на восстановление своего авторитета, что вызовет еще больший бунт ученика, в результате чего возникает все усиливающийся цикл взаимного воздействия. Супруги обычно обращаются за помощью к психотерапии, когда цикл нарастает до таких пределов, что становится невыносимым для одного или обоих супругов.

При данном подходе к психотерапии супружеских пар психотерапевта волнует не происхождение данной взаимности, а главная эмоциональная тема, вокруг которой она в данный момент организуется, а также то, каким образом супружеская пара договаривается о сохранении своих взаимных позиций. Под “центральной темой” подразумевается “наэлектризованный” эмоциональный вопрос, общий для данной супружеской пары, вокруг которого происходят их наиболее “проблематичные сделки”. Большинство этих сделок происходит не на явном или вербальном уровне данного взаимоотношения, а на невыраженном уровне.

В течение многих лет я пыталась прийти к пониманию данного уровня и экспериментировала с метафорическим — в противоположность буквальному — определением супружеских взаимоотношений. Метафоры обеспечивают структуру, в которой разрозненные факты и события можно увидеть в их взаимоотношении друг с другом. Язык пояснительный изолирует и расчленяет, описывает одно событие вслед за другим в линейной последовательности. Язык фигуральный синтезирует и комбинирует, объединяя различные уровни мышления, чувствования и поведения в целостную картину, которая дает психотерапевту круговую перспективу. Вацлавик описывает язык изменения как “язык воображения, метафор, *pars pro toto*”, возможно, символов, но, определенно, синтеза целостности, а не аналитического расчленения” (1978, стр. 15).

*Часть вместо целого (лат.)

Впоследствии в группах, состоящих из супружеских пар, метафоры проецируются в конкретные формы и инсценируются таким образом, что восприятия, типы поведения и взаимодействия одновременно связываются между собой. Инсценировка метафор носит название хореографии супружеских пар и является производной ваяния (*sculpting*), неоднократно описанного в литературе, посвященной семье (Duhl, Duhl, & Kantor, 1973; Papp, Silverstein, & Carter, 1973; Papp, 1976a, 1976b, 1980; Simon, 1972; Satir, 1972).

Хореография супружеских пар

Знакомство с хореографией происходит следующим образом: супружеским парам дается задание закрыть глаза и помечтать или пофантазировать на тему своего супруга или супруги и визуализировать его или ее в какой угодно символической форме, какую он или она примет в этих мечтах или фантазиях. Затем им предлагается визуализировать ту форму, какую они сами примут по отношению к форме своего партнера, чтобы гарантировать, что эта фантазия будет в той же мере системной, как и символической. Далее их просят вообразить себе, какое движение или танец будет происходить между двумя этими формами, исходя из проблем, которые они описали. Вслед за этим их просят физически разыграть эту фантазию друг с другом. Психотерапевт руководит ими на протяжении всего театрализованного действия, обращаясь к ним с просьбой конкретно обозначить время, внешние обстоятельства, настроение и движение. В процессе развития сюжета психотерапевт должен постоянно держать в памяти следующие четыре вопроса:

1. Какова центральная тема, вокруг которой организуется проблема?
2. Каковы взаимные восприятия и позиции каждого из супругов по отношению к данной теме?
3. Каков цикл взаимодействия, являющийся результатом их переговоров в целях сохранения их взаимных позиций?
4. Каковы будут последствия изменения?

Хореография отбирает у супружеской пары их привычные вербальные ключи, вместо слов предоставляя в их распоряжение в качестве средства выражения образы, движения, пространство и

расположение участников. Она проникает сквозь непролазные дебри многословных излияний, которые подчас уводят в сторону не только супругов, но даже и самого психотерапевта — различного рода малозначительные подробности, не относящиеся к делу факты и бесконечные пересказы одного и того же — и раскрывает невыраженный уровень данного взаимоотношения. (Грегори Бейтсон утверждает: “Мечтание — это единственная наша часть, которая не способна солгать”.) То, что возникает, — это живая движущаяся картина, в которой сложные взаимоотношения конденсируются в простые выразительные образы, не подверженные логической цензуре. Образы, не требующие излишних пояснений и не связанные каким-то случайным образом, крайне идеосинкретичные и во всех без исключения случаях взаимодополняющие (Давид и Голиаф, полицейский и преступник, полено и огонь). Физические инсценировки этих фантазий приводят данное взаимоотношение в движение. Истинную природу данного взаимоотношения можно разглядеть только в терминах движения, поскольку она подвержена постоянному изменению.

Хореография используется не только на первом сеансе в качестве диагностического средства, но и на протяжении всего курса психотерапии в качестве барометра изменения. Когда фантазии рассматриваются последовательно и сравниваются между собой, они гораздо точнее слов раскрывают, каким образом сместились позиции и восприятия.

Структура и использование группы

Перед включением в группу каждая супружеская пара проходит одно оценочное интервью для выяснения, является ли обозначившаяся проблема в первую очередь супружеской (то есть не связанной с симптоматичным ребенком или другим членом семьи). Если супруги отвечают требованиям, то им сообщается, что группа соберется на 12 сеансов, работа будет сосредоточена на проблемах, ориентирована на действие, будут даваться домашние задания, а сеансы будут записываться на видеопленку и в отдельных случаях просматриваться. Группа состоит из трех или четырех супружеских пар, и состав участников сохраняется на протяжении всех 12

сеансов. После начала курса никакие новые пары в группу уже не добавляются.

Первый сеанс начинается с краткого знакомства друг с другом, во время которого каждый супруг на словах описывает проблему такой, как она ему представляется. Остальное время двухчасового сеанса посвящается инсценировке фантазий, и каждому участнику предлагается принять участие в фантазии своего супруга или супруги, независимо от того, согласен он с ней или нет.

В конце первого сеанса психотерапевт никак не комментирует хореографию и не дает никаких заданий, оставляя это до того момента, когда сможет еще раз просмотреть все в видеозаписи, поставив себе задачей понимание связи между этими фантазиями. Во время второго сеанса группе демонстрируются отрывки видеозаписи. Этот видеопокказ проводится не ради “постижения сути”; в большей мере он служит для дальнейшего ознакомления супружеских пар с их взаимными образами, чтобы психотерапевт мог говорить с ними на языке их собственных метафор.

Взаимодействие группы постоянно сосредоточивается на супружеских отношениях, и ему не предоставляется возможности превратиться в конфронтационное или толковательное, как при традиционной групповой психотерапии. Взаимоотношения не связанных между собой индивидуумов не исследуются и не анализируются. Психотерапевт сосредоточивает свое внимание одновременно только на одной супружеской паре, поровну распределяя между ними время каждого сеанса, и не поощряет каких-либо групповых комментариев или взаимодействий до конца сеанса.

Группа служит своего рода театральными подмостками, на которых участники становятся поочередно то зрителями, то исполнителями своей собственной пьесы в духе Пиранделло*. Поскольку фантазии одного из супругов связаны с фантазиями другого, группа становится свидетелем двойных описаний, возникающих в ходе действия. Данные описания ясно показывают, что проблема лежит не в изолированной фантазии каждого из супругов, а в том, каким образом они *связаны*. Поскольку эти фантазии дают гротескное изображение данных взаимоотношений, то постепенно возникает атмосфера юмора, любознательности и экспериментального поиска, которая обеспечивает подходящий контекст для исследования множества различных сторон действительности.

*Пиранделло, Луиджи (1867—1936) — итальянский драматург, романист и поэт; лауреат Нобелевской премии 1934 года.

Предшествующие изменению тестирования

Предшествующие изменению тестирования используются для дальнейшего определения взаимности путем тщательного рассмотрения тех последствий, которые вызовет изменение своей роли одним из супругов. Поскольку каждая роль определяет другую, изменение в одном из супругов неизменно вызовет изменение другого. Например: если роль мужа определяется как “полицейский”, который старается исправить свою жену, а роль жены определяется как “преступник”, который позволяет себе “противоправное” поведение, то когда “преступник” исправляется, “полицейский” остается, по крайней мере временно, без привычной ему роли. Данный переход вполне способен вызвать дискомфорт и беспокойство.

Для того, чтобы несколько снизить это начальное беспокойство, супружеским парам сообщается, что их первые задания не будут иметь целью изменение чего бы то ни было, а всего лишь обеспечат психотерапевту своего рода мерную линейку, чтобы ответить следующие вопросы: “Как быстро должно происходить изменение и в каких именно областях?”; “Кому из супругов следует измениться первым?”; “Какова степень терпимости у каждого по отношению к изменениям в другом?”; “Каковы будут последствия изменения для обоих?”

Предшествующие изменению тестирования служат одновременно нескольким целям. Они драматизируют взаимность данного отношения, выдвигая предположение о том, что изменение в одном, весьма вероятно, выбьет из колеи другого; они дают понять, что изменение неизбежно; они снижают сопротивление, поскольку каждый выполняет задание не из-за того, что его/ее собственное поведение требует изменения, а для того, чтобы опробовать способность супруга/супруги отнестись к изменению терпимо. Предшествующие изменению тестирования также предоставляют в распоряжение психотерапевта ценную информацию о гибкости и мотивации данной супружеской пары.

В качестве обратной связи от данного тестирования супружеским парам сообщается, безопасно ли будет для них и далее следовать в направлении изменения или более разумно было бы вернуться назад или оставаться теми же, что и прежде. Данное благоговейно-почтительное отношение к изменению поддерживается психотерапевтом на протяжении всего оставшегося курса терапии. Из-

менение рассматривается как нечто такое, к чему нельзя относиться легко, а следует регулировать, отслеживать, планировать и сдерживать. Хотя данная позиция основывается на вполне оправданном беспокойстве психотерапевта о последствиях изменения взаимных договоренностей, она используется клинически как связующая методика (определяя поведение каждого как выполняющее определенную функцию для другого) и как методика парадоксального сдерживания (предписывая оставить все без изменения, чтобы подстегнуть изменение.)

Психотерапевт оценивает выполнение каждого задания как показатель того, будет ли для данной супружеской пары вполне безопасным продолжать изменение или ей следует отступить и оставаться той же, что и прежде. Если окажется очевидным, что супружеская пара может внести изменения в свои отношения, то проводится вмешательство, нацеленное непосредственно на изменение их позиций. Однако если выяснится, что действуют некие скрытые планы и намерения, которые сведут на нет данное вмешательство и воспрепятствуют изменению, то осуществляется не прямое либо парадоксальное вмешательство, нацеленное на соединение их позиций с данными скрытыми планами и намерениями.

На протяжении многих лет применения данной организации психотерапевты наблюдали предсказуемую модель изменения. Большинство супружеских пар смещают свои позиции уже после первых нескольких сеансов в результате хореографии и заданий. За данным смещением почти неизменно следует обратная реакция со стороны одного или обоих супругов в центральной фазе курса психотерапии — на пятом, шестом или седьмом сеансе. Оставшаяся часть курса посвящается тому, чтобы помочь им по-новому договориться о своих отношениях при новом определении ролей.

Рассматриваемые далее три случая послужат наглядной демонстрацией данного процесса и покажут три различных, основанных на дифференциальном диагнозе метода, с помощью которых данные методики реализуются на практике.

Давид и Голиаф

Данная супружеская пара изначально представила свою проблему как борьбу за власть из-за своей квартиры. Следующие далее два диалога наглядно иллюстрируют различные виды информации,

выявляемой при вербальном обсуждении и посредством хореографии.

Хотя из самого обсуждения вполне ясно, что супруги вовлечены в борьбу за власть, хореография проясняет центральный вопрос, вокруг которого она организуется, их позиции в этом вопросе и то, каким образом они договариваются относительно этих позиций.

Жена ответила на вопрос психотерапевта, касающийся обозначившейся проблемы, следующим образом:

Жена: У нас в квартире царит такая враждебность и такая напряженность. Множество наших проблем стало всплывать на поверхность с тех пор, как мы занялись ремонтом своей квартиры.

Муж: Похоже, мы все делаем каждый по очереди, в квартире, я имею в виду. То ей вдруг срочно нужно закончить весь ремонт, то вдруг становится все безразлично, и она ничего не делает, тогда уже мне вдруг срочно требуется все закончить.

Жена: У нас повсюду в коробках валяются дорогие обои, и время от времени я начинаю толковать ему о том, что нужно взяться и наклеить эти обои, а у него всегда находятся отговорки, а последний раз он отговорился тем, что на стене остался небольшой кусок старых обоев и его сперва нужно отпарить.

Муж: Я чувствую, что Хита склонна к тому, чтобы использовать эту квартиру так, как ей нравится, и неважно, что я мог бы сказать по этому поводу, и она, в общем-то, так и делает. Она обыгрывает меня по всем пунктам.

Жена: Это неправда. Я поставила свой письменный стол в холле, но из-за него я боюсь им пользоваться. Я чувствую, что положение абсолютно безвыходное. И ни один из нас не выигрывает.

Супругам было предложено придумать какую-либо фантазию, и жена описала свою следующим образом:

Жена: Это напоминает библейский рассказ: Джон — это великан, а я — маленький мальчик с рогаткой. Речь шла о чем-то на кухне, о чем-то вроде наклейки обоев; я была совсем маленькая и слабенькая, но у меня была эта рогатка, и я знала, что смогу его убить, потому что передо мной такая хорошая мишень. Дело было лишь в том, что хоть он и был великаном, его все время нужно было подбадривать. Я не могу убить того, кого нужно так сильно подбадривать, даже если сама в опасности.

Психотерапевт: (Прося мужа занять позицию великана.) Какое выражение лица у великана?

Жена: Ну, такое враждебное, угрюмое и угрожающее. (*Муж принимает угрожающий вид и взбирается на стул, становясь в позу великана.*) Я знаю, как до него добраться. Я знаю, куда нужно целить, но я ничего не могу сделать, потому что вижу, что на самом деле он слаб. Его все время нужно подбадривать — я считаю, что это всего лишь гигантизм, а не настоящая сила... Ну, это потому что... ну, я же его и раньше знала — я умнее его. Думаю, я знаю, что он собирается делать, его легко уничтожить и он очень напуган. Вот поэтому я и не могу применить свою рогатку и избавиться от великана.

Психотерапевт: Можете ли вы показать нам эту другую его часть, когда он — как вы об этом говорите? — “напуган и слаб и нуждается в подбадривании”? Подскажите ему, что он должен делать, когда он выглядит подобным образом.

Жена: Он сгорбившись сидит на стуле в очень нелепой позе, с выпяченным животом, опущенной головой и выглядит очень подавленным. Кто-то обошелся с ним очень и очень плохо, и этому уже нельзя помочь, но все-таки ему требуется очень много заботы и внимания... здесь ему требуется какая-то помощь, и опять-таки, от помощи ему не будет никакого проку.

Психотерапевт: А какова ваша реакция на его беспомощность?

Жена: Иногда мне кажется, что это моя обязанность, что я должна об этом позаботиться. (*Жене предлагается проделать это без слов. Она гладит его волосы, похлопывает по голове, треплет за плечо.*) Я держусь за него.

Психотерапевт: Вы надеетесь, что это поможет вам или ему?

Жена: Иногда это возникает из-за моего страха перед тем, что придется покинуть квартиру и делать что-нибудь самостоятельно — возможно, я держусь за его депрессию.

Психотерапевт: Чтобы не дать себе уйти?

Жена: Да, прежде всего из-за страха, что это скажется на нем, если я уйду, а во-вторых, может быть, потому что я все-таки боюсь — как бы это сказать? — боюсь выйти в этот мир.

После этого психотерапевт попросил жену пофантазировать о том, что могло бы с ней случиться, если бы она действительно вышла в этот мир. Она инсценировала это с другими членами группы и описала как совершенно противоположное тому, что она остается дома и лелеет депрессию своего мужа.

Жена: Это значило бы покинуть дом, рискуя пробудить мой экзистенциальный страх перед контактированием с людьми в своей области.

Психотерапевт: А что может при этом случиться? В чем именно заключаются ваши ночные кошмары — что самое худшее может случиться?

Жена: Что люди не будут меня слушать или я каким-то образом почувствую себя совершенно ничего не значащей. Может быть, я могу чувствовать себя великой поэтессой, если не пойду и не проверю это.

Психотерапевт попросил ее сделать вид, что она читает свое стихотворение, а остальных — выразить негативную реакцию. Она закончила чтение словами: “Это ужасно — обнаружить, что ты всего лишь одна из толпы”.

Психотерапевт: Я вполне могу это понять. Вам лучше вернуться назад и держаться возле своего мужа.

Жена: [Поступая именно так] У меня накопилась к нему масса претензий, поскольку я чувствую, что он сдерживает меня. Я чувствую, что его депрессия нарастает, и меня беспокоит то, каким образом его можно изменить — вот так!

Психотерапевт: Вы чувствуете, что для вас безопасней и проще остаться и попытаться изменить его, вместо того чтобы идти на риск и читать свои стихи? (*Жена соглашается.*)

Далее психотерапевт попросил ее изобразить, что, по ее представлению, могло бы случиться, если бы она применила свою рогатку.

Жена: Это ведение своей собственной жизни и преследование своих собственных интересов и есть то, что он воспринял бы как оружие, каким-то образом обращенное против него.

Психотерапевт: Вы чувствуете, что ваше секретное оружие — это ваша самореализация?

Жена: Да, и оно могло бы каким-то образом уничтожить его.

Муж выразил свое удивление тем, как жена воспринимает его, отрицая какую-либо негативную реакцию на ее стремление к самореализации. “Я был бы очень счастлив, если бы увидел, что ее литературная работа принесла ей успех”.

Психотерапевт спросил жену, когда муж становился великаном в их повседневной жизни, и она ответила: когда он критиковал ее или впадал в депрессию. Он приводил ее в отчаяние своим ворчанием, жалобами и разнообразными программами преобразования, а когда она не выполняла его требований, он впадал в депрессию.

После этого продемонстрировать свою фантазию должен был муж.

Муж: Она обнажена. Я гаучо — типа Рудольфо Валентино. Мы движемся, образуя полукруг, вращая друг друга в своего рода танце, как японские борцы. *(Они осторожно вращают друг друга.)* Она не знает, что я собираюсь делать. Я заставляю ее быть настроже.

Психотерапевт: Вы управляете танцем?

Муж: Да, верно, очевидным образом.

Психотерапевт: Как вы им управляете?

Муж: Я могу менять направление... Да, это и есть управлять, я веду. *(Он пытается приблизить ее к себе, идет мимо нее, меняет направление, внезапно совершает полный оборот.)*

Психотерапевт: Значит, ей все время приходится быть настроже?

Муж: Да, да.

Психотерапевт: И в любой момент вы могли бы схватить ее?

Муж: Идея танца не в этом. Я совершенно захвачен этой игрой, которая ничего общего не имеет с моей реальной жизнью. Речь идет о придуманной игре, и я на самом деле очень ею захвачен.

Психотерапевт: Покажите, что произойдет, если вы проиграете и руководить начнет она.

Муж: *(Обращаясь к жене.)* Не переставай двигаться по кругу, и тогда вместо того, чтобы уйти от меня, тебе придется прийти ко мне; или продолжай по-прежнему отступать. *(Она захватывает инициативу и начинает преследовать его. Он сильно удивлен и смеется.)* Я хочу сказать: “Прекрати, что ты делаешь? Это моя игра! Это я Пид Пипер*, под дудку которого все должны плясать. Я не хочу играть. Это мой бал.

Психотерапевт спросил мужа, в какой момент их повседневной жизни он испытывает наибольшую потребность управлять танцем,

*Пид Пипер (Pied Piper) — герой германского предания, заставлявший людей следовать своему примеру путем лживых или несбыточных посулов.

и он заявил, что это бывает, когда жена становится совершенно несобранной — разбрасывает свою одежду и бумаги по всей квартире, целыми днями накапливает на кухне горы немытой посуды, забывает о важных встречах, от которых многое зависит для них обоих, и поступает так, как будто она уже на седьмом небе.

Психотерапевт: Что она стала бы делать, если бы сама за все отвечала? Покажите нам свой ночной кошмар.

Муж: Ну, это вообще не поддается никакому описанию! Если мы делаем то, что она хочет... если вести будет она, я недостаточно уверенно себя чувствую, чтобы за ней следовать. Мы никогда не придем к тому, к чему нам суждено прийти — к той жизни, что была у моих родителей, к жизни среднего класса, где все на своих местах, все аккуратно и в полном порядке, и вся жизнь расписана наперед. Когда заранее знаешь о том, что с нами будет, когда нам исполнится 65. Но я думаю, что она, возможно, права и ее инстинкты вполне подходят для того, что она преподносит нам как определенный образ жизни. Но по-настоящему я не верю, что мог бы быть счастлив.

Далее психотерапевт попросил их установить этот образ жизни и изобразить нам какую-либо его картину. Он усадил их обоих на пол со скрещенными ногами.

Муж: Вот собрались несколько друзей. Мы не беспокоимся ни о завтрашнем дне, ни о том, что нам нужно платить за квартиру. Мы просто хорошо проводим время, беседуем, пьем, едим и ни о чем не беспокоимся. Все те проблемы, что сваливаются на меня ежедневно, абсолютно меня не волнуют. Я не беспокоюсь ни о том, что нужно платить за квартиру, ни об оплате телефонных счетов, ни о том, что дочь нужно учить в школе, ни о своей работе, потому что Хита обо всем этом не беспокоится. Мы хорошо проводим время и наслаждаемся каждым днем.

Психотерапевт: И это ваш ночной кошмар? (*Смех.*)

Муж: Мой ночной кошмар в том, что я не верю, что это могло бы быть так хорошо.

Психотерапевт: Но иногда вам хотелось бы уйти с Хитой в этот другой мир?

Муж: Да, умом я знаю, что она права. Но я чувствую, что в результате мне, может быть, придется просить милостыню на улице.

На основе двух этих хореографий психотерапевт разработал следующую гипотезу: центральным вопросом, вокруг которого организуется борьба за власть, является противостояние управления и творчества, где муж занимает позицию того, кто руководит, а жена — позицию того, кто творит. Но их позиции преисполнены неопределенности, противоречий и иллюзий. Муж, как великан и Пид Пипер, руководит только с виду, поскольку его руководство зависит от того, позволяет ли ему жена вести себя. Жена, как Давид, только с виду держит в руках разящее оружие, поскольку ее рогатка самореализации оказывается бесполезной. Она не может убить того, кого “все время нужно подбадривать”.

Ее рогатка становится бесполезной также из-за ее собственного “экзистенциального страха” перед опасностью открыть, что она “всего лишь одна из толпы”. Гигантизм ее мужа не позволяет ей признавать оправданность этого страха. Точно так же, как ее творческая неорганизованность не позволяет ее мужу взглянуть в лицо своему собственному страху перед тем, что он может стать творчески неорганизованным.

Когда противоречия и скрытые планы и намерения становятся очевидными, правильным подходом будет определение взаимных позиций как выполняющих необходимую друг для друга функцию и проведение предшествующего изменению тестирования, которое определяет способность каждого из супругов отказаться от своей функции.

Психотерапевт сказал супругам, что изменить ситуацию будет чрезвычайно сложно, поскольку они сохраняют иллюзии друг друга. Муж сохранял в неприкосновенности иллюзию жены о том, что ее рогатка самореализации может уничтожить его, поскольку знал, что в противном случае ее страх оказаться “одной из толпы” может оправдаться. Для того, чтобы защитить ее от этой опасности, муж руководил танцем с помощью своей критики и депрессии.

Жена сохраняла в неизменном виде иллюзию своего мужа о том, что он великан и Пид Пипер, так как знала, что удерживает его от внезапных порывов отказаться от ценности своих родителей и последовать за ней в неизведанный мир непредсказуемости и удовольствий. Она оберегала его от необходимости справляться со своими порывами выбраться из привычной колеи тем, что ему постоянно приходилось противодействовать ее собственным порывам. Было проведено предшествующее изменению тестирование: для

того чтобы узнать, способен ли каждый из них отказаться от своей покровительственной позиции, им необходимо было провести эксперимент. Мужу следовало выбрать один из дней, когда он не был в депрессии и не критиковал свою жену, и пронаблюдать, будет ли у нее проявляться “экзистенциальный страх”. Если да, то ему следовало немедленно занять ее внимание такой безутешной депрессией, чтобы она могла избежать столкновения с этим страхом. Жене необходимо было выбрать день, когда бы она соблюдала во всем порядок, и пронаблюдать, проявятся ли у мужа порывы к приятному времяпрепровождению. Если да, то ей следовало вновь “воспарить на небеса”, чтобы ему опять пришлось ее организовывать и таким образом забыть о своем порыве. Это определило бы позицию каждого как служащую другому, и таким образом они уже не могли бы восприниматься как не связанные между собой.

На следующем сеансе муж заявил, что он не был ни в критическом настроении, ни в депрессии в течение целой недели, и если это и вызвало экзистенциальный страх его жены, то не проявилось очевидным образом. Она начала писать, извлекла одну рукопись со дна самого нижнего ящика и отправила ее в издательство. Он еще раз повторил, как был бы счастлив, если бы она добилась успеха в своем литературном творчестве.

Жена подтвердила впечатление своего мужа о том, что ни его новое поведение, ни ее творческий порыв не вызвали у нее нервного состояния. Фактически она испытывала восторг. Но она сообщила, что ее организованное поведение и в самом деле вызвало у мужа порыв к приятному времяпрепровождению. Он согласился с ее выбором места проведения отпуска, хотя и считал его слишком экстравагантным. Муж заявил, что еще предстоит посмотреть, возникнет ли у него в связи с этим нервное состояние.

Психотерапевт отнесся к этому настороженно, предупредив, что еще слишком рано говорить, смогут ли они быть терпимыми к изменениям друг друга. Они получили указание и далее следовать в данном направлении, но постоянно внимательно следить за реакцией другого.

С мелкими отступлениями, изменение неуклонно продолжалось вплоть до седьмого сеанса, на котором муж пожаловался, что его жена опять вернулась к своим былым привычкам. Она разбрасывала свои бумаги по всей квартире, замусорила всю спальню, не давала ему уснуть, до поздней ночи печатая на машинке, и вновь

стала совершенно неорганизованной. Жена упрекала мужа в том, что он все критикует, пребывает в мрачном расположении духа и постоянно на нее ворчит. Психотерапевт истолковал их поведение как попытку вновь защитить друг друга, но жена без обиняков заявила, что она больше беспокоилась о себе, чем о своем муже. Она продолжала упорно писать и получила несколько благоприятных отзывов от литературных агентов и издателей. В данный момент ей приходилось противостоять своему собственному пониманию преуспевающей женщины, которая неизбежно должна быть “эгоистичной”, “холодной”, “самоуглубленной” и “бесчувственной”. Всю свою жизнь она боялась того, что если по-настоящему в чем-то преуспеет, то Бог ее покарает — ее ожидает трагическая участь. Она вполне допускала, что могла специально провоцировать своего мужа, чтобы он ее останавливал.

Когда психотерапевт предложил, чтобы у мужа возникла безутешная депрессия для того, чтобы его жена могла избежать своей ужасной участи, муж с горячностью отверг это предложение, заявив: “Это ее проблема, она сама и должна с ней справляться”.

Поскольку каждый из супругов весьма эмоционально отказался служить другому, психотерапевт с этим согласился и дал дифференцирующее задание. Теперь было ясно, почему Давид не мог пустить в ход свою рогатку самореализации. Давид был женщиной, а жена была убеждена в том, что женщина должна понести наказание за то, что она “эгоистична”.

Для того чтобы напрочь развеять это убеждение, для жены был совершен ритуал, который вынудил ее разыграть действие в несколько утрированной форме. Поскольку она чувствовала, что должна заплатить за успех определенную цену, то ей следует заплатить ее еще на пути к успеху, и тогда у Бога не будет оснований взимать с нее эту плату в будущем. Каждый раз, когда она почувствует, что становится эгоистичной из-за своей литературной работы, ей следовало выплачивать штраф своему мужу. Этот штраф должен соответствовать степени ее эгоистичности. Поскольку она была убеждена в том, что достижения не только уничтожат ее, но и “придавят” мужа, ей следовало это как-то компенсировать, сделав нечто такое, что возвысит его за ее счет. Психотерапевт уверил ее в том, что данный “поперегонный” план расчетов был единственным способом облегчить ее вину за успех. Жена приняла это предложение весьма серьезно и согласилась выполнить это задание, от чего муж был в большом восторге.

В течение какого-то времени жена добросовестно выплачивала мужу штраф за свое творчество (готовила его любимые блюда, делала за него уборку в квартире, наводила за собой порядок, исполняла все его прихоти), но мало-помалу она начала восставать против такого положения вещей и на 11-м сеансе решительно заявила: “Мне все это уже порядком надоело. Почему я должна платить за то, что и так мое? А кроме того, я больше не чувствую себя в чем-либо виноватой”. Она не отступила от этой позиции, даже когда ее первая статья была опубликована в одном журнале.

На последнем сеансе хореография не исполнялась, поскольку группа позволила психотерапевту намного раньше использовать все ее возможностями. Однако в конце курса психотерапии стало очевидно, что позиции этой пары в противоборстве руководящего и творческого начала явным образом изменились. Жена возложила на себя ответственность за свои собственные достижения, и у нее больше не было нужды провоцировать мужа своей неорганизованностью, чтобы он ее останавливал. Поскольку депрессивное состояние и критицизм мужа перестали выполнять какую-либо функцию в данном взаимоотношении, они в значительной мере пошли на убыль.

Призрак и камень

Когда вмешательства не нацелены на решение вопроса, являющегося наиболее значимым для поддержания проблемы, изменение — если оно вообще происходит — бывает, как правило, периферийным или временным. Данная супружеская пара обратилась к психотерапии, потому что они предпочитали не касаться некоего болезненного вопроса и с большой неохотой пошли на риск нарушить равновесие в своих отношениях, занявшись им. Они оберегали гомеостатическое равновесие множеством различных способов — отрицая, упрекая, пускаясь в умственные рассуждения и запутывая психотерапевта не относящимися к делу подробностями. Довольно часто психотерапевт сосредоточивает свое внимание не на том, из чего проистекает основная проблема. Далее описывается именно такой случай.

Данная супружеская пара уже прошла шесть индивидуальных сеансов, прежде чем была включена в группу супружеских пар. На индивидуальных сеансах им было дано несколько заданий, которые не смогли вызвать устойчивого изменения, поскольку не были

связаны с наиболее существенным вопросом. Хореография в группе супружеских пар дала ключ к ряду обоснованных вмешательств.

За несколько недель до первого сеанса муж признался жене в том, что в течение всех пяти лет их супружества вел тайную жизнь: каждое утро он шел в свой офис и там выпивал чашку кофе и выкуривал сигарету. Это было запрещено фундаменталистской религией, в духе которой они оба были воспитаны. То же самое муж делал, еще когда жил со своими родителями до женитьбы, но его жене об этом известно не было. Она вышла за него замуж, уверенная в том, что он столь же ревностно относится к своей вере, как и она сама.

За несколько месяцев до этого он прекратил ходить в церковь и заявил жене, что не знает, во что верит. Всю жизнь он делал вид, что верит в то, во что другие хотели, чтобы он верил, а теперь он захотел узнать, во что верит сам.

Муж был младшим из семи сыновей и был воспитан в доме, где никто никогда не посмел бы усомниться в устоях своей религии. Все шестеро его старших братьев пошли по пути праведности и в настоящее время принимали активное участие в жизни своей церкви. Хотя муж всегда свято следовал церковным канонам, в его душе начали зарождаться тяжелые сомнения, когда он был еще подростком, и с тех пор они выросли неимоверно. Рассказать о своих сомнениях для него было немыслимо, и поэтому он старался не давать им воли.

Когда он признался в своем безверии, жена оказалась в весьма затруднительном положении. Когда ему станет известно, во что он верит? И что ему станет известно? Захочет ли она провести с ним остаток своей жизни, если он покинет лоно церкви? Когда она настаивала на том, чтобы он принял решение, он чувствовал себя все в той же западне, в какой был всю жизнь. Когда она не настаивала на этом, она чувствовала себя в подвешенном состоянии и не знала, как к нему относиться.

Психотерапевт предположил, что вопрос религии является отражением какой-то проблемы их супружеской жизни, что муж поставил жену на место своих родителей в качестве наделенного властью лица, против которого он поднимал бунт, а жена эту позицию приняла. Психотерапевт сказал им, что вопрос религии является для них обоих слишком важным, чтобы его можно было решить в данный момент, и им следует дать себе отсрочку на три месяца, в течение которых ни один из них не будет думать. А тем

временем психотерапевт поработает над другими проблемами их супружеских отношений, о которых они упомянули: над проблемой замкнутости мужа и фригидности жены. Жена относилась к сексу скорее как к некоей обязанности, нежели к источнику радости и наслаждения, и в своих действиях была весьма небрежна. Она стеснялась своей фигуры, считая ее непривлекательной, и никогда не раздевалась в присутствии мужа. На вопрос о том, что могло бы на нее подействовать в сексуальном плане, она ответила, что не знает и никогда об этом не задумывалась. Она робко предположила, что если бы муж за ней поухаживал или хотя бы поговорил с нею перед тем, как ложиться в постель, то это, возможно, могло бы как-то помочь.

Они получили несколько простых поведенческих заданий по Мастерсу и Джонсон, касавшихся области секса и общения. Психотерапевт образно говорил о теле жены как о неисследованной стране и предложил им вместе исследовать, что доставляло ей наибольшее чувственное наслаждение. Это следовало проделать мягко, не спеша и без полового акта.

Поскольку чувство долга над женой больше не тяготело, а муж стал общаться с ней все чаще, проявляя при этом нежные чувства, жена незамедлительно на это отреагировала и, к удивлению и восторгу обоих, стала находить радость в сексе. Однако этот первоначальный восторг и увлеченность продолжались всего несколько недель, а потом чувство неловкости и отчужденности возникло вновь. Психотерапевт не соединил общение, секс и религию с основным вопросом взаимоотношений.

В группе супружеских пар муж хореографически изобразил следующую фантазию: он видел свою жену как женщину, плывущую в тумане — в виде какого-то ускользающего призрака. Он пытался преследовать и схватить ее, но она всегда оказывалась чуть дальше его вытянутой руки. На вопрос, что могло бы произойти, если бы он все же схватил ее и повернул лицом к себе, он заявил: “Я хотел бы посмотреть на нее, и увидеть ее лицо, и дать ей возможность увидеть меня”. На вопрос, какой самый большой страх он мог бы испытать, схватив призрак, он ответил: “Если бы она действительно меня увидела, то побежала бы прочь и опять начала бы исчезать”.

Это высказывание послужило основой новой гипотезы. Муж боялся, что потеряет жену, если она когда-нибудь увидит его таким, каков он на самом деле. Он хотел, чтобы она знала о нем самое худшее и при этом была бы способна простить его. Он про-

верял ее тем, что курил сигареты, пил кофе и уходил из лоно церкви, как будто спрашивая: “Будешь ли ты по-прежнему меня любить, если узнаешь, кто я таков”?

В хореографии жены она видела своего мужа стокилограммовым камнем. Она была осенним дождем, который мягко стучал по этому камню в надежде сдвинуть его с места. Она хотела, “чтобы он перестал быть камнем, а раскрылся и превратился в цветок”. Когда ее спросили, что было бы, если бы она нашла внутри камня нечто отличное от цветка, она ответила, что не знала бы, что ей делать. “Возможно, я бы испугалась и убежала”.

Жена подтвердила обоснованность имевшегося у мужа ощущения, что она боится увидеть его таким, каков он есть на самом деле. И если бы она не обнаружила внутри цветка, она могла бы раствориться в тумане. Пытаясь вскрыть этот камень, она использовала не молот и зубило, а морозящий дождь, — гарантируя невыполнимость своей задачи, — что подтверждало ее стремление уйти от прямого столкновения. В обеих фантазиях атмосфера тумана, морозящий осенний дождь и исчезающий призрак — все это предполагало уход от прямого ответа и стремление скрыться.

Что касается центральной темы саморазоблачения, то позиция мужа, похоже, сводилась к следующему: “Я хочу, чтобы ты меня видела”, а позиция жены была: “Я боюсь взглянуть”. Чем больше муж старался заставить жену посмотреть, тем больше она страшилась увидеть, а чем больше она страшилась увидеть, тем больше муж старался заставить ее посмотреть. В течение многих лет он, вероятно, по-разному пытался раскрыть ей свои “темные стороны”, но она передавала ему сообщение, что не сможет этого перенести. И теперь он вынужден был пойти на крайность, покинув лоно церкви и став неверующим.

Предшествующее изменению тестирование предоставило в распоряжение супругов структурированное и защищенное внешнее окружение, в котором они могли бы начать раскрываться друг перед другом. Психотерапевт сказал, что их проблема заключалась в том, что они не знали друг друга и не знали также, будет ли для них безопасно узнать друг друга, и на самом-то деле психотерапевт тоже не знал, безопасно ли это. Для того чтобы это можно было проверить, мужу следовало нашептывать на ухо жене какой-нибудь свой секрет каждый раз, когда она готовились отойти ко сну. Это должно было происходить в атмосфере, благоприятствующей секретам, — наедине, в интимной обстановке, при выключенном

свете. Секретами могли быть любые сведения о его жизни, настоящей или прошлой, но они должны быть чем-то таким, чего она о нем не знала.

Жене не следовало давать ответ незамедлительно, а нужно было поразмыслить над тем, что рассказал ей муж, и следующей ночью дать ему знать, может ли она с этим согласиться. Затем ей следовало нашептать ему на ухо какой-нибудь свой секрет. Это позволяло мужу дать своей жене “увидеть” себя, но не сразу, а за несколько этапов, которые он сам мог контролировать. Жене это давало возможность узнавать его очень постепенно и размышлять обо всем без нажима. Подразумевалось также, что жена и сама могла иметь какую-то интересную скрытую жизнь.

На следующем сеансе жена описала свою первую реакцию на это задание как ощущение сильного страха и нежелание что-либо знать. Однако после того, как первый шок и отвращение прошли, она стала находить упражнение “интересным” и “забавным”. Эти секреты заинтриговали ее, и ей захотелось услышать “все кровавые подробности”. Их беседы стали продолжаться до глубокой ночи. Жена заявила: “Я почувствовала, что мой муж достаточно мне доверяет, чтобы поделиться со мной всем этим, и считаю, что каким бы отвратительным и возмутительным все это ни было, я по-прежнему принимаю его: и ...в общем, главное... я узнала, что по-прежнему люблю его.

Предшествующее изменению тестирование показало, что эта супружеская пара способна реагировать на прямые вмешательства, и психотерапевт сказал им, что, по-видимому, для них вполне безопасно продолжать познание друг друга. Поскольку они собирались поехать в отпуск без своего ребенка, то это было бы идеальным временем для такого постижения. Для того чтобы избавиться от своего предвзятого мнения друг о друге, им следовало делать вид, что у них идет период ухаживания, и узнать друг друга, как это у происходит у людей, впервые испытавших взаимную любовь.

Когда они вернулись из отпуска, жена сообщила, что однажды во время раскрытия секретов она доверительно сообщила мужу о том, что всю жизнь лелеяла тайное желание выпить (весьма тяжелое прегрешение в их религиозной практике). Муж принес домой несколько бутылок шампанского, и они напились вместе. Муж был весьма этим потрясен и заявил: “Я всегда чувствовал, что она поставлена моим судьей, и от этого я чувствовал себя неловко. После того, как мы вместе напились, я почувствовал, что мы с ней на одном уровне”.

Спустя несколько недель у жены появилось крайнее беспокойство в связи с драматическими изменениями в ее муже. В одной из отдельных групп жен она сообщила, что ее муж стал во всем именно таким, каким она хотела его видеть. Теперь он был к ней внимателен, много занимался с ребенком, стал проявлять любовь, теплоту и нежность. Однако: “Я просто не могу этого вынести! Целую неделю он был... он просто сидел и обожал меня. Я поворачиваюсь, чтобы посмотреть на него, а он просто сидит и мне улыбается, и я не знаю... не знаю, что мне делать. Я вспомнила о том, что вы мне говорили о слишком быстром изменении, и начала с ним ссориться, а затем мне пришло в голову, не было ли это для того, чтобы как-то от него отойти, чтобы он перестал считать меня такой уж замечательной”.

Психотерапевт согласился: изменение происходило для нее слишком уж быстро, но указал ей на то, что она сама нашла способ его контролировать — она всегда могла затеять ссору. Когда-нибудь в будущем она, возможно, почувствует, что для нее безопасно открыть мужу свой самый большой секрет: что ей пришлось пережить тяжелое время, стараясь сжиться со своим образом “замечательной”.

Супруги продолжили процесс узнавания друг друга, и чем больше они друг друга узнавали, тем сильнее возрастала их взаимная привязанность. Религиозный вопрос решился сам собой. Мужу поступило предложение от церкви занять один высоких постов, но он отклонил его, не чувствуя себя достойным. Однако это признание было для него крайне унижительным, и он стал готовиться к тому, чтобы когда-нибудь в будущем стать достойным. Он добровольно отказался от курения и употребления спиртных напитков.

В заключительной хореографии фантазия мужа была весьма сильно нагружена образами, указывающими на изменение их сексуальных отношений: “Мы либо камни, либо выброшенные на берег куски дерева, наполовину занесенные песком. Мы выглядываем наружу настолько, чтобы можно было видеть прекрасный океан. Волны набегают и разбиваются о нас — они постоянно накатываются и откатываются, накатываются и откатываются. И мы вместе наслаждаемся этим. Это очень умиротворяющее ощущение. Мне особенно нравится, когда меня ритмично накрывают волны.

По сравнению с его первой фантазией, где были туман и исчезающий призрак, эта фантазия несла в себе ощущение земной

жизни и чувственных наслаждений. Он поймал призрак, и они вместе возлегли на ложе.

Фантазия жены разворачивалась в парке в ветренный солнечный день. Они были двумя шариками, связанными вместе одной ниткой: “Нас выпустили, и мы полетели. Ветер носит нас то вниз, то вверх, но мы связаны вместе. Это ощущение свободного парения”.

Разочарование от попыток вскрыть камень морозящим осенним дождем сменилось образом радости и свободы. Обе фантазии несли в себе ощущение удовольствия и родственности.

Опасность в лесу: Лиса и Сатир

Одной из наиболее распространенных форм сочетания позиций является такая, где есть преследующая жена и дистанцирующийся муж. Как правило, у обоих имеется проблема, связанная с потребностью в близости. Муж пытается решить свою проблему, эмоционально замыкаясь и уходя в себя, жена — обращая свои помыслы на преследование мужа и пытаясь уговорить его открыться.

Иногда психотерапевт попадает в ловушку, присоединяясь к жене в попытках извлечь мужа из его раковины, однако в результате он сжимает ее створки еще плотнее. Поскольку он всю жизнь потратил на сопротивление усилиям тех, кто пытался извлечь его из раковины, — включая семью, друзей, матерей, сестер, учителей, жен, психиатров и всего общества в целом, — он выработал гениальные методы ухода от них. Более продуктивный подход основывается на принципе, изложенном в старинной притче: если хочешь поймать белку, не гоняйся за ней по деревьям, а ляг с горстью орехов на солнышке и усни.

В приводимом далее случае инициатором курса психотерапии была жена, а муж с большой неохотой являлся на сеансы, занимая по отношению к психотерапевту ту же настороженную позицию, что и по отношению к жене.

Супружеская пара описала свою проблему в расплывчатых выражениях: “Мы всегда общаемся в двух разных плоскостях”; “Каждый раз, когда мы начинаем обсуждать что-нибудь важное, заканчиваем тем, что совершенно перестаем понимать то, что сказал другой”; “Ничего никогда не удается решить”.

Сопротивление мужа сразу же стало очевидным, поскольку он отказался придумывать какую-либо фантазию, заявив, что у него

в голове полная пустота. Психотерапевт не стала с ним спорить, а сказала, что, возможно, ему понадобится неделя, чтобы над ней подумать.

В своей фантазии жена видела себя лисой, которая лаяла, скрежетала зубами и скребла землю, пытаясь заставить своего мужа, который был сатиром, спуститься с дерева на землю. Сатир сидел на ветке дерева, блаженно играя на своей дудке, хорошо заметный сидящей на земле лисе. Лиса пыталась предупредить сатира о надвигающейся опасности, но сатир не обращал на ее внимания, до тех пор, пока та в отчаянии не убежала в лес. Жена заявила, что эти позиции в точности совпадали с теми, что были у них дома, когда она старалась заставить мужа уделять больше внимания ей и детям. Муж участвовал в инсценировке фантазии своей жены очень неохотно, с видом более испуганным, чем блаженным.

Психотерапевт выдвинула гипотезу, что ключевым вопросом их отношений была таящаяся в лесу опасность и что эта опасность как-то связана с близостью и удаленностью и с тем, кто будет определять их отношения. Жена отчаянно преследовала мужа, чтобы установить близость; муж упорно ускользал от нее, стремясь сохранить дистанцию. Психотерапевт предположила, что для мужа было крайне важно держать эту дистанцию под своим контролем и сводить на нет все усилия психотерапевта или жены сократить эту дистанцию. Таким образом, предшествующее изменению тестирование было проведено только для жены, а муж получил указание ничего не делать.

Супругам было сказано, что их проблема связана с таящейся в лесу опасностью, но психотерапевт не знает, в чем она заключается. Предшествующее изменению тестирование могло бы показать, достаточно ли безопасно исследовать эту опасность или же им лучше оставить ее в покое. Муж, казалось, был больше всех напуган, поскольку забрался на дерево, чтобы оказаться вне досягаемости. Жене было предложено попытаться найти способ хитростью вынудить его спуститься, чтобы они вместе могли исследовать эту опасность. Предполагалось, что муж будет оставаться на дереве до тех пор, пока жена не убедит его в безопасности попытки что-нибудь предпринять. Если он спустится вниз, то это будет означать, что исследовать опасность вполне безопасно, и мы можем продолжить курс психотерапии. Если нет, то это будет указывать на небезопасность процедуры, и тогда мы не станем продолжать. (В результате муж получил полный контроль над курсом

психотерапии. Мы могли продвигаться вперед только по его сигналу.)

На следующем сеансе жене было предложено продемонстрировать с помощью хореографии, что произошло, когда она попыталась выполнить свое задание. Она заняла позицию лисы и три раза неудачно попыталась вспрыгнуть на дерево, но не получила никакой реакции от сатира, и в конце концов, признав безуспешность дальнейших попыток, надувшись, убежала в лес.

Было ясно, что она не изменила своей тактики, а лишь несколько обновила старую, оставаясь в положении преследователя. Муж по-прежнему был безучастен ко всему происходящему и даже не заметил попыток жены сделать что-то иначе. Он ожидал, что жена сумеет чем-нибудь соблазнить его и заставит спуститься на землю, но она не нашла способа это сделать. Жена признала, что все ее попытки делались вполсилы, потому что она не желает брать на себя ответственность за изменение данных взаимоотношений, поскольку всегда исполняла эту роль.

Муж отказывался спуститься с дерева, жена отказывалась двинуться дальше, пока он не спустится, и поэтому курс психотерапии зашел в тупик. Психотерапевт решила откликнуться на тупик тем, что предписала его. Она сказала супругам, что хореография и предшествующие изменению тестирования показали: в своих отношениях им удалось найти совершенно верное равновесие между близостью и удаленностью, и его следует сохранять. На данный момент легкомысленно нарушать это весьма хрупкое равновесие было бы опасно. Но поскольку они оба пришли на курс психотерапии, кто-то из них может проявить нетерпение и попробовать что-нибудь изменить, попытавшись сблизиться. Это было бы серьезной ошибкой. Для того, чтобы ее избежать, в течение всего последующего периода времени им следует очень внимательно наблюдать друг за другом, и если кто-либо из них предпримет попытку сблизиться, другому следует немедленно ее пресечь.

Муж стоически принял это предписание. Жена была в замешательстве и сочла его странным, но согласилась следовать ему.

На нашей следующей встрече супруги сообщили, что они провели очень славные две недели. Жена заявила: “Случилось что-то странное. Мы стали ближе друг другу именно из-за того, что старались не сблизяться, — мы больше разговаривали, но не так, как раньше. Я специально старалась не задавать вопросов, а он рассказывал мне о себе больше, чем я когда-либо от него слышала. Я внезапно осознала: он становился замкнутым именно оттого, что я задавала столько вопросов”.

Психотерапевт выразила свою озабоченность по поводу “опасности в лесу” — возможности сближения. Жена признала: “Это действительно меня несколько напугало, поскольку совершенно неумышленно произошло совершенно обратное тому, что мы старались делать. Мы стали ближе друг другу, и это пугало”.

Муж заявил, что он совсем не нервничал: “Я чувствовал, что контролирую ситуацию. Возможно, с тех пор, как я поставил свои собственные условия, я чувствовал себя более уверенно, чем когда меня подталкивали. Я привел это дело в движение”.

Психотерапевт предсказала, что данное изменение не продержится долго, поскольку оно произошло слишком быстро и они оба не были к нему готовы. Теперь мужу необходимо было опровергнуть предсказание психотерапевта, чтобы сохранить за собой контроль за ситуацией, чем он и занялся.

На каждом сеансе, по мере того, как улучшение продолжалось, муж гордо заявлял, что предсказания психотерапевта были неверны. Психотерапевт изображала смущение и недоумевала, какими особенными свойствами они обладали и что сделало для них это возможным.

Сбой в изменении произошел только к девятому сеансу. Жена призналась, что трудно справляться с этой новой близостью. Хотя в течение многих лет она жаловалась на то, что мужа ни во что невозможно вовлечь, новая эмоциональная вовлеченность заставляла ее нервничать. Она была ошеломлена теми требованиями, которые его открытость предъявляла ей, и начала осознавать, насколько ей нравилось быть одной.

Психотерапевт сместил основное внимание курса психотерапии на проблему жены, касающуюся близости, и обязал мужа помочь своей жене справиться с этой проблемой. Ему было дано указание контролировать свою открытость, не вынуждать жену опасаться его излишней близости и время от времени уходить в себя ради ее блага. Таким образом, их первоначальные позиции поменялись местами, в результате чего муж был определен как преследующая, а жена — как сохраняющая дистанцию сторона. Похоже было, что муж доволен и горд своей новой позицией стража проблемы собственной жены, а жена прекрасно поняла всю иронию такого положения вещей.

В заключительной хореографии жена представила себя и мужа в виде двух маленьких беспокойных птичек, вьющих на дереве гнездо. “Каждая улетает, отыскивает кусочек материала, из которого они строят гнездо, и возвращается к другой. Мы без остановки

щебечем. Иногда мы клюем друг друга своими клювиками, но совершенно не больно. А в конце этой фантазии мы вместе улетаем”.

Она видела себя уже не лающей лисой, а птичкой, которая сидела рядом со своим мужем — другой птичкой — в кроне высокого дерева. Иногда они поклевывали друг друга своими клювиками, чтобы регулировать степень близости, поскольку были заняты домашними делами, связанными с постройкой гнезда.

Мужу не предложили придумать свою фантазию, но он сам сказал, что присоединяется к фантазии жены.

Общий итог

Методика хореографии супружеских пар определяет супружеские отношения в метафорических терминах. Когда метафоры разыгрываются в виде театрализованного действия, взаимные отношения преобразуются в конкретные образы, которые обеспечивают основу для системных вмешательств, нацеленных на разрушение обостряющейся взаимности. Предшествующие изменению тестирования применяются для регулирования скорости изменения взаимных позиций. Изменение рассматривается как явление, нарушающее сложившееся положение вещей и временно расстраивающее равновесие супружеских отношений. Группа выполняет роль театральные подмостков, на которых супружеские отношения “ставятся” и рассматриваются с юмором и объективностью. Создается атмосфера экспериментирования, необходимая для выполнения нетрадиционных заданий.

Использование расширенной семьи в психотерапии супружеских пар

Почем освобождение?

Следующий случай представлен в качестве примера решения вопросов расширенной семьи, когда они рассматриваются как составляющая часть обозначившейся проблемы. В данном случае

слишком сильная вовлеченность жены в дела родительской семьи была связана с супружескими размолвками и стала частью дилеммы, вокруг которой разворачивается психотерапевтическая дискуссия. Вопросы отношений мать-дочь связываются с вопросами отношений муж-жена в качестве тем трех поколений, прослеживаются, а затем парадоксально используются, чтобы опутать супружескую пару двойными обязательствами (double binds), из которых они могут освободиться, поочередно двигаясь в нескольких направлениях. Между группой и психотерапевтом разворачивается напряженный поединок, касающийся освобождения жены, который отражает в себе позиции мужа-жены-бабушки. На последнем сеансе используется вмешательство, связывающее вместе вопросы отмежевания от обеих расширенных семей.

Жена, Маша, работник социальной сферы, притащила своего мужа, Амера, на курс психотерапии после семилетних попыток пробиться сквозь “его блокаду, которой он отрезал себе доступ к своим чувствам”. Потерпев неудачу, она теперь хотела поручить эту работу психотерапевту. В своих отчаянных попытках “разблокировать” мужа она анализировала каждую его мысль, действие, чувство и настроение и пыталась организовать их в соответствии со своими стандартами. Она жаловалась на его отчужденность и нежелание с ней общаться, а также упрекала его в уходе от своей собственной жизни: “Он никогда не сядет и не подумает о себе — о том, что такое жизнь, кто он есть, куда направляется и как может к этому прийти. У него есть свои ощущения, но нет с ними никакого контакта. Его тихий омут не так уж и глубок”. Муж добился больших успехов в области химических исследований, но она не одобряла его способ распоряжаться своей профессиональной и общественной жизнью: “Он почти не использует свой талант и не получает максимум возможного — не читает книг, не занимается искусством, не знает, что делать в своей общественной жизни. Он не умеет распоряжаться ни деньгами, ни людьми, и люди используют его в своих интересах, поскольку он ничего не смыслит в политике”.

Жена рассказала о собственной профессиональной деятельности и посетовала, что она сейчас не там, где ей хотелось бы быть. Вместо того чтобы работать, она продолжала учиться на курсах, потому что боялась “оказаться там, где мне профессионально следует быть, поскольку это значит, что я должна буду стать взрослой, посвятив себя своей профессии”. У нее уже был некоторый

печальный профессиональный опыт, который вызвал крайнюю неуверенность в себе.

Муж говорил скупой, почти шепотом и только когда к нему обращались. Он спокойно заявил, что трудности в их супружеской жизни беспокоили его гораздо меньше, чем жену. По его мнению, единственная проблема заключалась в том, что жена пыталась заставить его думать и чувствовать так же, как она сама, и это приводило к столкновениям между ними. Он согласился, что нуждается в ее руководстве, поскольку «она знает о мире больше, чем я. Ее восприятия вернее и глубже, чем у меня». Он признался, что не особенно проявлял свои чувства, поскольку всю жизнь отличался тихим нравом. Было ясно: муж передал жене сигнал о том, что нуждался в ее руководящих указаниях, как ему думать и как себя вести, а затем обижался на нее за то, что она ему это говорила.

На вводном интервью жена также говорила о своих трудностях с родительской семьей. «Моя мать и я поменялись ролями. Она ждет от меня проявлений заботы — старается опереться на меня. Фактически же вся моя семья дала мне понять, что они не смогут без меня выжить. Я — это светлая сторона их жизни. И именно сейчас родился ребенок. А мне самой нужна поддержка. Я хочу, чтобы Амер заменил мне их и поддержал меня».

Ее 33-летний брат по-прежнему жил дома и последние 15 лет она неустанно пыталась заставить его пройти курс психотерапии. У него всегда были «эмоциональные проблемы», и она была его единственным другом.

Хотя временами Маша чувствовала, что ей хотелось бы меньше контактировать со своей родительской семьей, им всегда удавалось заставить ее вплотную заниматься их проблемами. Она выступала в качестве посредника между своими родителями. «Моя дружба очень важна для моей матери. Она позволяет ей держаться вдали от отца».

В то время как жена была предельно втянута в дела своей семьи, отношения мужа со своей родительской семьей не были слишком близкими. Он приехал в Соединенные Штаты из Латинской Америки по программе обмена студентами, и они познакомились в аспирантуре. Он был четвертым из девяти детей и в основном был предоставлен самому себе. Самые близкие отношения у него сложились с младшим из его старших братьев, который был «бунтарем, паршивой овцой в семье, никогда не держал язык за зубами и всегда попадал в беду, в то время как я держал рот на замке

и избегал неприятностей” — привычка, которой он остался верен по сей день.

Во время консультации группа и психотерапевт согласились в том, что первое вмешательство должно быть нацелено на связанную с тремя поколениями тему втянутости. Ясно было, что Маша взяла на себя роль попечителя как в семье своих родителей, так и в нынешней своей семье. Амер исполнял роль беспомощного партнера, который не может существовать без ее опеки, но обижался, когда она начинала его опекать. Озабоченность Маши проблемами своего мужа и родительской семьи отвлекала ее от страхов и сомнений, связанных с собственным профессиональным становлением. В связи с этим мы посоветовали Амеру не иметь своих собственных представлений, поскольку это лишит его жену возможности иметь это вместо него, и тогда у нее начнут складываться представления о себе самой и о своей жизни. Группу беспокоило, что эти новые представления о себе могут привести к Машину преждевременному освобождению и непредсказуемым последствиям для Амера и ее родительской семьи. Она больше не сможет заботиться о них так, как они к тому привыкли.

Вопреки мнению группы, психотерапевт примкнула к идее освобождения жены, заявив, что мужу и семье пора бы уже научиться ходить самостоятельно и самим заботиться о себе, жена имеет право освободиться и реализовать свой потенциал, независимо от цены, которую придется заплатить ее мужу и семье.

Это противоречие между психотерапевтом и группой нарастало от сеанса к сеансу. Группа тщательно прорабатывала консервативную позицию, согласно которой первая обязанность женщины состоит в том, чтобы быть хорошей женой и дочерью, а личные или профессиональные устремления должны быть на втором месте, то есть ее естественная профессия состояла в том, чтобы изменить своего мужа и семью. Психотерапевт красноречиво отставила идею освобождения, заявляя, что жена уже достаточно долго служила всем матерью-кормилицей и не должна больше жертвовать своим умом и талантом ради дела, за которое она получала столь малую благодарность.

Жену все больше и больше выводили из себя заявления группы, и она вступила с ней в открытую борьбу: “Я уже по горло сыта их стараниями удержать меня на моем месте. Я сама должна решать, где мое место. Почему они все время пытаются оттолкнуть меня назад, когда я стараюсь двигаться вперед?”

Чем настойчивее группа рекомендовала жене думать только о других, тем больше она думала о себе, и чем упорнее они реко-

мендовали мужу оставаться беспомощным, тем более самоуверенным он становился. Эта новая самоуверенность была для жены крайне угрожающей, и она старалась подавить ее на корню. Она настаивала на том, что высказываемые им мысли не были на самом деле его “истинными” мыслями, и способ их выражения не был для него естественным. Когда он начинал на нее злиться, она настаивала на том, что он злится не на нее, а на что-то другое в своей жизни. Группа неизменно поддерживала новую самоуверенность мужа и постоянно рекомендовала ему оставаться неуверенно стоящим на ногах и невыразительным.

Основной кризис произошел, когда жена пошла работать, и ее начали преследовать страхи перед профессиональным ростом. “Я боюсь, что могу втянуться в текущую организационную работу и от этого стану менее значимой для других. Мне приходится заниматься по работе такими областями, где я ничего не смыслю. Это меня пугает и заставляет чувствовать себя неполноценной. Дома у меня на все есть готовые ответы, и я чувствую себя в безопасности”.

Муж выразил свое неудовольствие ее новой работой: “С одной стороны, я хочу видеть, что она добилась успеха, а с другой стороны, мне придется от многого отказаться. Возможно, она начнет думать, что гораздо интересней решить какую-то головоломку на работе, чем пытаться решить головоломку со мной”.

Группа вновь и вновь рекомендовала мужу вести себя все более беспомощно, чтобы его жена не могла сосредоточиться ни на чем, кроме его обслуживания, а психотерапевт, наоборот, постоянно воодушевляла жену идти вперед на полных оборотах.

В ответ на усиление независимости жены ее семья стала предъявлять к ней все возрастающие требования и подбрасывать новые проблемы. “Для них невыносимо видеть, что я профессионально двигаюсь вперед. Тогда бы я добилась успеха в семье, которая потерпела неудачу. Я бы тогда вывела их на чистую воду, особенно мою мать, которая мне завидует. Она ужасно боится, что я открою, где она допустила ошибку, и увижу, что она совершенно несостоятельна. Особенно в отношении моего брата. Если я воспитаю своего сына так, что он окажется в лучшем положении, чем мой брат, она будет мне завидовать. Она боится, что я открою, кто из нас более женщина, кто из нас может делать женские дела лучше. Я столько времени старалась не замечать, что я лучше нее”.

Она рассказала, что у ее матери никогда не было возможности учиться в колледже, поскольку ей приходилось помогать семье

после того, как умер ее отец. Она всегда возмущалась тем, что ей приходилось работать ради того, чтобы ее братья и сестры могли закончить школу. Когда Маша уже почти заканчивала колледж, у матери появилась сильная лихорадка неизвестного происхождения как раз во время экзаменационной недели, что едва не помешало дочери получить диплом.

С этого момента было решено перенести внимание на отношения матери-дочери, поскольку они предвосхищали все остальные заботы жены. Психотерапевт присоединилась к мнению группы о том, что данные отношения следует поставить впереди отношений мужа и жены. Мужа попросили помочь своей жене отмежеваться от родительской семьи, дав ей повод покинуть свою мать.

Группа сейчас больше беспокоится о вашей матери, чем о вашем муже. Они полагают, что ваш муж сумеет отнестись терпимо к тому, что вы станете изменившейся женщиной, но ваша мать не сможет с этим смириться. Она никогда не примирится с той, кого считает эгоистичной женщиной, которая проявляет заботу о себе, посвящает меньше времени своему мужу, своему ребенку, своему брату, своему отцу и своей матери. И вы не сможете должным образом воспринять ее неодобрение. *(Жена согласно кивает.)*

После продолжительного обсуждения мы пришли к выводу, что для вас существует единственный способ вынести ее неодобрение. Ваш муж должен помочь вам в этом. Он должен стать еще более требовательным, беспомощным и зависимым, чем ваша мать, в связи с чем у вас появится оправдание того, что вы проявляете заботу о нем, а не о ней.

Группа обратила мое внимание на то, что я пыталась помочь вам стать независимой от своей матери и мужа одновременно, и сейчас мне стало ясно, что это невозможно. Дочь прежде всего должна суметь стать независимой от своей матери, прежде чем она может стать независимой от своего мужа. А мер, каждый раз, когда вы видите, что ваша жена проявляет беспокойство из-за того, что покидает свою мать, вы должны дать ей сигнал, что не можете функционировать без нее.

Во время следующего сеанса жена гордо изложила свою декларацию независимости от своей родительской семьи. Она отказалась давать им советы в отношении своего брата, полностью выключилась из спора своих родителей и стала уезжать на уик-энд за город со своим мужем и ребенком вместо того, чтобы проводить его в доме своих родителей, как было заведено.

Это привело к более тесному взаимодействию между мужем и женой и выразилось в том, что они стали больше заниматься любовью и более открыто ссориться. Жена реагировала на изменения в их отношениях следующим образом: “Что-то должно скоро всплыть на поверхность — что-то, что меня пугает — наши истинные чувства друг к другу, как положительные, так и отрицательные. Мы чуждались друг друга, а теперь нас просят немного больше друг другу доверять, и это пугает. Я не могу покинуть свою семью, пока у меня не будет полной уверенности в том, что мой муж будет там вместо меня, но он упорствует. Чем больше группа убеждает его упасть к моим ногам, тем больше он мне сопротивляется”.

Группа связала страх жены перед большей близостью к мужу со страхом перед необходимостью покинуть свою семью, и дала ей указание предоставить мужу возможность самому регулировать близость и удаленность.

Группа убеждена в том, что вы имеете право беспокоиться по поводу опасности стать ближе друг другу, поскольку это означает, что вам, Маша, придется разойтись со своей семьей, а им известно, что это вызовет у вас состояние сильной тревоги и стресс. Они чувствуют, что вы, Амер, со своей беспредельной мудростью, поняли это. Каждый раз, когда вы оба чувствовали, что сближаетесь, вы начинали самоутверждаться, зная, что это приведет к ссоре. Это прерывало сближение, так что Маша не расходилась со своей семьей слишком быстро. Группа верит, что вы должны положиться во всем на мудрость Амера и слепо ему верить. Они считают, что он обладает сверхъестественным чутьем в отношении того, что требуется в данной ситуации.

Психотерапевт предпочла не комментировать позицию группы, говоря, что просить женщину безоглядно доверять своему мужу значит требовать от нее неизмеримо много, но, быть может, ей

удастся доверять ему хоть чуть-чуть. Им была назначена встреча через два месяца, то есть после летнего отпуска.

На сеансе, состоявшемся после летнего отпуска, супруги сообщили, что они вместе совершили путешествие и их отношения стали гармоничнее, чем когда-либо ранее. Психотерапевт заметила, что Амер, должно быть, почувствовал: для Маши не было опасности в том, чтобы стать ближе к нему, и он подтвердил, что это так. Жена сообщила, что она доверяла своему мужу: “Я обнаружила, что не считала каждую минуту, чтобы все успеть”. Она также заявила, что отказалась организовывать свою жизнь вокруг идеи быть хорошей дочерью и больше времени посвящала тому, чтобы думать о себе и о том, что делать со своей жизнью. Затем она выразила свой гнев по отношению к группе:

“Я считаю позицию группы противоречивой, потому что они женщины-профессионалы и обладают двойным стандартом. Они велят мне знать свое место, но сразу видно, что не знают своего. Все эти разговоры о том, чтобы я отказалась от своей жизни ради Амера и моей семьи, — не для меня. Я вернулась сюда в твердом убеждении: не надо мне указывать мое место”.

Психотерапевт согласилась с ней в том, что касалось группы, а затем поинтересовалась, как ее семья отреагировала на ее новую декларацию независимости. Маша сообщила, что ее мать еще больше усилила свою конкуренцию с ней. Она и Амер были на диете, а мать все время старалась уговорить их поесть. “Она боится того, что я буду красивой женщиной, и я тоже”. Далее она рассказала, каким ударом для нее было бы изменить свое представление о себе, став стройной, потому что “это касается сексуальности. Наша половая жизнь за последнее время значительно улучшилась. Я боюсь стать такой, какой старалась не быть всю жизнь, — привлекательной”. Амер заявил, что не испытывает никаких трудностей с восприятием своего нового образа, поскольку он придавал ему большую уверенность в себе и помогал производить хорошее впечатление.

Группа передала через психотерапевта сообщение, которое связывало программу улучшения внешности супругов с беспокойством группы по поводу ухода Маши из дома.

Группа обеспокоена тем, что если вы двое одновременно станете красивыми и стройными, вы будете столь привлекательными друг для друга, что просто склеитесь, как два магнита. И что тогда может случиться с вашей матерью? Тогда вы определенно покинете свою мать. (*Смех от души.*) Если лишь один из вас станет стройным и красивым, тогда все в порядке, но если вы оба станете такими, то будете так влюблены друг в друга и вам будет так интересно жить, что вы совершенно забудете свою мать. А мы беспокоимся о ней.

Жена ответила после долгой паузы: “Я думаю, что мне нужно будет оставить ее в покое и позволить ей делать то, что ей следует делать. В мае мы с Амером возвращаемся на его родину, и ей придется отойти на второй план”.

В связи с тем, что они возвращались на родину Амера, Маша обсудила проблемы его семьи. “Они всегда чего-то просят, и Амер им все дает”. Амер сказал в свое оправдание, что его семье, особенно отцу, не нравилась их независимость и то, что они отошли от семейных ценностей. Семья постоянно пыталась вернуть их в свой загон.

Мы разработали вмешательство, связывающее проблемы семьи Амера с проблемами семьи Маши. Оно было осуществлено в форме реверсирования, нацеленного на дальнейшее отмежевание Маши от ее матери, и определения проблем в обеих семьях как сходных между собой. Маше было предложено изменить свою материнскую роль по отношению к собственной матери на полностью противоположную и занять позицию дочери, обращаясь к ней за советом.

Психотерапевт пришла на сеанс, чтобы сообщить, что у нее произошло окончательное выяснение отношений с группой относительно того, кто отвечает за проведение психотерапии, и она победила. Она собиралась дать Маше задание, касающееся их возражений, — задание, которое позволит ей еще больше освободиться от своей матери. Она предложила Маше прийти к своей матери с видом беспомощной дочери и попросить у нее совета, как вести себя с семьей мужа, когда они вернутся к нему домой. Ей следует рассказать матери обо всех проблемах, которые есть у ее мужа с его семьей: как он позволяет им помыкать собою ради того, чтобы считаться хорошим сыном, как не способен оградить свою собственную семью от их притязаний и как уступает всем их тре-

бованиям. Независимо от того, какой совет даст ей мать, она вовсе не должна была ему следовать, а просто поблагодарить ее за него. Психотерапевт пояснила: “Вы не можете оставить свою мать, пока проявляете о ней материнскую заботу, вы сможете покинуть ее только тогда, когда станете ее дочерью”. По мнению психотерапевта, причина, по которой группа воспротивилась этому заданию, заключалась в том, что им было известно: как только Маша займет позицию дочери по отношению к своей матери, она совершенно определенно будет способна разойтись с ней. “Но большая часть группы была не очень обеспокоена, поскольку они чувствовали, что задание слишком трудное и вы в любом случае не справитесь с ним”. Сама же психотерапевт считала, что с помощью мужа Маша сумеет выполнить это задание. Ему следовало продолжать и дальше регулировать близость и удаленность.

Маша доказала неправоту группы, досконально исполнив это задание. “То, что я стала просить у матери совета, уменьшило конкуренцию между нами. Это был не слишком хороший совет, но между нами возникли теплые чувства”. За исключением мелких недовольств, отношения между супругами продолжали развиваться весьма гладко, и в конце данного сеанса психотерапевт и группа обсудили вопрос о завершении курса. По этому поводу возникло некоторое несогласие, поскольку психотерапевт считала, что им следует провести еще несколько сеансов, чтобы упрочить изменения, а группа полагала, что теперь они уже могли справляться со своими проблемами самостоятельно. Было принято решение сообщить об этом разногласии супругам, но так, чтобы согласовывать позиции психотерапевта и группы в отношении изменения.

Группа обеспокоена тем, что теперь, когда Маша добилась определенной независимости от своей матери, у нее может возникнуть искушение добиваться уже большей независимости и в своих отношениях с Амером. Она может осуществить это, перестав принимать столь непосредственное участие в его эмоциональном росте и развитии. Если это произойдет и она станет преуспевающей и компетентной женщиной, есть опасность, что она может испытывать беспокойство в связи с тем, что ее мать этого не одобрит. Поэтому группа рекомендует, чтобы мы завершили курс психотерапии, поскольку любое дальней-

шее продолжение этого курса подвергает Машу опасности измениться слишком сильно.

У Маши буквально открылся рот от удивления, и она воскликнула: “Вот это да! У меня слишком хорошо все идет, этого, что ли, они боятся?” Психотерапевт не согласилась с группой; по ее мнению, оба супруга показали, что могут выдержать изменение. Маша сумела выдержать неодобрение своей матери, а Амер — независимость Маши. Однако, поскольку они и сами успешно со всем справлялись, она назначила им встречу через два месяца. (Как правило, встречи назначались с интервалом в два месяца или три недели.)

Амер позвонил за две недели до назначенной встречи и сказал, что они хотели бы ее отменить: все шло так хорошо, что они в ней совсем не нуждались. Маша была с ним согласна, но попросила меня сообщить группе, что эта отмена вовсе не была связана с ее страхом перед дальнейшим изменением, а лишь доказывала ее способность справляться с переменами. Она, наконец, одержала победу над группой.

9. РАЗБОР СЛУЧАЯ: АНАТОМИЯ НАСИЛИЯ

Джоэл Бергман, Джилиан Уолкер*

Рассматриваемый далее случай наглядно иллюстрирует то, как описанный здесь подход может применяться к семьям, члены которых традиционно склонны к эксцентричным и насильственным действиям.

Основное внимание уделяется борьбе между психотерапевтом и семьей за контроль над курсом психотерапии. Занимая метапозицию по отношению к этой борьбе, психотерапевты преднамеренно создают в семье серию кризисов. Они избегают вступления в симметричную борьбу с семьей, работая только на уровне организации систем, который включает семью и психотерапевта. Эта главенствующая стратегия возвращает стресс обратно в семью. Семья постоянно старается снизить этот стресс с помощью внешних стабилизаторов, но психотерапевт в конечном итоге вынуждает семью поступать с ним иным образом.

Во время курса психотерапии семья противостоит группе психотерапевтов, прибегая к набору весьма изобретательных уловок, чтобы предотвратить изменение, включая угрозы убийства и самоубийства, психотическое поведение, крайний симбиоз, уголовное дело и целый набор ярких физических симптомов, начиная с агорафобии (боязни открытого пространства), гипервентиляции и головокружения, вплоть до вообразяемой опухоли мозга. Психотерапевтическая группа парирует все эти уловки столь же изобретательными контрulloвками и искусно предотвращает губительное насилие.

Диалог, который читается, как страницы из пьесы театра абсурда, отражает эксцентричные жизненные устои данной семьи.

Этот случай был настоящим вызовом не только в силу трудноизлечимости и длительности симптома и ужасающего уровня на-

*Джоэл Бергман и Джилиан Уолкер. Старшее отделение, Институт семейной терапии Аккермана, Нью-Йорк.

силы в семье, но также в силу яростного сражения, развернувшегося между психотерапевтической группой и семьей за контроль над курсом психотерапии. Психотерапевтом был Джоэл Бергман, а членами консультационной группы — Джилиан Уолкер, Анита Моравец и Поль ДеБелл.

Сет, 34 лет, пациент, страдающий агорафобией, накопивший за свою 15-летнюю “карьеру” душевнобольного множество диагнозов и солидный список психотерапевтических неудач, жил в состоянии непрекращающейся войны со своими родителями. Первый звонок поступил от его отца, который жаловался на то, что они с женой должны были постоянно находиться возле своего сына, поскольку, когда они оставляли его одного, сын впадал в панику и у него происходили вспышки насилия. Весь день возле сына находилась мать, а затем ее сменял отец и проводил с сыном весь вечер. Отец уже был по горло сыт подобным положением вещей и просил помощи.

Узнав, что сын ранее неоднократно проходил курс психотерапии, сотрудник приемного покоя направил семью в Проект краткосрочной психотерапии. После первой встречи психотерапевта с семьей, но еще до того, как состоялся первый сеанс, психотерапевту позвонила какая-то женщина. Она отказалась назвать свое имя, говоря о себе как о “значимом другом” (significant other) в семье, и спросила, следует ли ей присутствовать на первом сеансе. Психотерапевт поблагодарил ее за проявленное участие и сказал, что, возможно, он позвонит ей позднее, но на первом сеансе должна присутствовать только семья.

Первый сеанс

Эта образованная еврейская семья из среднего класса проживала в окрестностях Нью-Джерси, в 20 минутах езды от Нью-Йорка. Обоим родителям было уже далеко за пятьдесят, а страдающий агорафобией сын Сет был их единственным ребенком. Мать носила короткую прямую куртку, брюки и кроссовки. Волосы у нее были собраны в пучок в стиле 30-х годов, она курила сигареты “Мальборо” и чистила ногти спичечным коробком. Отец одевался более традиционно, но имел странную привычку засыпать на ходу, что с ним и случилось несколько раз за время вводного интервью.

Сет, молодой человек могучего сложения, носил футболку, хлопчатобумажные брюки и темные очки. Он постоянно держал под рукой термос с апельсиновым соком, который пил для восполнения сахара, валидол от приступов страха и коричневый бумажный пакет, в который он “гипервентилировал” в моменты возникновения стресса. На протяжении всего сеанса он постоянно проверял свой пульс. Несмотря на всю серьезность описанной отцом проблемы, сеанс проходил в дремотной атмосфере сонного царства, которая лишь иногда прорезывалась внезапными вспышками злости, столь же быстро угасавшими.

Во время первого сеанса психотерапевт задавал отдельные вопросы, касавшиеся обозначившейся проблемы, ее продолжительности и цикла взаимодействий, в котором она коренилась, в то время как группа за зеркалом наблюдала за скрытыми признаками, чтобы понять структуру системы и оценить степень сопротивления семьи изменению.

Сет: Я никогда не выхожу на улицу, потому что не могу выйти из дома... Это типичная агорафобия. У меня возникает паника каждый раз, когда я выхожу из дома, или нахожусь в метро, или в лифте и тому подобных местах. Лет пять или шесть назад это стало происходить постоянно, а сейчас уже совсем не проходит. В какой-то мере это связано с моей матерью — мне страшно оставаться без нее. Я не уверен, что “страшно” — подходящее слово; это что-то более сложное. В этом страхе содержится очень много злости, вот что я имею в виду. В нем столько магического — шизофренического, кажется, это более подходящее слово — шизофренической магии, знаете ли: пока она рядом — я не умру. Но есть также и злорада: мне предстоит умереть, а она будет стоять и смотреть на это. Она убивает меня всю жизнь и собирается увидеть, как я умираю. Вот в этом и состоит то самое соединение этой по-настоящему психотической магии... совершенно примитивной магии с этим страхом.

Психотерапевт: Вы проходите индивидуальную психотерапию уже 15 лет?

Сет: С разными перерывами.

Психотерапевт: Если это 15 лет с перерывами, тогда сколько же раз вы проходили психотерапию?

Сет: Примерно восемь или девять.

Психотерапевт: Восемь. Хорошо.

Сет: По крайней мере... однажды это был курс лекарственной терапии.

Психотерапевт: Лекарственной терапии? Какого рода?

Сет: Любого, какой вы только можете себе представить. Ну, в общем, мы пробовали валидол и либриум. Валидол дает временное облегчение, но больше ни на что не годится. Стелазин и торазин...

Психотерапевт: Стелазин и торазин?

Сет: ...не действуют. У меня была нетипичная реакция, у меня возник страх.

Психотерапевт: Верно. И вас госпитализировали?

Сет: Да, я попал в центр круглосуточного наблюдения.

Психотерапевт: И надолго?

Сет: На восемь недель.

Психотерапевт: А какова нынешняя ситуация, когда вы все время находитесь дома?

Сет: Катастрофическая.

Психотерапевт: Это слишком неопределенно.

Сет: Все вцепляются друг другу в горло.

Психотерапевт: К какому соглашению вы пришли?

Мать: Мы продолжаем оставаться в его доме.

Психотерапевт: Вы оба одновременно?

Мать: Мы все трое в его доме.

Психотерапевт: Вы все трое остаетесь вместе в одном доме?

Сет: Да.

Психотерапевт: Круглые сутки без перерыва?

Отец: Нет, нет, днем я бываю на работе.

Психотерапевт: (Обращаясь к матери) Итак, значит, вы с...

Сет: Двадцать четыре часа в сутки.

Психотерапевт: Хорошо; когда мама днем дома, вы не паникуете и с вами все в порядке?

Сет: Ага. Именно так и было.

Психотерапевт: Ну, а сейчас все в порядке?

Сет: Сейчас я паникую, даже когда она дома.

Психотерапевт: Вы паникуете, даже когда она дома?

Сет: Ну, на самом деле у меня уже не осталось домашней территории. Я стал агорафобиком.

Психотерапевт: Да, но ведь это же дом ваших родителей.

Отец: Это его собственная квартира.

Сет: Нет. (*Говорят все одновременно.*) Я пытаюсь объяснить, что такое домашняя территория с точки зрения агорафобии. Обычно это значит, что вы возвращаетесь в свой дом. Неважно, живете вы там или нет, но там вы себя чувствуете в безопасности. (*Сет “забивает гол” психотерапевту, растолковывая ему динамическую теорию агорафобии.*)

Психотерапевт: Значит, у вас нет безопасного места.

Сет: У меня нет безопасной территории; я постоянно нахожусь в своего рода контролируемой панике.

Психотерапевт: Когда папа дома, вы испытываете то же самое или это что-то другое?

Сет: Нет, это то же самое. Иногда моей матери удается несколько ее уменьшить, но обычно мне ничто не помогает.

По мере продолжения первого сеанса у группы сложилось убеждение, что наиболее значимым сообщением, переданным семьей психотерапевту, был скрытый вызов Сета: “Я являюсь экспертом в вопросах моего состояния и знаю о нем больше, чем кто-либо другой. Другие эксперты потерпели неудачу, и то же самое ожидает вас”. Когда Сет излагал свою длинную психиатрическую историю болезни, тон его был победоносным и вызывающим. Кажущаяся скука и сонливость родителей также служили сообщением: “Ситуация безнадежна. Этот курс терапии будет ничуть не лучше, кроме того, что он его позабавит”.

На следующем сеансе Сет и его мать описали свое взаимодействие более объективно и почти без лишних эмоций. На этот раз родители впадали в дрему по очереди. Подобные моменты психотерапевт никак не комментировал, стараясь только собрать информацию и наладить контакт с семьей.

Психотерапевт: Каким образом она способна принести вам облегчение?

Сет: Своим присутствием, своей магией.

Психотерапевт: Просто своим присутствием? Вы держите его, ласкаете... или утешаете его?

Мать: Нет, не совсем так. Нет, нет.

Сет: Да, она это делает, когда я угрожаю ей. Мне приходится ей угрожать.

Психотерапевт: Что же вы делаете? Вы начинаете швырять вещи, выкрикиваете оскорбления?

Сет: Все, что только можно себе вообразить: я швыряю вещи.

Психотерапевт: Выкрикиваете ужасные слова?

Сет: Да, все в таком роде.

Психотерапевт: Совершенно ужасные...?

Сет: Да.

Психотерапевт: Ну, повторите что-нибудь. Как вы реагируете, когда Сет говорит нечто подобное? Как вы поступаете?

Мать: Ну, каждый раз по-разному. Иногда я начинаю в ответ кричать на него. В зависимости от того, до чего мы доходим.

Психотерапевт: Положим, если это дошло до того, что...

Мать: Когда он меня бьет, я...

Психотерапевт: Как часто он вас бьет?

Мать: Мне не хотелось бы об этом говорить. В последнее время не так уж часто.

Психотерапевт: Ладонью? Или кулаком?

Мать: Нет. Уж если он бьет, то бьет сильно.

Психотерапевт: Куда — по лицу?

Мать: Куда угодно.

Психотерапевт: Куда угодно? Он сбивает вас с ног?

Мать: О, он меня чуть насмерть не прибил.

Психотерапевт: Он причинил вам вред?

Мать: И еще какой. У меня вся голова была в крови.

Психотерапевт: И после этого она проявляет к вам внимание.

Мать: После этого я не проявляю к нему внимание, я проявляю внимание к себе.

Сет: Нет, так далеко у нас не заходит, это скорее что-то среднее, я полагаю — это что-то среднее.

Мать: Я имею в виду... Я боюсь к нему приближаться, когда он в таком состоянии, потому что не знаю: вдруг он меня ударит, если я его не так трону.

Главное острие оказанного семьей сопротивления было нацелено на борьбу за то, кто будет распоряжаться курсом психотерапии. После консультационного перерыва психотерапевт и группа наблюдения решили ответить на вызов семьи: “Мы в отчаянии, но ни вы и никто другой не можете нам помочь” — тем, что не приняли, но и не отклонили его. Вместо этого группа сместила борьбу на иной уровень — запланировала консультационный сеанс с “известным во всем мире специалистом по агорафобии и сходным с ней состояниям”, который должен был посетить наш институт. Поступив

таким образом, группа сумела оставить открытым вопрос о том, смогут ли наши гости быть чем-либо полезны семье, и обратила часть гнева семьи против иностранных специалистов. Сет немедленно возразил, спросив, не был ли этот специалист “тем человеком из Филадельфии”, а когда ему сказали, что этими специалистами будут Мара Сельвини Палаццоли и ее коллеги из Милана, он кивнул, улыбнулся и сказал, что он о ней слышал. Поскольку Миланская группа была в Америке фактически неизвестна, заявление Сета следовало рассматривать как его инстинктивный порыв восстановить свой контроль над курсом психотерапии.

За пять минут до второго сеанса, который должны были проводить миланские психотерапевты, позвонила “значимая другая”, чтобы от имени семьи отменить сеанс. Миланская группа рассматривала эту отмену сеанса как мощный симметричный ход семьи с целью принять на себя руководство курсом психотерапии. В этой семье самой сильнодействующей реакцией, которая только могла быть, являлась угроза выйти из игры. Для того чтобы вновь обрести контроль над курсом терапии, Миланская группа дала указание психотерапевту позвонить семье и сообщить, что часовой сеанс семьи будет посвящен консультации со специалистами в их отсутствие. Сету, который ответил на звонок, было сказано оставаться возле телефона, чтобы результаты консультации могли быть сразу ему переданы.

После этого Миланская группа передала нам описание вмешательства, основанное на их просмотре видеозаписи первого сеанса и на своих соображениях о том, как следует поступать с связи с отменой второго сеанса. Они предложили психотерапевту зачитать семье описание вмешательства в конце следующего сеанса. Через четыре часа после консультации психотерапевт позвонил Сету и сказал, что информация, полученная во время консультации, слишком важна для того, чтобы передавать ее по телефону, и будет сообщена семье на следующем сеансе, который был назначен через две недели.

Второй сеанс

Разумеется, семья была слишком заинтригована, чтобы не явиться. Реакция Сета на позицию группы “забившей гол” и проведенной сеанс даже при том, что семья не пожелала на него явить-

ся, была весьма любопытной. Он прибыл на следующий сеанс со “значимой другой” — Аннетт. Каждый, кто когда-либо бывал в театре знает, что появление нового действующего лица, по крайней мере, на какое-то мгновение отвлекает внимание публики от происходящего, поскольку новое действующее лицо всегда сообщает новую информацию. Выводя в этот момент Аннетт на сцену, Сет пытался опровергнуть важность консультации Миланской группы для семьи и всего курса психотерапии. И самом деле, во время сеанса семья проявляла полное безразличие к результатам консультации... и вела себя так, будто консультантов не существовало.

Более того, Сет попытался отложить сеанс, запаниковав на лестнице и, таким образом, утратив способность подняться на четвертый этаж в комнату видеозаписи без помощи “значимой другой”. Но психотерапевт начал сеанс с отцом и матерью, в то время как группа получала периодические доклады от изумленной дежурной о том, что Сет то продвигается вверх по лестнице, то возвращается обратно вниз.

Во время второго сеанса родители попытались вступить в союз с психотерапевтом, с энтузиазмом и в ярких красках расписывая, как приносит их себе в жертву сумасшедший сын. Группе стало ясно, что родители связаны между собой ощущением жертвенности, навязанной им Сетом. Родительская позиция беспомощности в ответ на возмутительные действия Сета, их тон пораженческого смирения и полное отсутствие какого-либо волнения, когда они описывали положение вещей, явились теми скрытыми признаками, которые убедили нас в том, что любой конструктивный ход психотерапевта с целью помочь родителям привести Сета в должные рамки обречен на неудачу.

Отец: Вы что-то говорите, он с вами не соглашается; вы опять что-то говорите, он опять с вами не соглашается, и тогда он может взбелениться. В этой самой квартире, если он взбеленится, то обычно берет стакан воды...

Психотерапевт: Это ваша квартира?

Отец: Да, и выплескивает ее и на потолок, и на стены, и...

Мать: И по всем комодам.

Отец: И по всем комодам, а потом...

Мать: На все подряд. Это просто...

Отец: И она в расстроена, и я в расстроен; потом она наводит порядок, и у нас все опять повторяется с начала.

Психотерапевт: Как оно проявляется внешне, ваше расстройство? Как оно...?

Мать: Я ору на него.

Психотерапевт: Вы орете на него. А что именно?

Мать: Я просто ору на него за то, что он это делает.

Психотерапевт: Вы просто кричите на него за то, что... он все обливает водой?

Мать: Я полностью вымоталась. Я не спала всю ночь от судорог в ноге, мне пришлось взбираться на потолок, передвигать комоды, а они такие тяжеленные, что их и тягачом не сдвинешь.

Отец: Точно, точно.

Мать: Два комода, один на другом, и они все норовят упасть.

Отец: И я вот что хочу вам сказать. В этот раз он начал все обливать водой из-за того, что она [мать] ну просто...спины не разгибала, чтобы привести его квартиру в порядок. За все время, что она не разгибала спины... Когда я вечером прихожу домой, после того, как она накормит меня ужином, где-нибудь часов в девять-десять он забирает ее в свою квартиру; она работает там всю ночь, часов до семи-восьми утра.

Психотерапевт: Он забирает ее в свою квартиру?

Отец: Совершенно верно.

Психотерапевт: Чтобы она работала в его квартире.

Мать: Он спит целыми днями.

Отец: Он спит целыми днями.

Мать: Поэтому мне круглые сутки приходится быть на ногах.

Отец: Ну, а потом, когда она приходит в его квартиру, он почти все время валяется на кровати и смотрит телевизор. А последние три раза я уже не ходил к нему, потому что я до того вымотался, что больше уже не мог.

В следующем отрывке обратите внимание на то, как мать увидит психотерапевта в сторону от разговора о насилии Сета. Нет, говорит она, единственная проблема заключается в том, что он заставляет меня работать слишком много времени. В тот момент, когда психотерапевт пытается изолировать одну поведенческую проблему, которой можно заниматься в курсе психотерапии, семья “уничтожает ее”.

Психотерапевт: Почему вы это для него делаете?

Мать: Потому что, если я не буду этого для него делать...

Психотерапевт: Что произойдет?

Мать: Он швыряет вещи... приходит в неистовство.

Психотерапевт: Он становится...

Мать: Я ничего не имею против работы. Мне просто не нравится делать ее вот таким образом. Видите ли, я не возражаю... Я люблю красить, мне нравится ухаживать за мебелью, я люблю шить, мне нравятся такие вещи. Но он не позволяет мне этого делать в нормальном для меня темпе или в нормальное для меня время. Если бы я могла весь день работать, а затем прийти домой и отдохнуть, то это было бы прекрасно. Но однажды... на прошлой неделе, мне кажется, он заставил меня работать без сна 48 часов!

Психотерапевт: Каким образом он мог это сделать?

Мать: Он требует, чтобы это было сделано, и если вы этого не сделаете, то это просто...

Отец: Но он в любом случае не собирается дать тебе поспать.

Мать: У меня нет выбора, потому что если я этого не сделаю, то у него начнется один из этих припадков, и мне все равно придется работать.

Сеанс продолжался уже десять минут, когда прибыл Сет под руку со “значимой другой”. Аннетт была привлекательной молодой женщиной лет тридцати. У нее было приятное открытое лицо, короткие рыжие волосы, хорошая стрижка, она была элегантно одета. По ходу сеанса Аннетт дала ясное и полезное описание семейного взаимодействия и своей функции в этой системе.

Аннетт: Я хочу сразу пояснить, почему я здесь. Я пришла только для того, чтобы помочь Сету покончить со всем этим. Я использовалась... Я думаю, что моя первостепенная функция состоит в том, чтобы служить буфером, когда он отправляется куда-то с родителями, потому что они все... набрасываются друг на друга.

Психотерапевт: Эти двое набрасываются друг на друга, или они набрасываются на Сета, или кто на кого набрасывается?

Аннетт: Их обычное взаимодействие — это когда мать или отец набрасываются на Сета, а Сет набрасывается на них; это происходит в обоих направлениях. Я не говорю, что они не ссорятся между собой. Но в машине, когда я была с ними, где бы то ни было, они злятся на Сета, а Сет очень зол на них. И каждый, кто ока-

жется рядом, на себе испытывает эту неопишемую ярость и бывает сильно расстроен. Теперь уже какое-то время... Я хочу сказать, что каким-то образом оказываюсь втянутой в это все больше и больше. Это похоже то, как если бы Сет попросил меня все больше в этом участвовать, как если бы он требовал от меня все больше в этом участвовать. Мне кажется, он испытывает потребность в том, чтобы я там была. Я здесь не потому, что хочу здесь быть; я себя чувствую здесь неловко; я не вхожу в эту семью. Я знаю, что его отец и мать злятся на меня за то, что я вообще в этом участвую. (*Смеется.*) Я думаю, что он [отец] ужасно зол на меня, поскольку я наверняка уверена, что...

Отец: Я думаю, что ты не права. Я хочу сказать, что вовсе на тебя не злюсь. А на самом деле, если хочешь знать, ты очень нам помогала, когда у него были эти приступы ярости. Мы сами не могли с ними справиться. Одно время мы могли привлечь его дядю. А теперь ты сумела возобладать над... Ты ему действительно очень помогаешь. Я не могу на тебя злиться.

Аннетт: Ну, в общем, происходит то, что мне постоянно в полночь звонит Сет, когда у них там... в общем, ярость и буря в самом разгаре. Из того, что Сет говорит мне, его там избивают. Я на самом деле слышу там крики до тех пор, пока уже не могу...

Психотерапевт: Кто его избивает?

Отец: Его отец. Его отец его избивает. Он его убивает, и поэтому...

Аннетт: Это то, что я слышу. И, разумеется...

Психотерапевт: Предполагается, что если он будет убит, ты будешь свидетелем, что это отец его прикончил.

Аннетт: Именно так. В общем, то, что я там слышу... Иногда я даже не могу разобрать слов, все кричат. Кричат *все*.

Психотерапевт: Все трое, да?

Аннетт: До тех пор, пока меня не начинает так трясти, что я... я холодею. Я хочу сказать, я просто не знаю, что делать.

Хотя Сет и семья не уточнили, была ли Аннетт подругой Сета или специалистом, которому не давал покоя его случай, нам было ясно, что в семье она исполняла важную роль стабилизатора, который не позволял ни одному из устрашающих обострений достичь той критической точки, когда система может либо разрушиться, либо найти иную форму организации. Присутствие Аннетт “остужало страсти”, но оно также несло в себе угрозу родителям Сета,

поскольку Аннетт могла обеспечить Сету возможность выхода из своей семьи, что, в конечном итоге, оставило бы вакуум в отношениях родителей.

Позднее в ходе этого интервью мы задали вопросы о семьях, в которых воспитывались родители, что является стандартным приемом, всегда дающим полезную информацию. Мы узнали, что оба родителя вышли из стремящихся наверх, нацеленных на успех семей. Каждая семья могла похвастаться значительными академическими и профессиональными успехами своих членов, и только родители Сета были неудачниками. Во время этой части интервью мы услышали первые намеки на супружеское недовольство, основываясь на том факте, что отец Сета, который не сумел оправдать ожиданий семьи матери, намекнул на то, что мать принижает отца, а отец ярится на нее и остро переживает это унижение. Когда мать стала неспособна справляться с Сетом, она привела в качестве посредника своего брата.

Во время консультации с группой, незадолго до окончания сессии, было решено, что когда психотерапевт вручит написанное Миланской группой заключение, он должен будет занять нейтральную позицию, не соглашаясь и не возражая, а лишь говоря, что правоту или неправоту Миланской группы могут подтвердить только действия семьи. После этого оставленное Миланской группой письмо было зачитано семье:

Мы добились успешных результатов в 28 случаях лечения агорафобии, когда пациентом был единственный ребенок в семье. Общим знаменателем во всех случаях агорафобии, которыми мы занимались, было то, что пациентом был единственный ребенок, который до начала лечения оставался дома до 50 или 60 лет из-за страха, что без него родители будут испытывать невыносимое одиночество. Хотя мы добились успеха в лечении симптомов всех 28 пациентов, в 10% случаев нам не удалось избежать того, что родители впали в состояние невыносимого одиночества. В связи с этим мы испытали огромное облегчение, когда данная семья предпочла оставаться дома во время этой консультации, поскольку мы чувствовали, что Сет необыкновенно тонко ощущает, что его семья попадет в эти 10%.

С уважением,
Миланский центр семейной терапии

Вмешательство Миланской группы было ориентировано на сопротивление группы курсу психотерапии. Выигрыш в силе был получен благодаря тому, что предложение семьи играть по ее правилам было отклонено, то есть отклик не был симметричным, как, например: “Вы не пришли на сеанс, вы сопротивляетесь, и это очень плохо”. Вместо этого Миланская группа провела сеанс в отсутствие семьи и в своем вмешательстве на метауровне согласилась с решением Сета не допустить свою семью к участию в сеансе. Миланское вмешательство переопределило структуру семейных отношений в круговую форму. Хотя, на первый взгляд, родители проявляли наибольшую беспомощность и Сет своим поведением, казалось, контролирует их, Миланская группа косвенно указала на то, что фактически он находился под контролем их потребности в том, чтобы он контролировал их отношения. Статистика была использована как доказательство огромного могущества специалистов, в то время как тон письма свидетельствовал о том, что это довольно скучный, ординарный случай, в котором, как и во множестве других, выживание системы семьи требовало дальнейшего сохранения симптомов. Рекомендую сохранение status quo, Миланская группа предпочла оказаться над этой борьбой и поставила семью в терапевтически сложную ситуацию. Единственная возможность для семьи сохранить свою семейную модель симметричного обострения — то есть способ их соотношения друг с другом и со сторонними людьми — состояла в том, чтобы “забить гол” группе, доказав ее неправоту. Для того чтобы нанести поражение Миланской группе, Сет должен был поправиться, а родители — показать, что их брак не нуждался в присутствии Сета; но поступить таким образом значило бы признать, что они играют по правилам группы, а такое признание само по себе было бы поражением.

Первым откликом семьи на мощное вмешательство Миланской группы была отмена следующего сеанса за пять минут до его начала. Мы никак не прокомментировали эту отмену сеанса, а запланировали следующий сеанс через две недели.

Третий сеанс

Психотерапевт сосредоточил свои вопросы на странных отношениях Сета, Аннетт и многострадальных родителей. Казалось, нет границ тому, что родители и Аннетт могли бы сделать для Сета.

Аннетт: В то время я не знала о всех проблемах. Сет посвятил меня в то, что у них имеются проблемы, но для меня все это было слишком заумным. Мне и в голову не могло прийти, что все может быть настолько серьезно. За всю свою жизнь я никогда ни с чем подобным не сталкивалась. Поэтому... даже когда он употребил это слово... Он сказал: “Возможно, я шизофреник”. Но я этого не знала... Я на самом деле не знала, что это могло значить.

Психотерапевт: Что он может быть шизофреником?

Аннетт: Да. Для меня это были просто слова. Я не знала, что за всем этим кроется. Я не знала, что у него фобия, я не знаю, была ли она у него уже тогда. У него было от меня множество секретов. Я не знала. А сейчас, когда я оглядываюсь назад, исходя из того, как все сейчас обстоит, я начинаю догадываться о том, что очень часто он приезжал ко мне с родителями, которые дожидались его в машине или парковали ее за углом.

Сет: В первый год я встречался с ней в основном совершенно самостоятельно; на второй год со мной иногда ездили родители.

Психотерапевт: Вы навещали Аннетт, а они в это время ждали в машине?

Сет: Да.

Психотерапевт: (Обращаясь к отцу.) Каково вам было дожидаться в машине, пока он...

Отец: Очень, очень, очень тяжело.

Психотерапевт: Наверное, это было тяжелое испытание, а?

Отец: (Смеется.)

Психотерапевт: Что вы делали в машине? Я имею в виду...

Мать: Мы сидели.

Психотерапевт: Вы играли в карты? Иначе же чертовски скучно.

Мать: Мы разговаривали.

Психотерапевт: Вы разговаривали.

Отец: Я спал.

Психотерапевт: Вы спали.

Мать: Я слушала радио. Пыталась решать кроссворды в темноте. Вам когда-нибудь приходилось сидеть в машине по десять часов?

Психотерапевт: Это тяжело, не правда ли? Особенно зимой.

Психотерапевт старательно избегал упоминаний о Миланском письме, поскольку это указало бы на то, что группа сделала став-

ку на реакцию семьи. Вместо этого он дождался, когда о нем упомянет сама семья.

На следующем сеансе в ответ на вопрос, каким образом родители старались помочь Сету, Аннетт намекнула, что она согласна с Миланской группой в том, что она также была уверена: родители испытывают бессознательный страх перед тем, что у Сета может наступить улучшение. Сет чувствовал опасность, что в конфликте преданностей он может быть принужден взять сторону родителей и что в отношениях между ним и Аннетт может образоваться трещина. В связи с этим он вынужден был коснуться вопроса о письме, чтобы дисквалифицировать интерпретацию Миланской группы и подчинить себе данный вопрос.

Аннетт: Исходя из своего понимания вещей, я могла бы сказать, что они сознательно желают выздоровления Сета, но бессознательно этого боятся.

Мать: (Смеется.) Я не знаю, почему [все так думают].

Психотерапевт: Каждый имеет право на свое мнение.

Сет: Я хочу кое-что сказать. Этот доклад.

Психотерапевт: Какой именно доклад?

Сет: Тот, итальянцев. Я полагаю, что после этого у моих родителей возникла сильная напряженность.

Психотерапевт: Напряженность в семье?

Сет: Не у меня, у моих родителей.

Психотерапевт: Как так?

Сет: Потому что в нем было сказано, что они несовершеннолетние.

Мать: Я его еще не читала. (Смех.)

Сет: Не знаю, согласен ли я с ним. Видите ли, я не знаю, если бы я сказал: “Ага, они попадают в эту категорию... этого невыносимого одиночества...” У меня было такое ощущение, что если бы я каким-то образом исчез, это не вызвало бы проблемы. Могу предположить, что у них была хорошая ситуация до того, как здесь оказался я. Под “хорошей” я подразумеваю, что она была невротически правильной.

Психотерапевт: В состоянии равновесия, вы хотите сказать?

Сет: И я полагаю, что полностью его нарушил... Я не думаю, что они [мои родители] расстанутся, если я исчезну. Я не согласен с этим докладом по многим причинам. Я полагаю, что мне следовало бы его бояться, исходя из того сумасшествия, что я видел. Но на самом деле я не думаю, что это то, что произошло

бы. Я полагаю, что для них это было бы значительно легче. Когда я был ребенком, у моей матери началось удушье. Я при этом присутствовал. Но они двое могли бы поступить в этом случае как-то иначе. Я при этом присутствовал, меня это очень напугало, и я закричал: “Мне страшно!” А потом: “Почему ты ничего не делаешь, папочка?” И ничего этого не было бы, если бы я исчез, если бы я умер или что-то в этом роде. Но мои чувства стали гораздо более... в родственных связях гораздо более служат сами себе, чем это было бы... Но на самом деле я вижу это в гораздо более угрожающем... происходящем с обеих сторон.

Психотерапевт: Между кем и кем?

Сет: Между ними и мной.

Психотерапевт: Это “ними” — как группой или...?

Сет: Гм... больше моя мать, наверное, но...

Психотерапевт: С вами?

Сет: Да.

Психотерапевт: И в отношении чего?

Сет: В отношении завоевания какого-то места в жизни, исполнения чего-нибудь.

Психотерапевт: Ее беспокойство о вас?

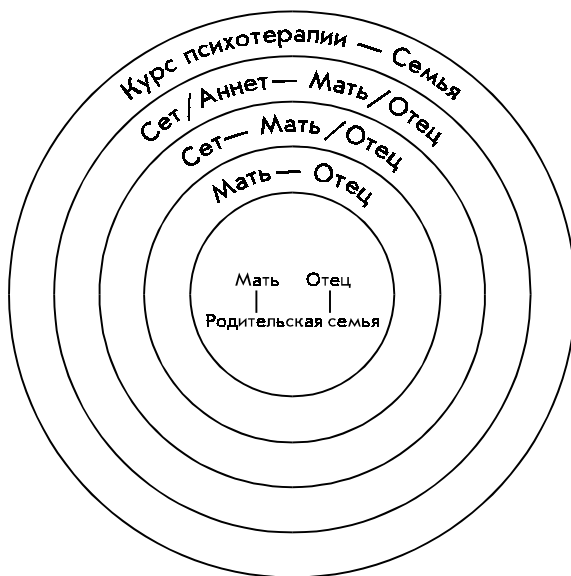
Сет: Нет, ее беспокойство о том, что я *не сделаю* этого.

Сет колебался между желанием вступить в союз с психотерапевтом и стремлением защитить своих родителей путем дисквалификации миланского вмешательства, как только они дали бы знак, что курс психотерапии становится для них невыносимым. На протяжении всего курса психотерапии Сет оставался в этой сложной амбивалентной позиции, желая присоединиться к психотерапевту, к которому проявлял симпатию и уважение, и в то же самое время оставаясь яростно преданным отцу, который, казалось, был совершенно открыто настроен против курса психотерапии.

В метаниях Сета содержался скрытый призыв психотерапевту быть достаточно сильным, чтобы избавить его от тех мучений, которые причиняла ему вынужденная необходимость занять место своего отца в качестве защитника матери. Сет объяснил главный страх, который он тогда испытывал: когда мать задыхалась от удушья, отец даже не пошевелился, и Сет был убежден, что отец на самом деле хотел, чтобы она умерла. Сет взял все под свой контроль, чтобы защитить мать от убийственности брачных отношений. С этого момента убийство стало важной темой курса терапии. Сет

давал понять, что если бы психотерапевт потерпел неудачу, единственным выходом для него было бы исчезнуть, “покончить с собой”. “То, при чем я не присутствую” — например, их несчастье — “не существует”, является более глубоким смысловым уровнем по сравнению с более явным: “Они были бы счастливы, если бы я умер”.

Во время консультационного перерыва мы разработали вмешательство, основанное на нашем понимании того, что система семья-психотерапевт во всей своей полноте представляет собой серию симметричных противоборств с целью овладеть контролем над ключевыми взаимоотношениями (см. рисунок). Каждое противоборство подобно электрической цепи, взаимосвязанной со всеми другими цепями. Когда одна цепь испытывает перегрузку и возникает угроза разрушения системы, семья с помощью имеющихся в ее распоряжении различных механизмов направляет эту перегрузку в другую цепь, а затем в следующую.



В моменты сильной внутренней перегрузки или напряженности семья подключает к себе все больше и больше сторонних людей или внешних систем, образующих “треугольник”. Наша стратегия состояла в том, чтобы снять эти внешние стабилизаторы, начиная

с противоборства, лежащего ближе всего к поверхности, и далее продвигаясь вглубь, каждый раз возвращая напряжение обратно в семью и создавая таким образом кризис, который разрешился бы во время курса психотерапии благодаря нахождению семьей новой непатологичной организации.

Мы решили провести вмешательство, состоящее из двух частей: первая часть была нацелена на противоборство семья-психотерапевт, а вторая — на стабилизирующую роль Аннетт в семье. Первая часть вмешательства противостояла дисквалификации письма Миланской группы, что было целью Сета, и использовала его заявления на сеансе в качестве свидетельства правильности их взглядов.

Психотерапевт: Я слегка озадачен, Сет, вашим несогласием с письмом Миланской группы. Когда вы сказали, что не согласны с Миланской группой и полагаете, что вы трое оставались друг с другом скорее вопреки, чем...

Сет: Да, я...

Психотерапевт: Позвольте мне закончить. Я немного озадачен, поскольку они говорили о том, как, по их мнению, вы жертвуете собой из-за своей преданности родителям, с чем вы не согласны.

Сет: Да, здесь кое-что...

Психотерапевт: И все же вы сказали мне сегодня, что получили какое-то сообщение или ощущение, возможно, бессознательное, в течение долгого времени исходящее от вашей матери, что вы никогда ничем не станете. Мне это говорит о том, что группа была права, утверждая, что в течение долгого времени вы были очень преданы этому поступающему от матери ощущению, что вам никогда не суждено чем-то стать.

Сет: Да, да.

Психотерапевт: И это гораздо более из преданности своим родителям и самопожертвования, чем ради противоречия...

Сет: Да, я...

Психотерапевт: Вы действовали.

Сет: Как бы то ни было, я не думаю, что это были какие-то осознанные мотивации, поэтому...

Психотерапевт: Поэтому мое ощущение таково: Миланская группа была права в том, что вы по-прежнему верны своим родителям, поскольку вы приняли сообщение от своей матери ни-

когда не становится чем-либо значительным и по-прежнему весьма и весьма — возможно бессознательно — верны этому сообщению.

Решающая борьба на первых сеансах развернулась за контроль над курсом психотерапии, и в схватке семьи с психотерапевтической группой решался вопрос: “По чьим правилам будет вестись эта игра?” Группа взяла на себя руководство курсом психотерапии, заняв нейтральную позицию как по отношению к безобразному поведению семьи, так и по отношению к ее заявлениям о том, что она хочет измениться. В этой связи группа делала свои комментарии только на метауровне — то есть на уровне организации систем, который включает семью и группу. Поступая таким образом, группа отклонила опасное и соблазнительное предложение семьи “пожаловать к ней в гости”. Если бы только терапевтическая группа вступила в симметричную борьбу с семьей, схватка была бы проиграна. Вместо этого группа отправила к ней “в гости” свою приманку — психотерапевта для создания видимости, что соблазн семье удался. Психотерапевт служил наживкой, удерживавшей семью в игре, поскольку семья старалась разъединить его с коллегами. Если бы семье удалось это сделать путем включения психотерапевта в свою систему, то они смогли бы вновь стабилизировать нестабильную ситуацию дома, которая заставила их обратиться за помощью. В серьезно расстроенных семьях мы часто сталкиваемся с тем, что психотерапевт становится как бы членом семьи на многие и многие годы, и полное отсутствие перемен, несмотря на все старания психотерапевта, служит тому хорошим доказательством.

Во второй части вмешательства мы сделали наш первый ход с целью непосредственно сместить внутреннюю структуру семьи. Ольга Сильверштейн, наблюдавшая за ходом интервью, предложила нам предписать Аннетт такую позицию, чтобы поставить заслон ее участию в качестве третьей стороны в конфликте между Сетом и его родителями.

Психотерапевт: (Поворачиваясь к Аннетт) На группу произвело большое впечатление ваше стремление оказать помощь и, быть может, даже бессознательное ощущение того, что вы очень нужны для поддержания равновесия в этой семье, поскольку это по-

зволит произойти всему остальному, что постепенно набирает силу в этой семье, даже при том, что вам пришлось пойти на определенные жертвы, стремясь сохранять это равновесие. Они находятся под большим впечатлением и очень тронуты тем, что вы сделали и продолжаете делать.

Аннетт испытывала гордость от своей роли помощника в этой семье. Она выступала в качестве посредника во всех столкновениях Сета со своими родителями и была убеждена в том, что оберегает всех троих от гораздо большей опасности конфронтации без участия посредника. В этом сообщении группа переопределила ее поведение в роли помощника как стабилизирующее *патологическое* равновесие этой семьи и таким образом позволяющее всем действовать столь же ужасно, как и раньше. Мы рассчитывали на то, что Аннетт отступится от своей старой роли, после того как по-иному воспримет результаты своих усилий. Если бы нам удалось добиться того, чтобы Аннетт перестала вмешиваться и остужать страсти этой троицы, Сет и его родители вошли бы в кризис. Подобный кризис в этой тройке был крайне важен, если мы хотели добраться до ключевой пары мать-отец. Если бы только конфликт, которого они так боялись, мог произойти в контексте курса психотерапии, то рассыпался бы миф о том, что он неизбежно должен закончиться катастрофой. И только тогда семья была бы способна совершить скачок в новую организацию, которой не требовалась бы столь массивная симптоматология.

Двумя неделями позже семья ответила на ход, сделанный на третьем сеансе — отменила следующую встречу за пять минут до начала сеанса. Группа без комментариев назначила следующую встречу через три недели. Семья отменила также и эту встречу, и группа перенесла сеанс еще на месяц. После этого мы объяснили семье, что отмена сеансов была их сообщением нам, что следующий сеанс следует перенести на более отдаленное время. Таким образом, мы еще раз отклонили предложение семьи совершить дисциплинарный симметричный ход и согласиться с тем, что они делают.

Сет пришел на следующий сеанс, готовый совершить блистательный маневр, нацеленный на овладение контролем, благодаря которому он сначала сумел не признать, что курс психотерапии уже возымел свое действие.

Четвертый сеанс

Психотерапевт: Мы уже какое-то время не встречались из-за...

Мать: Снега.

Психотерапевт: Снега?

Мать: Метелей.

Психотерапевт: Метелей?

Сет: И возможной опухоли мозга.

Психотерапевт: И возможной опухоли мозга?

Сет: Ага, а именно моей. Да, у меня долгое время были приступы головокружения.

Психотерапевт: И как долго?

Сет: Около трех лет. И разумеется, каждый раз, когда это случается, мои родители говорят: “Ты симулируешь”. Когда ты падаешь, а кто-то так говорит, это бесит. В конце концов, это произошло в кабинете врача у него на глазах. Вместо того, чтобы сказать: “Ты нервноболезной”, он сказал: “Тебе лучше бы показаться неврологу. Я полагаю, что у тебя неврома, то есть опухоль нерва, который отвечает за равновесие”.

Головокружения и возможная опухоль мозга были блистательной дисквалификацией всех толкований текущего положения Сета, независимо от того, кто их предлагал — родители, психотерапевты или Аннетт. Быть может, в конечном итоге его проблемы можно было приписать головокружениям и их органической причине — возможной опухоли мозга. И разумеется, Сет был слишком расстроен для того, чтобы пройти осмотр, который бы доказал или опроверг существование опухоли.

Далее на этом сеансе, в ходе зондирования психотерапевта, Сет признал, что за последние семь недель изменение действительно произошло. Теперь он уже мог оставаться с Аннетт в своей квартире, не нуждаясь в присутствии родителей в течение целых пяти часов “и все чаще и без такого сильного беспокойства, которое было еще совсем недавно”. Но предшествующие три недели, с тех пор, как начались головокружения, он проводил все остальное время с отцом и матерью в их квартире. Похоже было, что как только Сет начинал ощущать большую степень независимости или близости с каким-то посторонним человеком, он должен был вернуть равновесие семье, развив какой-то симптом. Даже несмотря на то, что Сет чувствовал себя психологически свободней от сво-

их родителей, его физические симптомы ставили его в зависимость от их заботы.

Когда психотерапевт занялся исследованием возросшей способности Сета оставаться наедине с Аннетт, Сет немедленно перенес основное внимание курса психотерапии на свой симптом, произнеся следующую тираду против своих родителей.

Сет: (*Взволновано, почти срываясь на крик.*) Я остался один на один с возможной опухолью мозга. Эти два человека последние три недели ни разу не спросили, что я чувствую в связи с этим, ни разу не спросили меня: “Ты хотел бы о чем-нибудь поговорить?” — ни разу...

Мать: (*Успокаивая его.*) Во-первых, тебе не пришлось бы лежать одному, я не отходила от тебя ни на шаг. Можно подумать, что о тебе никто не заботился. Даже в четыре утра тебе давали поесть. Тебе было безразлично, который час...

Отец: Я хочу кое-что сказать о том, какие бывают матери. Поверьте мне, нет такой матери, которая оставалась бы с ним 24 часа в сутки в течение последних четырех лет, как это делала она. Если ты знаешь еще одну такую мать, Аннетт, дай мне поговорить с ней. Я хотел бы с нею встретиться...

Во время консультации с группой мы решили продвигаться по трем направлениям:

1. Конфликт семья-психотерапия и маневр Сета с головокружением.
2. Оказать больший нажим, чтобы сместить Аннетт с позиции помощника.
3. Увеличить давление на мать, требуя от нее делать еще больше для своего “больного” сына.

Психотерапевт: Итак, вот заключение группы. Я зачитаю его вам, а затем раздам копии, чтобы вы могли прочесть их более внимательно. Группа чувствует, что Сет неверно понял то, что подразумевалось в нашей интерпретации, данной на последнем сеансе, и решил, что мы ожидали от семьи изменения. Очевидно, что произошло очень большое изменение. Например, отсутствие у него комплекта первой помощи: соков и лекарств, которые он всегда носил с собой.

Мать: Он вон там. (*Показывая на комплект первой помощи Сета с валидолом и соком.*)

Психотерапевт: Хорошо, обычно он у него всегда под рукой. Его энергичная походка, когда он вошел сюда, и его способность оставаться одному в квартире с гораздо меньшим беспокойством. Головокружение, хотя и по-настоящему объективный симптом, является бессознательным отражением понимания Сетом того, что изменение в этой семье опасно.

Поскольку Сет гордился своим вызывающим поведением, послание группы определило его как подчиняющегося обоим уровням последнего сообщения группы. В силу неправильного понимания явного уровня сообщения “Не изменяйся”, воспринятого им как фактически означающее “Изменяйся”, он на самом деле подчинился скрытому сообщению группы: “Изменяйся”. В то же время он бессознательно принял к сведению скрытое сообщение группы, что изменение опасно, отреагировав на него приступами головокружения.

Психотерапевт: Для матери очень важно удвоить свои усилия, чтобы убедить Сета: в данный момент ему вовсе не нужно становиться самостоятельным. Я обратил внимание на ваши слова, что быть хорошей матерью 24 часа в сутки на протяжении последних четырех лет уже достаточно много. Интересно, что бы такого вы могли делать в последующие две недели, чтобы еще больше увеличить свою материнскую заботу о Сете?

Отец: (Смеется.)

Мать: О, я могла бы совсем не спать.

Психотерапевт: И дежурить возле...

Мать: Я могла бы не ходить в туалет.

Психотерапевт: Ну, а в кровати сколько часов в день он проводит? Три?

Отец: Три!

Психотерапевт: Восемь?

Отец: Восемь!!

Мать: Двадцать.

Психотерапевт: Двадцать.

Сет: Двадцать.

Психотерапевт: Итак, круглосуточный уход. Такая ему требуется помощь. Можете ли вы удвоить свои усилия, чтобы отвечать этим требованиям?

Мать: Удвоить?

Психотерапевт: Да.

Мать: Но это же невозможно!

Психотерапевт: Все-таки я полагаю, вы можете, и то, что я говорю, может звучать как своего рода...

Отец: Позвольте мне... Я бы хотел... (*Говорят все хором.*)

Психотерапевт: Позвольте мне закончить. Сперва я должен закончить. Договорились? Как бы то ни было, я считаю, что вам следует удвоить свои усилия, даже при том, что последние четыре года, как сказал [отец], вы не отходили от него почти сутками, что достаточно много. Но нам бы хотелось, чтобы в течение следующих двух недель вы прилагали еще больше усилий.

Мать: (*Смеется.*) Но это невозможно.

Психотерапевт: Вовсе нет. Я полагаю, что вы вполне можете придумать, к чему из того, что вы делаете сейчас, можно приложить еще больше усилий, хотя я гарантирую, что...

Мать: Я могу не выдержать.

Психотерапевт: Ну, это...

Отец: Не имеет значения. В конце концов, они там за телевизором, за этим зеркалом... (*Саркастически смеется.*)

Психотерапевт: Что вы еще можете удвоить? Говорите быстро, у нас еще одна семья на подходе.

Мать: Я не знаю.

Психотерапевт: В общем, нам очень хотелось бы, чтобы вы удвоили усилия. Теперь и Аннетт должна удвоить свои усилия, чтобы тоже оказывать помощь... Подождите, дайте мне закончить, пожалуйста. Аннетт, вы должны удвоить свои усилия и помогать Сету принимать уход его матери... Вы создаете равновесие, как я уже говорил. Чем больше у вас будет равновесия, тем успешней мать может ухаживать за Сетом. А отец должен продолжать жертвовать своим счастьем, чтобы помогать жене в ее задаче.

Мать: (*Смеется.*)

Сет: Это уже сатира.

Психотерапевт: Я назначаю вам встречу через две недели в шесть часов.

Родителям было велено занять в отношении Сета такую позицию, как если бы они “пропустили гол”, и таким образом, как им было сказано, они отдали бы должное бессознательному пониманию Сета, что изменение могло представлять опасность для семьи. Аннетт должна была сделать все это возможным, продолжая

внимать мольбам Сета о спасении. Своим предписанием мы лишь обозначили словами то, что родители и Аннетт и так уже делали — поощряли зависимость Сета. Кроме того, мы предписывали, чтобы они делали это по нашему распоряжению и больше, чем уже сделали. Короче говоря, мы предписали систему: Сет должен был оставаться зависимым ради своих родителей, а родители должны были оставаться слугами Сета, чтобы Сет мог оставаться зависимым от них.

Семья отменила следующую встречу, и мы назначили другую встречу через месяц. Тогда они отменили и эту встречу, и психотерапевт изъявил желание поговорить с матерью по телефону. Из телефонного разговора с матерью мы узнали, что она опять переехала в квартиру Сета. Она сказала, что он стал невозможным, бьет ее больше, чем раньше. Когда он звонил Аннетт, она отказывалась с ним разговаривать, и обстановка становилась все более напряженной. Мать трудилась в его квартире, и он постоянно ругал ее за то, что она недостаточно проворна. Затем она вдруг стала рассказывать, как покрасила его кубики пятью слоями краски, а ему не понравилась ее работа, и ей пришлось удалить все слои. Она сказала, что вынуждена была иногда прикорнуть, чтобы не спать, когда работала в квартире Сета. Поговорив с матерью по телефону, мы послали ей следующее письмо:

Группа чувствует, что вы действительно удвоили свои усилия, о чем свидетельствует ваш новый переезд в квартиру Сета и то, что вы покрасили кубики пятью слоями краски. Группа также осознает, что, позволяя Сету бить себя еще больше, вы тем самым даете нам возможность окончательно убедиться в вашей безоглядной материнской преданности Сету и готовности выполнить требование группы и удвоить свои усилия по оказанию помощи вашему сыну.

После этого мы назначили семье встречу через неделю. Следующий сеанс был отменен после звонка Аннетт, попросившей назначить сеанс, на котором присутствовали бы только она и Сет. Мы сказали Аннетт, что это невозможно и что мы сами позвоним и назначим семье следующую встречу. Мы планировали выждать две недели до следующей встречи, но отец сам позвонил дважды, чтобы выяснить у психотерапевта, согласен ли он с группой, и

попросил назначить им встречу. Мы назначили следующую встречу с семьей только через месяц. Во время месячного перерыва мы получили письмо от Аннетт, в котором она просила о более ранней дате встречи, поскольку собиралась на неделю уехать из города. При нынешнем накале страстей в семье она боялась того, что может произойти в ее отсутствие. В ответ мы направили Аннетт следующее письмо:

На группу произвели большое впечатление ваше письмо и та огромная жертва, которую вы приносите ради того, чтобы помочь Сету исполнить желание своей матери никогда не становиться чем-либо значительным. Мы согласны с вами, что улучшение состояния Сета для семьи пока преждевременно. В связи с этим, несмотря на огромный прогресс, которого вы добились в стабилизации данной ситуации, жизненно необходимо, чтобы вы в это время не покидали город, тем самым гарантируя, что в семье не произойдет ничего угрожающего.

После этого письма отец и Аннетт еще несколько раз звонили и просили назначить им встречу до отъезда Аннетт. Мы сказали отцу, что встретимся с семьей, если ситуация окажется безотлагательной, если они действительно считают, что мы можем им помочь, и согласны, что мы назначим им время только в день сеанса, поскольку мы могли встретиться с ними, только если в этот день будет отменен сеанс другой семьи. Поэтому мы позвонили семье во второй половине того дня, на который был назначен сеанс, и назначили встречу на пять часов пополудни.

К пятому сеансу семья достигла точки кризиса, в которой либо должна была произойти значительная реорганизация систем, либо семья благополучно восстановит прежнее равновесие. Многие зависело от того, каким образом группа психотерапевтов-наблюдателей проведет этот сеанс.

На первых четырех встречах психотерапевтической группе удалось нейтрализовать все попытки семьи вынудить психотерапевта занять позицию, поддерживающую устойчивость данной системы семьи, в которой Сет был пациентом. В то же время начали происходить некоторые незначительные изменения во внутренней структуре семьи. Предписание заблокировало выполнение Аннетт роли помощницы, и по мере того как она начала отходить в сторону, Сет

стал разрываться между желанием последовать за ней, как и надлежало в его возрасте, и стремлением оставаться со своими родителями в положении больного ребенка. Вследствие этого психотерапевту пришлось иметь дело со взрывом насилия в этой троице, когда Аннетт отошла в сторону, а Сет стал более независимым. Ему пришлось вскрыть опасную тайную симметричную борьбу за власть между мужем и женой, которую, по нашему убеждению, поведение Сета отвлекло в другую сторону. Если бы психотерапевт мог собрать свидетельства в поддержку парадоксальной гипотезы группы о том, что для выживания системе могло потребоваться жертвенное убийство или самоубийство, то мы могли бы заблокировать назревавшее насилие с помощью нашего предписания.

Когда начался сеанс, в кабинете царила неимоверно напряженная атмосфера. Сет — небритый, с мутным взором; отец — на взводе, готовый взорваться в любое мгновение. И только психотерапевт, который многие годы работал с хроническими психотиками, оставался абсолютно спокоен. Его положение было подобно положению детектива, которому следовало определить, кто станет жертвой убийства до того, как совершится преступление. В то время, как скрытым сообщением семье психотерапевту было: “*Вам лучше что-то предпринять, чтобы предотвратить это насилие (но, разумеется, мы вам этого не позволим)*”, скрытым посланием психотерапевта семье было: “*Вы сделаете то, что должны сделать, моя задача лишь в том, чтобы определить вашу систему*”. Нейтральная, относительно бесстрастная позиция психотерапевта постепенно разрядила напряженность, царившую в комнате, и вынудила семью вновь взять на себя всю ответственность за контроль собственного поведения. Каждый раз, когда эмоциональное состояние семьи грозило захватить психотерапевта, группа вызывала его за дверь и вновь ориентировала на дальнейший сбор информации. К концу сеанса группа была убеждена, что намечавшееся насилие удалось предотвратить.

Пятый сеанс

Психотерапевт: Данный сеанс носит неотложный характер, и в их [группы] сознании единственная неотложность, которая могла вас сюда привести (поскольку раньше вы не раз отменяли сеансы), заключается в том, что кто-то может умереть, если вам

[Аннетт] придется уехать [из города]. И я хотел бы посвятить сегодня некоторое время поиску ключей, которые позволят нам раскрыть тайну, кому предстоит умереть... Аннетт, давайте начнем с вас. Я хотел бы попросить вас поделиться со мной своими страхами или ощущениями относительно того, кто мог бы быть убит.

Аннетт: Я думаю, для каждого из троих существует потенциальная возможность быть убитым. Я и вправду так думаю. Я думаю, что у них троих накопилось столько злобы друг против друга, что ею можно было бы взорвать весь этот город... Во мне пробуждается какое-то непреодолимое ощущение опасности, ощущение ужасной злобы, когда я бываю рядом с ними. А в последнее время при общении я все больше чувствую, что во мне пробуждается желание совершить физическое насилие.

Психотерапевт: По отношению к кому?

Аннетт: В общем, по отношению к Сету, и это мне передается от Сета, когда у него происходят самые сильные столкновения с родителями. Иначе говоря, это передается прямо как по цепочке. Когда он воюет со своими родителями, он чувствует, что не может дать выход всей своей злобе к ним, потому что это недопустимо. Иными словами, даже если вы рвете в клочья газету, потому что не хотите кого-то убить, это тоже напоминает ужасное преступление. Вот из-за этого-то он и начинает срывать свою злобу на мне, чувствует, что больше сорвать ее будет не на чем. Ведь я хороший человек, потому что не сумела даже придумать, как отучить его срывать на мне свою злобу. Поэтому-то у меня вдруг и появляется желание кого-нибудь убить. И тот, кого я хочу убить в такой момент, — это Сет, и я знаю, что это передается по цепочке и напоминает какое-то круговое движение. А получается, что во мне вдруг пробуждается жажда насилия, и это насилие обращено на меня саму, потому что я не способна справиться с этим чувством. Мне часто хочется что-то сотворить с собой, потому что я не могу представить, как можно делать больно людям.

Психотерапевт: Следовательно, вы можете умереть?

Аннетт: Я могу умереть по ходу дела.

Далее психотерапевт занялся исследованием Сета, который, по его мнению, мог умереть с наибольшей вероятностью. Сет заявил, что наибольшая опасность для его родителей заключалась в том, что он мог их убить или сам погибнуть от руки отца. Он яростно набрасывался на мать за ее сопротивление его борьбе за независи-

мость, а на отца — за то, что он поддерживал мать в борьбе против него.

Психотерапевт: Итак, Сет, в вашем представлении, таким образом, если мать будет вас удерживать от стремления к полной независимости, то она может быть убита; и если ваш отец будет вас критиковать или соглашаться с вашей матерью...

Сет: Нет, я не говорил “критиковать”. Я сказал, что если мой отец начинает на меня орать, когда мать устраивает мне скандал, то я отвечаю так: “Раз она может это делать, то почему мне нельзя?” Тогда он тоже начинает на меня орать. И я прихожу в ярость, это уж точно. Не знаю почему, но ничего не могу поделать.

Психотерапевт: И как, по вашему мнению, может быть убит каждый из них? Какую форму это может принять?

Сет: Это может произойти стремительно, в каком-то порыве.

Психотерапевт: Это будет от побоев или от ножевых ран...

Сет: Нет, это начнется с того, что я, скажем, разорву газету и начну орать на...

Психотерапевт: Это будет нарастать все больше.

Сет: Это будет нарастать все больше.

Психотерапевт: Каким же все-таки образом, в конечном итоге, совершится убийство, как вы полагаете? В какой форме? Избиение до смерти? Или...

Сет: Хм, возможно, у моей матери произойдет удушье.

Психотерапевт спросил, бывали ли такие стычки, в которых участвовала только супружеская пара, а Сет оставался в стороне. Наша гипотеза заключалась в том, что поведение Сета направляло в иное русло непримиримую борьбу между матерью и отцом, а его подвижки в сторону большей независимости одновременно с отходом Аннетт от своей роли помощницы значительно ускорили этот кризис. Если бы Аннетт сумела уйти, то Сет мог бы последовать за ней; беспокойство же у Сета и его родителей вызывало то, что без Сета старая вражда между родителями может разгореться с новой силой. Психотерапевт особенно подробно расспросил Сета о конфликтах, происходивших между родителями. Сет сказал, что в настоящее время между родителями никаких стычек не происходило.

Сет: Если вспомнить прошлое, думаю, что такие же схватки, как у меня с матерью, происходили тогда с нею у отца; такие слу-

чай, например, — как я, должно быть, уже раньше рассказывал — когда он мыл посуду, а затем приходила она, устраивала тщательную проверку и находила, что посуда вымыта не вполне идеально. Может быть, она это делала вовсе и не из антагонизма...

Мать: Тщательную проверку. Ты употребляешь неверное слово.

Сет: ...могла бы отложить в сторону или что угодно, но она этого просто так не оставляла; она выискивала причину. Его в комнате не было. Она делала это, вовсе не обязательно чтобы его спровоцировать. А он приходил от этого в бешенство, потому что чувствовал, будто сделал что-то такое, за что не только не похвалят, но еще и придется переделать, и от этого приходил в ярость.

Психотерапевт: Бывало, чтобы он возражал ей?

Сет: Да. Тогда... это было очень давно, и обычно это касалось его. Я не помню, чтобы он возражал ей в отношении того, что происходило между мной и ею или чтобы это было слишком часто...

Психотерапевт: А случалось так, чтобы отец возражал матери в отношении тех проблем, которые возникали у них в связи с вами?

Сет: Очень редко.

Психотерапевт: Только из-за посуды.

Сет: Я хочу сказать, что она такая архизанудная пилильщица! И время от времени он давал ей отпор.

Психотерапевт: И в течение всех тех лет, пока это продолжалось, кто находился в опасности быть убитым?

Сет: В этих стычках иногда доходило до драки.

Психотерапевт: Между ними двумя.

Сет: Я чувствовал тогда, что мой отец себя контролирует, так что он, я помню, просто бросал ее на кровать или что-то в этом роде и старался побыстрее уйти из комнаты. Другими словами, ее вербальные нападения очень агрессивны, не просто... Вы видите, здесь она такая тихая и все такое... Но на самом деле они не такие, какими кажутся. Она не говорит о том, что каждый раз, когда я звоню, она старается поднять трубку. Я думаю, Аннетт помнит, что практически каждый раз, когда я звоню по телефону, она...

Отец: (Приходя в ярость.) Знаешь, Сет, ты просто... Я хочу сказать только одно. Как ты можешь говорить, что каждый раз, когда ты звонишь по телефону, она поднимает трубку, это просто... это просто... я хочу сказать, что... это непостижимо!

Психотерапевт: Хорошо, хорошо. Позвольте мне получить эту информацию. Хорошо. Сет, когда между ними возникала напряженность, кто, по вашему мнению, находился в опасности?

Сет: Я думаю, гм-м, это моя мать... хотя мать иногда брала в руки оружие, чтобы защититься, нож, к примеру.

Психотерапевт: Ваша мать.

Сет: Моя мать.

Психотерапевт: А что вы испытывали, когда ваш отец был прав и все же не возражал вашей матери?

Сет: Думаю, могу только беситься оттого, что он не возражал ей в прошлом. Возможно, я и сейчас от этого бешусь. Но мой отец приходит в ярость, если я закатываю скандал, и совершенно безразличен к ее скандалам. Моя мать может кое-что сделать на виду у всех... ну, например, выплеснуть кофе на пол. А потом сказать: “Я не выплескивала его на пол”. Отец все это видел и знает, что это она его выплеснула на пол; и время от времени он говорит ей: “Это ты его выплеснула на пол”, — но от этого только будет скандал, между прочим. Поэтому чаще всего он этого не говорит. А я не церемонюсь и говорю: “Разве она только что не выплеснула кофе на пол у меня на глазах?! Как это может быть, что все в порядке?” Мое существо испытывает потрясение. Как правило, у меня нет никаких свидетелей. Это одна из причин, почему в конечном итоге я звоню Аннетт *без конца*. Если я закатываю скандал и говорю, что я этого не делал, то он набрасывается на меня.

Психотерапевт с еще большей настойчивостью стал выискивать свидетельства того, при каких обстоятельствах мог вновь вспыхнуть конфликт между родителями. На следующем сеансе Сет прямо не отвечал на вопросы психотерапевта, а неожиданно дал отчет о недавно произошедших в нем изменениях. Эти изменения совпали с нарастанием напряжения в семье, о котором сообщила Аннетт, и с ее решением отправиться в поездку.

Психотерапевт: В случае, если ваши папа и мама затеют ссору, скажем, в отсутствие Аннетт — хорошо? — какую форму могло бы это принять и кто, по вашему мнению, мог бы быть убит?

Сет: (После долгой паузы.) По-моему, наш поезд ушел, и я вынужден это признать. Две или три недели назад у меня было чувство, что я начну делать что-то такое, и кое-что действительно произошло, например, я оставался в квартире, а матери в ней не было.

Психотерапевт: Вы оставались в своей квартире?

Сет: Да, а моей матери не было. Мой отец там был, а матери не было впервые чуть ли не за целый год. Я сделал вид, что ничего не заметил, не сказал, что произошли какие-то изменения, не приободрил ее, а пришел в бешенство, поскольку недопустимо было, чтобы это происходило каждый...

Психотерапевт: Я не совсем понимаю, о чем вы говорите.

Сет: Я говорю о том, что я не оставался в своей квартире без Аннетт или моей матери в течение года, а сейчас уже целый месяц, если не два, я остаюсь в своей квартире без матери.

Психотерапевт: Без матери, но с Аннетт?

Сет: И без матери, и без отца. А этого определенно не случилось в течение целого года.

Когда психотерапевт стал настойчиво добиваться у Сета ответа на вопрос, могли ли его родители возобновить свою старую вражду в случае, если сын их покинет, он сказал: “Возможно, они слишком устали, чтобы враждовать”. После этого он уверил психотерапевта в том, что ему не следует беспокоиться о вспышке насилия в семье, поскольку он решил отказаться от своей независимости и возобновить постельный режим.

Сет: Не собираюсь что-либо делать; я не собираюсь попробовать ходить на спортивные матчи, я не собираюсь продолжать занятия спортом; я не знаю, так ли велика опасность, как неделю назад, поскольку я смирился с тем, что если буду оставаться в постели большую часть времени и не буду пытаться что-либо делать, то в доме станет немного меньше напряженности. Я хочу сказать, что я все время не мог с этим смириться, но на прошлой неделе я, возможно, передумал и сейчас смирился: в этом и проблема. В эту самую минуту я чувствую, что так и быть, лучше я останусь в постели.

Нам поступали многочисленные намеки от Сета, что отношения между родителями когда-то заключали в себе способное закончиться смертью насилие. Исходя из этого, мы предположили, что когда борьба между родителями грозила обостриться до той точки, где система могла развалиться или кто-то из ее членов мог покинуть поле боя, о чем сигнализировали психотические вспышки ярости и замкнутость матери, убийственные контратаки отца, семья переключалась на борьбу Сета против своих родителей. Зарож-

дение симптомов Сета в позднем подростковом возрасте, скорее всего, совпало с его угрозой покинуть семью, поскольку Сет был чрезвычайно одаренным молодым человеком. Угроза Сета выйти из системы нарушила равновесие в супружеских отношениях, которые были стабилизированы благодаря присутствию ребенка. С возникновением симптомов у Сета появилась возможность препятствовать обострению родительской борьбы благодаря тому, что он не позволял ни одному из них возобладать над другим. Другими словами, если мать делала отцу потенциально губительное замечание, Сет умирал ее, изматывая до тех пор, пока отец не напал на него, чтобы защитить свою жену. Если отец чересчур злился на свою жену, Сет вызывал огонь отца на себя и толкал мать на сторону отца. Со временем сигналы, необходимые для вызова этих поведенческих реакций, становились все более и более незначительными; приподнятая бровь, тон, каким сделано замечание, стали условным знаком к началу развития сюжета, который мог закончиться убийством или телесными увечьями, но который незамедлительно пресекался симптоматической реакцией Сета.

Поскольку ни одна из родительских схваток не выходила за пределы начальных выпадов, страх перед тем, что могло произойти, если дело этим не ограничится, стал возрастать, так же как и потребность Сета постоянно держать под контролем все происходящее. Чем больше Сет держал под своим контролем стычки родителей, тем крепче становилось родительское единение в ощущении приносимой сыну жертвы и тем глубже делалось их отчаяние. Однако родители никогда не могли договориться между собой о совместных действиях с целью обуздать Сета, поскольку любая их попытка к сотрудничеству друг с другом немедленно вскрывала супружеский конфликт, который, разумеется, служил сигналом для Сета вновь обострить свое поведение.

Когда борьба между родителями и Сетом достигла невыносимого предела, опять грозя разрушением системы (мать могла стать психотичкой, Сет мог совершить самоубийство, отец мог убить Сета), Сет ввел стороннего человека — Аннетт, “значимую другую”. С приходом Аннетт борьба стала более равной — Сет и Аннетт против матери и отца — с Аннетт, выступающей в роли посредника для обеих сторон и таким образом восстанавливающей в системе непростое равновесие и не позволяющей борьбе Сета против своих родителей обостриться до крайнего предела.

Опять, как и раньше, время стало тем фактором, который, понуждая развитие системы, подталкивал к новой нестабильности. Отношения между двумя молодыми людьми, скорее всего, неизбежно закончатся разрывом, если не смогут развиваться до какой-то новой стадии. В этой семье нормальное развитие было заблокировано все возраставшей напряженностью в отношениях Сета и Аннетт. В то же время, как мы выяснили на более поздних сеансах, Аннетт привели к отношениям с Сетом трудности в ее собственной родительской семье. Временами отношения между Сетом и Аннетт стабилизировались благодаря обострениям в отношениях между Сетом и его родителями, когда Аннетт вставала на защиту Сета и выступала против родителей. Иногда отношения между Сетом и его родителями стабилизировались благодаря ссорам, вспыхивавшим между Сетом и Аннетт. Однако всегда существовало опасение, что Аннетт может уйти. По мере того, как обострение нарастало во всех отношениях, напряженность становилась невыносимой. Это нарастание внутреннего давления и вынудило семью обратиться за помощью к посторонним людям, и не столько для того, чтобы решить свои проблемы (хотя некоторая смутная надежда на это существовала), сколько для того, чтобы вновь стабилизировать ситуацию, подключив внутреннюю борьбу в семье к иной цепи, к симметричной борьбе в системе отношений семьи и психотерапевта.

В конце пятого сеанса группа провела консультацию и решила нацелить вмешательство на центральную тройку, в частности, на насилие в супружеской паре. Мы чувствовали, что достигли самого ядра курса психотерапии и нам следует бросить вызов как тройке — Сету и его родителям, так и паре — матери-отцу — с тем, чтобы они доказали неправоту группы и, как следствие, свою способность не прибегать к насилию.

Психотерапевт: Группа согласна с Сетом в том, что он не был признан в этой семье. Группа уверена, что Сет был готов пожертвовать своей жизнью вплоть до риска убить или быть убитым ради того, чтобы защитить мать от ярости отца и защитить отца от психологической смерти вследствие унижения своей женой. Ясно, что если бы мать и отец сумели признаться в той роли, которую они играли в заточении своего сына, Сет был бы освобожден от своей роли хранителя мира между супругами.

Отец: (Саркастически смеясь.) Я вынужден рассмеяться, потому что — вы можете закончить, но я повторю еще раз (*указывая в направлении группы за зеркалом*) — *Кукушино гнездо.*

Психотерапевт: Хорошо, хорошо. Поскольку совершенно ясно, что это признание еще требует сознательного осмысления матерью и отцом, группа рекомендует Сету вернуться к постельному режиму и временно отказаться от тех шагов, которые он предпринимал (*отец смеется*) для своего освобождения.

Отец: Ты хочешь опять сюда прийти, Сет?

Психотерапевт: Я отправлю вам копию письма и назначаю вам встречу на 5 мая.

Семья еще раз подверглась нажиму, заставляющему ее доказать неправоту группы, доказав свою способность обходиться без насилия. Письмо группы было нацелено на Сета, который в наибольшей степени контролировал, произойдет в действительности насилие или нет. Письмо определяло, что убить или быть убитым означает жертву во имя большего благополучия системы семьи и фактически является окончательным доказательством правоты группы. Третья альтернатива была предложена Сету: вернуться к постельному режиму и не предпринимать дальнейших усилий освободиться.

При просмотре видеозаписи на консультации было интересно увидеть, что кризис в семье вызвал изоморфный кризис в группе, который оказал влияние на последующее вмешательство. Сообщение группы выставляло родительские отношения в негативном свете, упоминая об унижении матерью отца и об отцовских приступах ярости. Более того, только Сет был охарактеризован как преданный и жертвующий собой. Группа совершенно определенно присоединилась к одной части системы (Сету) и встала в оппозицию к другой (родителям). В результате этого хода семья могла отказаться от продолжения курса психотерапии, чтобы восстановить свою внутреннюю спаянность. В ретроспективной оценке отрицательный характер вмешательства был вызван двумя факторами: 1) отсутствием у группы опыта положительной перестройки всех взаимодействий, даже тех, которые казались наиболее сильно заряженными злобой и насилием; 2) давлением семейного кризиса на группу. Несмотря на нашу ошибку, вмешательство было эффективным, и после этого сеанса семья являлась на все последующие, проводившиеся с интервалом в один месяц.

Шестой сеанс

Сет: Последние три недели, насколько я помню, я чувствую себя в основном хорошо, что даже странно.

Психотерапевт: Что это значит?

Сет: Я не думаю, что была какая-то особенно высокая степень напряженности по сравнению с другими временами. Мне не удалось совершить ничего особенного, но я не лежал в постели: я продолжал заниматься своими упражнениями. И даже стал выходить из дома один. *Один.*

Психотерапевт: Вы начали...

Сет: Выходить на улицу *один*, то есть переходить на другую сторону улицы. Но это большое событие, этого не случалось уже полтора года.

Психотерапевт: Верно. Угу.

Сет: Ух. (*Вздыхает.*) Может быть, потому, что я люблю противоречить, знаете ли. (*Смеется.*) В письме говорилось о том, чтобы оставаться в постели. Поэтому я и не оставался.

Следующие два сеанса были отдельными: получасовой сеанс посвящался Аннетт и Сету, а оставшиеся полчаса — родителям. Раздельные сеансы были организованы как по требованию Аннетт, так и для того, чтобы получить личную информацию у отдельных пар, которая вряд ли могла быть получена в присутствии всех четверых. Встречи отдельно с родителями служили также скрытым сообщением Сету о том, что родители могли находиться вместе, не подвергаясь опасности, а встречи отдельно с Сетом и Аннетт определяли их без слов как взрослую молодую пару.

Во время раздельных сеансов мы узнали, что семья Аннетт узнала о ее отношениях с Сетом. Будучи людьми религиозными, они пришли в ярость от того, что у нее был любовник, считали ее грешницей и грозили лишить наследства. Аннетт пыталась разорвать свои отношения с Сетом, и каждый раз, когда она это делала, Сет грозил убить себя, и его агорафобия усиливалась. Испытывая чувство стыда, Аннетт убеждала свою семью в том, что она больше не встречается с Сетом. Она ужасно боялась, что если на самом деле покинет его, он может ей отомстить, раскрыв ее семье, насколько далеко зашли их отношения.

На седьмом, восьмом и девятом сеансе изменения в поведении Сета продолжали происходить по мере того, как Аннетт все боль-

ше отстранялась и становилась все более независимой. Она даже подумывала о том, чтобы порвать с Сетом и завести отношения с другим мужчиной, и решила поехать в Европу в двухнедельный отпуск. Однако, узнав об этом, Сет пришел в крайнее возбуждение и пригрозил самоубийством, чтобы не дать ей вырваться.

Сет: Я уже окончательно и бесповоротно спланировал, что сделаю одну простую вещь: я собираюсь покончить с собой до того, как она уедет в Европу. Я намерен послать письма [которые отправит группа] доктору N для заверения о медицинской страховке и кому-нибудь еще, с кем я хорошо знаком, и пусть он решает, имеют ли они какое-то отношение к моему самоубийству. Совсем просто.

Девятый сеанс

Группа провела консультацию и решила отправить Сету и его родителям письмо, которое сместило бы первоначальное вмешательство и рассматривало бы всю семью как находящуюся на службе у Аннетт. Цель этого вмешательства была тройкой: 1) мы чувствовали, что это придаст Аннетт уверенность в ее нерешительном стремлении к независимости; 2) мы знали, что единственное, чего не потерпят родители, так это считаться состоящими на службе у Аннетт, которую они откровенно невзлюбили, хотя и нуждались в ней; и 3) хотя было очевидно, что агорафобия Сета действительно держала Аннетт на коротком поводке, мы чувствовали, что получить определение “жертвующего собой” ради нее для него было бы совершенно невыносимо.

Психотерапевт: Позвольте мне поделиться с вами докладом группы. Мне его только что передали. Группа постоянно ломала голову над тем, кто же является истинным пленником в этой семье. Но после трех последних сеансов ответ стал нам ясен.

Отец: Сет, вот кто пленник.

Психотерапевт: Аннетт, вот перед кем стоит самая ужасающая дилемма. Как и прежде, когда Аннетт решила уйти, эта семья, сама того не зная, предоставила ей прекрасное решение. Аннетт — по натуре человек, всегда готовый прийти на помощь, и в то же время она грешница, навлекшая великий позор на свою семью.

Мать и отец желают казаться тиранами высшей пробы по отношению к своему единственному и возлюбленному сыну, чтобы предоставить Аннетт возможность искупать свои грехи, исполняя роль ангела-хранителя. Действуя заодно со своими родителями в поддержании видимости не проходящего страха, Сет продуманно, жертвуя при этом собой, обеспечил Аннетт узилище, зная, что как грешница...

Отец: (Обращаясь к матери.) Ты свободна *(Смеется.)*

Психотерапевт: ...зная, что как грешница она чувствует, что должна приносить покаяние, и, может быть, вечно. Таким образом, Сет и его родители должны помогать Аннетт, продолжая удерживать ее пленницей своей семьи.

Через четыре дня после девятого сеанса в институт было передано телефонное сообщение от адвоката Сета. В этом сообщении адвокат давал знать, что отменяет следующую встречу с семьей, а также все будущие встречи и подает в суд на основании злоупотребления доверием пациента. На следующий день в институт от имени Сета позвонила Аннетт и оставила сообщение, что “они передумали, и семья хотела бы прийти на следующую встречу, которую кто-то отменил”.

Позднее мы выяснили, что звонившим нам адвокатом был сам Сет.

Десятый сеанс

На десятом сеансе Сет увел процесс психотерапии в сторону, разразившись тирадой против своей матери, обвиняя ее в том, что она вошла в его комнату, когда он мастурбировал. Все члены семьи почувствовали намек и тут же ввязались в драку. После того, как психотерапевт утихомирил семью, он начал расспрашивать об имевших место изменениях.

Психотерапевт: Позвольте мне спросить вас, какие произошли сдвиги после того, как Аннетт вернулась [из своего летнего отпуска].

Отец: Он все время ей звонит. Я хочу рассказать вам о том, что случилось прошлым вечером: во вторник вечером я был у него наверху и смотрел телевизор. Она [мать] была внизу. Вдруг я слы-

шу, как он орет в трубку: “Ты, шлюха, я тебя убью!” — ну, и таратарам. Я думал, он говорит с матерью. Но Сет говорил по телефону с Аннетт. На этой неделе он два или три раза говорил с ней вечером по телефону в таком вот духе, вплоть до истерики. Я не знаю, что она ему отвечала, что он ей говорил. Я слышу только, когда он начинает орать — все слышно через дверь. А потом он выходит из комнаты и говорит: “Тебе придется отвести меня в центр, я собираюсь ее убить”. Он мне прямо так и сказал. Тогда я ему ответил: “Пока ты мне не скажешь, что происходит, я никуда с тобой не поеду”. После этого, немного позднее, он слегка успокоился. И такое происходило раза три на этой неделе.

Психотерапевт: И он не захотел вам ничего рассказать?

Отец: Нет, не захотел. На этой неделе это происходило трижды.

До этого сеанса группа посылала семье только такие сообщения, в которых предписывались данные симптом и система. На этот раз мы были уверены, что семья готова вступить в союз с психотерапевтом и вопреки группе двинуться в направлении изменения. Психотерапевт оговорил с семьей небольшое поведенческое задание, в то время как группа вновь высказала свое убеждение в том, что семья еще не готова к изменению и поэтому не справится с заданием. Следует иметь в виду, что эта семья уже благополучно нанесла поражение многим психотерапевтам, которые пытались давать ей столь же разумные советы. Только когда накопившаяся у семьи злоба против группы дошла до точки кипения, они были готовы согласиться на простой и разумный структурный ход.

Психотерапевт: Я собираюсь дать вам следующее задание, но хочу сразу предупредить, что группа не верит в то, что вы можете его выполнить. Сет, чтобы начать делать шаги в направлении независимости, вы должны каждый день оставаться какое-то время наедине с собой. Во время сеанса вы предложили, чтобы это был один час, но я чувствую, что это, возможно, слишком долго. Поэтому вам следует определить, в течение какого времени, по вашим ощущениям, вы вполне можете побыть один. Я предлагаю вам ежедневно увеличивать проведенное в одиночестве время не более чем на пять минут. У вас может возникнуть соблазн испытать себя вне стрессовых ситуаций и более длительным временем одиночества, но ни при каких обстоятельствах не следует этого делать. Вам необходимо вести журнал своих попыток, отмечая

дату, время, что вы сделали и как ваши родители оценивают ваш прогресс.

[Мать], вам не следует входить в спальню Сета без прямого приглашения. Вы можете почувствовать, что Сет посылает вам косвенные сигналы о материнской помощи, но вы не должны поддаваться искушению быть любящей и готовой прийти на помощь материю.

Отец и мать, вы должны отмечать в журнале маленькие шажки Сета в направлении независимости и хвалить его за них. Однако я должен вас опять предупредить, что группа совершенно со мной не согласна. В соответствии с причинами, изложенными в последнем письме, они убеждены, что семья не должна изменяться, и поэтому окажется неспособной выполнить это задание.

Одиннадцатый сеанс

Следующий сеанс был последним в курсе психотерапии. Хотя, по нашим подсчетам, он являлся одиннадцатым, семья приняла к сведению наше заявление о том, что консультация миланской группы сама по себе была сеансом, и добросовестно посчитала этот сеанс двенадцатым и последним из предусмотренных контрактом. В семье царила сильная напряженность, определенно связанная с окончанием курса, и Сет несколько раз обращался по телефону к администратору клиники с вопросами по поводу этого необычного курса психотерапии.

Сет: Если бы я знал, что... что есть хоть какая-то вероятность, что сеансы, прежде всего семейные, будут проводиться не слишком регулярно, а потом будут приходить письма сначала от одной части группы, а потом от другой, то я бы никогда сюда не пришел. Я говорю это не ретроспективно, я говорил это всегда. Но меня больше всего бесит, что я все-таки пришел; мне интересно было выяснить, было ли это традиционным, потому что, насколько мне известно... хотя я нутром чувствовал, что это не может быть единственным... главным методом семейной психотерапии. Когда я позвонил, чтобы узнать, ну, в общем, что это за... нормальный ли это курс. Я у них спросил. Я вам не вру. Я позвонил и сказал: “Послушайте, что вы обычно предлагаете?” А мне ответили: “Как правило, это один раз в неделю с одним психотерапев-

том”. Потому что я... я... я сказал: “Ну хорошо, я записываюсь на этот курс”, а она сказала: “Хорошо, поговорите об этом с вашим психотерапевтом”.

Тирада против группы и курса психотерапии продолжалась до тех пор, пока группа не решила прервать сеанс сообщением, которое поставило бы Сета в еще одну сложную ситуацию. Группа дала психотерапевту указание сказать Сету, что “мы испытываем облегчение от того, что он решил посвятить сеанс обсуждению курса психотерапии, поскольку мы боялись, что он публично унизит нашего коллегу доктора Бергмана, доказав несостоятельность его оптимизма в отношении изменения и, таким образом, подтвердив правильность позиции группы”.

Психотерапевт: Группа вызвала меня, чтобы сказать: им бы хотелось, чтобы вы продолжили говорить о своих критических замечаниях в отношении курса и обо всех проблемах, связанных с этим типом психотерапии, уйдя, таким образом, от обсуждения всего, что происходит с агорафобией, потому что они беспокоились о том, что вы могли высказать такие вещи, которые подтвердили бы, что я был неправ по сравнению с тем, что думает группа.

Сет: По сравнению с тем, что думает группа, вы правы, потому что мне становится все лучше и... Хорошо, я вкратце расскажу вам об изменениях. Я не собираюсь вдаваться в подробности. Я оставался один без всяких там телефонных контактов с родителями.

Психотерапевт: Как долго?

Сет: Только часа полтора или час.

Психотерапевт: Без кого бы то ни было?

Сет: Они были на улице. Я видел... знал, где они были, но я не связывался с ними по телефону. Еще несколько раз я оставался один уже после того, как говорил с вами по телефону... ну, вы знаете, когда я действительно связывался по телефону.

Психотерапевт: Да.

Сет: Э-э, поехал... поехал на двенадцатый этаж на лифте в Профессиональной реабилитации — не один, но я поехал — я весь напрягся, и я...

Психотерапевт: С кем вы поехали?

Сет: Я поехал с... со своими родителями, моей матерью и Аннетт. Ходил в кино.

Психотерапевт: Сам?

Сет: Нет, не сам, с Аннетт.

Мать: И без нашего сопровождения. Был очень...

Сет: И без их сопровождения. Ходил на свидания. Вы понимаете, о чем я.

Мать: Он один ездил на машине в центр города.

Сет: Но за мной ехали.

Мать:... а мы ехали за ним в другой машине.

Психотерапевт: Один, и в его машине больше никого не было?

Сет: В машине никого больше не было.

Мать: В машине никого больше не было.

Сет: Там было множество...

Психотерапевт: Как далеко вы от него ехали?

Мать: Мы ехали прямо за ним.

Сет: Прямо за мной.

Мать: Но, должна вам сказать, иногда между нами оказывались другие машины. Но он был совершенно один в машине, и впервые за много лет ему удалось это сделать.

Во время консультации с группой мы решили, что в качестве заключительного сообщения группе следует еще раз посоветовать семье снизить темп. Мы также решили попросить семью еще раз перечитать письма группы, поскольку эти письма возымели такой мощный эффект мобилизации семьи на изменение.

Психотерапевт: Вот у меня доклад группы. “Группа обеспокоена тем, что Сет и его родители признают, что семья меняется. Мы вновь отсылаем их к письмам группы и предупреждаем Сета о тех опасностях, грозящих семье и особенно Аннетт в случае, если кто-либо из членов семьи изменится”.

Отец: Что это? (Смеется.)

Сет: Парадокс. Он не срабатывает, если все поступают таким образом.

Отец: Да.

Психотерапевт: Позвольте мне закончить. “Более того, целиком отдавая должное семье, группа должна предупредить их, что убеждены: доктор Бергман был введен в заблуждение кажущимся взлетом в состоянии здоровья Сета и его родителей”.

Отец: Взлетом где? Повторите еще...

Психотерапевт: В состоянии здоровья.

Мать: В состоянии здоровья.

Психотерапевт: “На основании наших повторных просмотров видеозаписей, а также исходя из нашего обширного опыта работы с острыми симптомами фобий, мы сделали вывод, что доктор Бергман относится к изменению с наивным оптимизмом. Мы, как и Миланская группа, по-прежнему убеждены в том, что Сет и его семья входят в те 10% семей, которые должны научиться жить со своими несчастливыми обстоятельствами. Доктор Бергман сообщил нам о своей заинтересованности в продолжении работы с Сетом и его родителями даже при том, что двенадцать сеансов, первоначально оговоренные в контракте, завершились. Группа старалась отговорить его от этого, указывая на поведение Сета на этом сеансе как на свидетельство того, что *ему* лучше знать, когда следует прекратить прогресс и что не стоит питать ложных надежд”.

Сеанс закончился тем, что психотерапевт предложил семье продолжить лечение вопреки пессимизму группы. Сет пообещал подумать об этом и позвонить, как только у него созреет решение. Спустя месяц Сет оставил сообщение на автоответчике психотерапевта с просьбой позвонить ему между семью и восемью часами вечера, поскольку все остальное время его не будет дома. Он также сообщал, что хотел бы продолжить курс семейной терапии. Когда в назначенный час мы стали звонить Сету, дома никого не оказалось и никто не позаботился о том, чтобы принять наш звонок. Тогда мы стали ждать. Две недели спустя Сет оставил на автоответчике психотерапевта сообщение, в котором говорилось, что элементарная вежливость требует отвечать на звонки. После этого психотерапевт несколько раз пытался связаться с Сетом, но так ни разу и не сумел застать его дома. Через несколько недель позвонила Аннетт и попросила назвать ей семейного терапевта, который мог бы встретиться с Сетом в частном порядке. Психотерапевт попросил Аннетт передать Сету, чтобы он позвонил психотерапевту для обсуждения вопроса о том, к кому его можно направить. Сет должен позвонить еще, поскольку Аннетт была передана такая просьба.

Послелечебное двухгодичное наблюдение было просто потрясающим. Прежде всего один из членов группы попытался поговорить с отцом. Злоба, которую отец питал к группе, была столь же сильной, как и на последнем сеансе, и члену группы пришлось

прибегнуть к всевозможным ухищрениям, чтобы не дать ему повесить трубку. Высказав все, что он думает о группе и о курсе психотерапии, отец обронил мельком, что у Сета произошли значительные улучшения, но это не имеет никакого отношения к курсу психотерапии, а совершилось скорее благодаря усилиям его жены. После завершения курса семья больше не прибегала к психотерапии, и Сет также не проходил никаких индивидуальных курсов психотерапии. Отец с головой выдал надежды, возлагаемые им на наш курс психотерапии, когда недовольно добавил: “Я не понимаю, почему я должен говорить с вами сейчас [почти два года спустя], раз уж раньше никто не побеспокоился о нас с этим послелечебным наблюдением”. Затем он добавил, что хотя и не собирается ничего больше сообщать члену группы, но был бы очень рад поговорить с доктором Бергманом, который, в отличие от группы, человек добрый и отзывчивый и мог бы помочь семье, если бы нашел возможность встречаться с ними без группы.

Нам это напомнило один случай Милтона Эриксона, когда женщине, страдающей галлюцинациями, было дано указание сложить все образы, которые являлись ей в галлюцинациях, в чулан Эриксона, где они будут надежно упрятаны. Точно так же гнев отца был надежно упрятан в группе, которая освободила его самого, его жену и прежде всего Сета. Отец, тем не менее, по-прежнему пытался отбить у группы доктора Бергмана, может быть, в качестве хорошего сына, в котором он нуждался, или в качестве доброго отца, который сумел проявить заботу об этой семье и имел мужество оставаться с ними в ужасное для них время.

Бейтсон рассказывает одну занятную притчу об отношениях между дельфином, которого нужно обучить новому поведению, дрессировщиком, который должен его обучать, и руководителем программы, которому предстоит заниматься разработкой стратегии программы дрессировки. Идея Бейтсона состоит в том, что дельфин продолжает свое обучение, даже когда оно дается ему ценой невероятных усилий, только благодаря своим отношениям с тренером, который, сочувствуя бедному млекопитающему в его сложной и изнурительной задаче, нарушает правила, установленные руководителем, и дает ему незаслуженную рыбу. Руководитель остается жестким и непреклонным, не допускающим никаких послаблений в следовании установленным правилам. Опыт позволяет ему задавать стратегию обучения, но квинтэссенцией обучения явля-

ется стойкая привязанность тренера к дельфину. Притча Бейтсона служит примером проводимого нами курса психотерапии.

С другой стороны, для нас весьма важно, что семья мало верит в то, что изменение произошло благодаря курсу психотерапии и, как в этом случае, что отец считает его исключительно заслугой своей жены. Ведь, в конечном итоге, вовсе не психотерапевт, а именно семья нашла свой собственный уникальный выход из своей дилеммы.

Позвонив Аннетт, мы узнали, что она окончательно порвала с Сетом примерно через три месяца после завершения курса психотерапии. Она все еще опасалась, что может произойти какое-то насилие, но чувствовала, что подвергалась бы гораздо большей опасности, если бы осталась. Но ничего ужасного не случилось; как бы то ни было, Сет продолжал идти на поправку и без Аннетт. Он все чаще выходил из дома без сопровождения родителей, поступил на художественные курсы и закончил их, заходил в гости к Аннетт на правах старого друга и начал заводить новых друзей.

10. ПРОВАЛЫ И ВОЛЧЬИ ЯМЫ

Невозможно учесть все элементы, которые принимают участие в осуществлении изменения, из-за сложности и непредсказуемости свойств человеческих систем. Психотерапевт может создать “подмости” для изменения, но никогда не в силах предсказать, каким образом оно произойдет и произойдет *ли* вообще, ввиду наличия случайных, зависящих от обстоятельств элементов, над которыми психотерапевт не властен и о которых иногда даже не имеет представления. Таким образом, даже в ретроспективе невозможно знать наверняка, что не работало, почему оно не сработало или сработало *ли* что-то вообще. Иногда в процессе психотерапии не происходит никакого изменения, либо весьма незначительное, но впоследствии происходят неожиданные сдвиги (которые либо можно, либо нельзя отнести к курсу психотерапии). Люди изменялись на протяжении тысячелетий без всякого участия тех, кто призван охранять их психическое здоровье. Это говорит о том, что к преобразованию ведет множество различных путей. Ответы на вопросы о том, каким образом семья реагировала бы на иное вмешательство, на иной расчет времени вмешательства, на иную оценку проблемы, могут быть только умозрительными.

Эта глава была задумана не для того, чтобы другие могли избежать тех же самых ошибок, что здесь описаны (ибо каждый психотерапевт должен учиться на своих собственных ошибках), но лишь для того, чтобы ни у кого не создалось впечатления, будто этот подход всегда ведет к изменению. Изменение в данном контексте означает устранение или существенную модификацию обозначившейся проблемы. Если обозначившаяся проблема остается прежней, при том, что в процессе психотерапии в семье происходят иные положительные изменения, конечный результат не считается достаточно успешным.

Возможно, одна из причин того, что о неудачах пишут не столь часто, заключается в том, что процесс возвращения по собственным следам является болезненным и полным разочарований и сопровождается неизбежным: “Как я мог проглядеть то, что сейчас

кажется очевидным”, или “Если бы я только сделал то-то и то-то, все могло получиться совершенно иначе”, или “Почему это вмешательство, которое я так тщательно планировал и считал блестящим, провалилось, в то время, как другое, которое было наспех оформлено и применено за неимением лучшего, вызвало заметное изменение?” Но опять же, действительной причиной изменения может быть вовсе не то, что, по нашему мнению, его вызывает.

Это дошло до моего сознания много лет тому назад, когда я еще была начинающим психотерапевтом в Институте Аккермана. В то время я работала, исходя из посылки, что если бы некто понял, почему он сделал то, что он сделал, то он перестал бы это делать (что обычно принято называть интуицией). Пытаясь помочь одной матери изменить свое поведение по отношению к своим детям, я сказала: “Знаете, Дороти, вы умная женщина, и поэтому я уверена, вы прекрасно видите, что обращаетесь со своими детьми точно так же, как с вами обращалась ваша мать. Она все время подталкивала вас из боязни, что вы не реализуете свой жизненный потенциал, точно так же, как сейчас вы с тех же самых позиций подталкиваете своих детей”. У нее засветились глаза, и она ответила: “Мне никогда не приходило в голову, что это как-то связано, но... да, вы правы. Большое вам спасибо, миссис Пэпп, вы мне очень помогли”.

На следующей неделе Дороти пришла на сеанс с сияющим лицом и сообщила, что последняя неделя была просто замечательной. Атмосфера напряженности покинула дом, и она прекратила воевать со своими детьми. Я сидела, втайне поздравляя себя со своей блестящей интерпретацией до самого конца сеанса, когда неожиданно, уже на пороге, она обернулась и спросила: “Между прочим, миссис Пэпп, что это вы сказали на прошлой неделе о моей матери и обо мне? Все, что я помню, это “Дороти, вы умная женщина”, — и всю неделю я только и твердила себе: “Миссис Пэпп считает, что я умная, миссис Пэпп считает, что я умная” — и от этого мне становилось так хорошо”. Этот опыт научил меня никогда не быть хоть сколько-нибудь самоуверенной в отношении того, что вызывает изменение. И в то же время об этом весьма важно размышлять, поскольку это способствует более глубокому осознанию психотерапевтом процесса психотерапии.

Здесь изложены некоторые соображения о том, что получилось не так в каких-то конкретных случаях, в центре которых лежали

какие-то конкретные проблемы. Здесь не делаются какие-то окончательные выводы, а скорее ставятся вопросы. Я приглашаю читателя также присоединиться к этим размышлениям, и, быть может, его соображения будут значительно отличаться от моих.

Большинство неудач в Проекте краткосрочной терапии были связаны с различного рода непоследовательностью в проведении общей политики. Поскольку линия проведения этой политики не была вполне ясной, то следовавший за ней курс психотерапии отражал эту неуверенность. Неопределенности, связанные с отсутствующими членами семьи, и сторонний психотерапевт явились причинами двух наших самых крупных провалов.

Исключение влияния сторонних психотерапевтов

Много трудностей было сопряжено с теми случаями, в которые оказался вовлечен сторонний психотерапевт. Среди направляемых в нашу клинику случаев высок процент таких, где один или более членов семьи проходят в настоящее время курс индивидуального лечения вне нашего института. В политике, касающейся данного вопроса, мы проявляли нерешительность, по-разному и с разной степенью успеха подходя к разрешению подобных ситуаций. В некоторых случаях мы соглашались с продолжением индивидуального курса психотерапии и относились к нему как к части системы. Вместо того, чтобы просить семью оставить специалиста, в которого они сделали крупные эмоциональные и финансовые вложения, мы включали этого психотерапевта в свои вмешательства. Например, работая с семьей одного тринадцатилетнего правонарушителя, посещавшего психолога в течение двух лет, психотерапевт сказал семье, что мы предоставим разрешение глубинных внутриспсихических проблем их сына психологу и будем заниматься только проблемами, относящимися непосредственно к семье. (Они попали на курс семейной терапии не по собственному усмотрению, а были направлены к нам госпиталем, куда мать поступила после попытки самоубийства.) Родители искусно уходили от необходимости решать другие нависшие над семьей проблемы, целиком и полностью посвятив себя вопросам, связанным с поведением сына. Во время сеансов, как только родители пытались затенить эти проблемы, начиная читать сыну нотации, психотерапевт прерывал их и спрашивал, не кажется ли им, что поведение

их сына связано с чем-то, происходящим в семье. Они неизменно отвечали, что оно связано с чем-то, происходящим в самом мальчике. Психотерапевт преграждал поток их жалоб заявлением, что в этом случае им следует обсуждать поведение сына с пользующим его психотерапевтом, и вынуждал говорить о той проблеме, которая привела мать к попытке самоубийства. Ее муж после недавнего сердечного приступа решил сняться всей семьей с насиженных мест и отправиться через всю страну, чтобы жить поближе к своим родителям. Жена, желавшая оставаться подле своей семьи и друзей, не видела иного способа донести до мужа всю глубину своего отчаяния, кроме как через попытку самоубийства. Когда семье стало совершенно ясно, что сын целиком поглощен попыткой разрешить кризис между родителями с помощью своего маниакального поведения, родители добровольно отказались от его индивидуального курса психотерапии. После этого его поведение рассматривалось как часть семейного процесса. Дело сильно осложнилось бы, если бы сын испытывал сильную привязанность к своему психотерапевту, но в данном случае он всего лишь исполнял волю своих родителей.

Иногда мы использовали тот же самый подход для супружеских пар, в которых один из супругов проходил курс индивидуальной психотерапии.

Разрешение симптомов, диагностируемых как “низкая самооценка”, “хроническая депрессия”, “свободно блуждающее беспокойство” и “безответная потребность в зависимости”, мы оставляли на усмотрение индивидуальных психотерапевтов, в то время как сами занимались проблемами между супругами. “Пациенты” часто добровольно прекращали индивидуальные курсы психотерапии, когда становилось ясно, что их индивидуальные симптомы являются частью супружеского взаимодействия. Даже когда они продолжали свой индивидуальный курс психотерапии, это не всегда сказывалось на успешном разрешении супружеских проблем. Однако в других случаях нам приходилось работать в прямой оппозиции к стороннему психотерапевту, и процесс исцеления бывал серьезным образом подорван. В отдельных случаях возможно было работать в тандеме с их психотерапевтом, но только когда он не возражал против курса супружеской терапии.

После нескольких пережитых неудач мы взяли на вооружение такую политику: если человек, проходивший индивидуальный курс лечения, не соглашался прекратить его хотя бы на период прохож-

дения курса семейной терапии или если его личный психотерапевт не давал согласия участвовать в наших сеансах, мы не могли принять такую семью. Эта политика вызвала новые осложнения, поскольку человек, проходивший индивидуальное лечение, зачастую под давлением семьи весьма неохотно отказывался от него на период прохождения семейной терапии, а потому чувствовал себя принужденным посещать сеансы и отказывался от участия в процессе. В отношении одной такой семьи мы приняли решение прекратить курс психотерапии после трех сеансов. Отец забрал своего 21-летнего сына после четырех лет психиатрического лечения вопреки желаниям как его самого, так и его психиатра. Сын согласился с отцом, что никаких улучшений у него не произошло, но по-прежнему свято верил: в один прекрасный день психиатр ему поможет. Он с большой неохотой стал приходить на семейные сеансы, но вскоре стало ясно, что он вошел в тайную сделку со своим психиатром не изменяться ни с кем, кроме него. Представленная семье причина прекращения курса была такова: если у сына произойдут улучшения в процессе семейной терапии, он выставит своего психиатра в весьма невыгодном свете и, в конечном итоге, будет чувствовать, что оказался неверен ему. До тех пор, пока сын выздоровлением не уплатит свой долг психиатру, семейная терапия не способна будет ему помочь.

Отсутствующие члены семьи

Следует ли нам принимать семью, если один или более ее членов отказываются являться на сеансы — вот еще один вопрос, по которому мы проявили непоследовательность. Принятие решения в подобных случаях осложнялось тем, что, следуя различным курсам, мы получили самые разнообразные результаты. В отдельных случаях нам удавалось вовлечь недостающего человека уже после того, как курс психотерапии начался. В случае, названном “Дочь, которая сказала “нет”, отец, в начале отказывавшийся являться на сеансы, позднее все же вынужден был прийти и стал постоянным участником курса. Хотя первый сеанс мы начали только с матерью и идентифицированным пациентом, мы были убеждены, что вслед за ними явятся и три других члена семьи. Эта уверенность была основана на сложившемся у нас впечатлении, что эта семья находит большое удовольствие в нескончаемых словопрениях и

никто из них не устоит перед соблазном вставить свое слово. Это начальное впечатление очень быстро оправдалось.

В других случаях нам удалось вызвать изменение даже при том, что один член семьи отсутствовал на протяжении всего курса психотерапии. Как правило, это был симптоматичный ребенок, чей отказ участвовать являлся частью его/ее общей модели бунта. Например, в семье, которой занималась Ольга Сильверштейн, противоправное поведение 21-летнего сына было изменено даже несмотря на то, что он не участвовал ни в одном сеансе. С остальными членами семьи проводились регулярные встречи, а сыну после каждого сеанса посылались домой письма, поддерживающие его намерение оставаться в стороне на основании того, что выявилось во время сеанса. Если, к примеру, между родителями произошла ссора, его поздравляли с тем, что он сумел это предвидеть и заранее знал: своим поведением он лишь увел бы их в сторону, присутствуй он там. Или если все внимание на сеансе было сосредоточено на его сестре, в письме говорилось о том, как семья благодарна ему за то, что он позволил оказаться в центре всеобщего внимания своей сестре, о которой в последнее время очень редко вспоминали. Или что он не согласился бы ни с чем из вышесказанного на каком-то конкретном сеансе и таким образом избавил всю семью от удручающей сцены. Его постоянно называли “хранителем семейного очага”, который оставался дома, чтобы сохранить прежний образ жизни, в то время как семья искала пути к изменению.

Через три месяца семья сообщила о заметном смягчении его бунтарского и грубого поведения; в конечном итоге он получил работу и покинул дом. Единственный способ доказать неправоту психотерапевта для него состоял в том, чтобы либо являться на сеансы психотерапии, либо покинуть дом, который психотерапевт поручал ему охранять.

Золотая нить

Однако в другом случае наше согласие встречаться с семьей без участия отца серьезно осложнило весь курс психотерапии. Отец оставался для нас недостижим: он не отвечал на наши звонки и даже не читал наших писем. Отсутствие одного из родителей становится иногда более серьезной проблемой, чем отсутствие одного из

детей, уход которого из семьи является нормальным событием в жизненном цикле. На родителей это не распространяется. В рассматриваемом далее случае наше огорчение невозможностью вовлечь отца привело к тому, что мы стали добиваться изменения очень нерациональными путями. Почувствовав после нескольких сеансов, что окончательно зашли в тупик, мы прекратили этот курс. Позднее мы задавались вопросом, не поторопились ли мы прервать курс и не было ли иных альтернатив, которыми можно было воспользоваться. Когда я писала эту главу, то снова задумалась, не заключалась ли наша ошибка в том, что мы сочли невозможным продолжать курс без участия отца. Пусть читатель сам даст ответ на этот вопрос.

В данном случае с просьбой о проведении курса психотерапии к нам обратилась мать. Ее 38-летняя дочь Кристина была недавно госпитализирована в связи с эксцентричным поведением: ей слышались голоса, она писала какие-то знаки на дверях и окнах, разбрасывала деньги и оставляла дверь квартиры открытой настежь. Мать заявила, что у нее еще была очень давняя супружеская проблема с “40-летним стажем”, связанная с мужем, “буйным параноиком”, который точно не станет участвовать с ними в курсе психотерапии. Она утверждала, что на протяжении многих лет неоднократно пыталась убедить его пройти курс психотерапии, но он питал стойкое недоверие ко всей корпорации целителей душевных болезней. Сначала психотерапевт отказалась встретиться с семьей, если матери не удастся убедить мужа присоединиться к ним, но после многочисленных отчаянных звонков матери, предположившей, что ее муж может последовать общему примеру, если придут остальные члены семьи, психотерапевт смягчилась в надежде на то, что мужа удастся привлечь позднее.

На первый сеанс пришли мать и трое ее детей. Кристина, 38 лет, высокая стройная блондинка, вошла в кабинет вальсирующей походкой, в широкополой шляпе, с изысканным видом героини пьесы Тенниси Уильямса. Роберт, 35 лет, женатый и живущий отдельно от семьи, держался настороженно, и было видно, что он предпочел бы находиться в каком-то ином месте. Младший брат, Клайд, 27 лет, был, напротив, открыт и словоохотлив и весь горел желанием что-то предпринять для семьи. Он жил дома с матерью и отцом и пытался начать собственный бизнес. Мать, происходившая из аристократической европейской семьи, говорила с сильным акцентом. Она выглядела какой-то помятой, похожей на

увядшую красавицу, которой приходится переживать тяжелые времена.

Роберт и Клайд пришли только ради того, чтобы помочь своей сестре Кристине, которая считала, что у нее самой нет никаких проблем и что она пришла лишь для того, чтобы помочь матери. Наиболее скандальные симптомы Кристины исчезли, и она тихо жила в собственной квартире, зарабатывая себе на жизнь выгуливанием собак и не создавая никаких проблем. Братья были обеспокоены тем, что она опять может “заболеть”. Тревогу Кристины вызывала “хрупкость души” ее матери, она беспокоилась о том, что у нее может произойти нервный срыв или случиться какая-то серьезная неприятность, поскольку мать была слишком озабочена своими супружескими проблемами. Братья признались, что беспокоились о том же самом, и вскоре стало ясно, что все трое самоотверженно пытались разрешить проблему несчастья своих родителей.

Во время этого сеанса мы узнали, что оба родителя вышли из хорошо обеспеченных знатных семей, встретились и поженились в Европе, где отец был известным музыкантом, а мать его ученицей, безумно в него влюбленной. Они прибыли в эту страну, изгнанные со своей родины во время второй мировой войны, потеряв при этом все свое состояние. Отец так и не сумел найти свое место в новой стране, и мать содержала его и всю семью, преподавая музыку и занимаясь аранжировкой. Отец несколько раз уезжал в Европу, пытаясь вновь там обосноваться, но каждый раз неудачно, и возвращался, чтобы вновь жить за счет матери. Хотя все деньги в семье добывались трудом его жены, он всегда держался с видом маэстро и непревзойденного знатока, постоянно критикуя ее технику и манеру исполнения. В одежде, манерах и привычках он неизменно сохранял вид обходительного джентльмена из Старого Света. Мать жаловалась, что отец ее эксплуатирует, критикует и унижает, а также совершенно не ценит поддержки, которую она ему оказывает, и подчас позволял себе вспышки необузданной ярости. Но она не может его покинуть: “Я все еще верю в него, в его талант и продолжаю надеяться, что однажды он изменится”.

Мать постоянно делилась своим горем с детьми, особенно с Кристиной, которой она часто звонила, чтобы излить свою душу. Кристина пыталась развеять “романтические иллюзии” матери в отношении отца и убедить ее в том, что он и не думает изменять-

ся. “В ней столько оптимизма, что просто становится дурно”. Кристина старалась уговорить мать оставить отца, временно пожить с ней, чтобы отец мог лучше ее оценить.

Событие, которое, по всей видимости, спровоцировало недавний “психотический эпизод”, заставило ее бояться, что родители собираются разойтись: после одного жаркого спора отец пригрозил, что уйдет. Услышав об этом, Кристина в полночь позвонила родителям и потребовала, чтобы они пришли и остались с ней, потому что она боялась оставаться одна. Когда они пришли, она сказала: “Просто сидите здесь и ничего не говорите”. Она продержала их у себя весь уик-энд и говорила о том, что ей снятся сны, в которых поезда сходят с рельс.

Другие дети столь же сильно переживали по поводу несчастья своего отца и старались утешить и поддержать его. Роберт был к нему ближе всех, больше всех на него похож и лучше всех его понимал. Однако именно Кристине выпало нести бремя забот о его физическом и эмоциональном здоровье. Она водила его к главному врачу, организовывала для него медосмотры, разговаривала с ним о музыке и никогда не забывала послать ему открытку на день рождения и на День отца. Семья согласилась, что отца следует привлечь к участию в сеансах, но все предложения заходили в тупик. Когда психотерапевт сказала, что сама может позвонить или написать ему, чтобы передать приглашение, ей ответили, что отец отказывается отвечать на телефонные звонки и, скорее всего, не будет вскрывать почту, которая придет ему от нас. (Это подтвердилось: наши звонки остались без ответа, а письма вернулись нераспечатанными.) В какой-то момент мы предположили, что семья была в тайном сговоре не допустить к нам отца, но было непонятно, как именно они это делали и почему. Было совершенно ясно, что проблемы Кристины связаны с той титанической работой, которую она на себя взвалила, пытаясь удержать родителей вместе и сделать их счастливыми.

Мать не позволяла ей оставлять эти труды, постоянно разыгрывая жертву отца, который компенсировал свой утерянный престиж тем, что повелевал матерью. Таким образом, мать и отец сохраняли свои прежние отношения наставника и ученицы. Психотерапевт и группа испытали большое затруднение, когда им пришлось сформулировать гипотезу без информации, которую должен был дать отец. Любая гипотеза, построенная при отсутствии половины супружеского “уравнения”, обречена быть неточной и однобокой. Как

показывает наш опыт, одиночное описание, не подвергнутое никаким опровержениям или не подтвержденное наблюдением взаимодействия на месте, всегда требует тщательного пересмотра с появлением другого супруга. В связи с этим мы решили не заниматься супружеской проблемой, а сосредоточить наши усилия непосредственно на том, чтобы найти способ помочь детям не быть вовлеченными в эту проблему. Мы предписали ритуал, который включал только мать и детей. Было решено, что психотерапевт и группа придут к согласию в том, что касается ритуала, но группа будет выражать сомнения, способны ли дети выполнить его, и предложит матери помочь им, испытав их решимость.

Психотерапевт сказала семье, что наступило время детям похоронить свои надежды на счастье родителей и что им следует провести церемонию в ознаменование их отказа от дальнейших попыток добиться его. Им следовало изложить на листе бумаги свои самые радужные мечты и надежды, которые они питали все эти годы, и все свои способы их осуществить. Они должны будут зачитать их друг другу, а затем зарыть во дворе под деревом, где Кристина часто садилась поразмышлять. Было предложено осуществить это в День благодарения, когда семья планировала собраться вместе, а Кристине было поручено провести этот ритуал. Группа согласилась с психотерапевтом в том, что это неплохая идея, но они считали, что осуществить ее детям будет трудно. Они предложили матери помочь им проверить свою решимость — звонить детям каждый день по телефону и жаловаться на свое великое несчастье. Кристина прокомментировала это так: “Это позволит нам окончательно разойтись — ведь мы же не состоим в браке со своими родителями”.

Мы надеялись, что этот ритуал положит начало процессу освобождения, драматизируя безнадежность попыток детей разрешить затруднения своих родителей, и мать отступит от своего предписания звонить детям почаще и проверять, какие усилия они прилагают к тому, чтобы уменьшить свою вовлеченность. Мы осознали, что это прямое подталкивание к изменению может быть преждевременным, но знали также, что в запасе у нас есть возможность вернуться назад и предписать гомеостазис, если они не сумеют справиться с этим изменением.

На следующем сеансе Роберт отсутствовал под предлогом необходимости быть в это время на работе. Семья не справилась с заданием. Кристина заявила: “Это было хорошее предложение, но

я самостоятельно проанализировала его и вижу, что кое-чего не хватает. Здесь нет моего отца”. Обсуждая это впоследствии, мы осознали, что ритуал вполне мог бы рассматриваться как акт величайшей неверности отцу, поскольку он не присутствовал на сеансе и, в отличие от матери, не стал частью этого ритуала. Роберт, его представитель, выразил свой протест тем, что не пришел на сеанс, а Кристина, которая любила прибегать к метафорам, говорила о “золотой нити любви, которая удерживает семью в ее единстве и никогда не будет порвана”. Это были совершенно определенные сообщения о том, что мы слишком поспешно попытались разорвать “золотую нить”. Фундамент для освобождения не был подготовлен путем позитивной перестройки отношений родителей, что пробудило бы у детей инициативу самим выйти из этих отношений. К примеру, мы могли сказать, что детям не следует вмешиваться в отношения родителей, поскольку для родителей очень важно сохранять свои романтические иллюзии друг о друге: для отца продолжать выставлять себя тираном и критиком, а для матери — по-прежнему оставаться беспомощной и покорной, поскольку это удерживало отца в позиции непревзойденного маэстро, а для мать — в позиции его восхищенной ученицы. Родители готовы были заплатить любой мерой несчастья за то, чтобы сохранить свои воспоминания о былом, и поэтому детям не следует вмешиваться в их приверженность своему несчастью.

Мы не использовали в то время эту формулировку проблемы, поскольку старались *не* заниматься супружескими отношениями. Теперь, много времени спустя, кажется очевидным, что невозможно было вывести детей из тщетной игры, которую они вели со своими родителями, не определив прежде название игры, правила, по которым она ведется, ставки и не объяснив, почему им никогда в ней не выиграть.

Во время следующего сеанса мать потратила уйму времени, опять говоря об отце и недоумевая, что с ним делать, в то время как Кристина и Клайд без устали давали ей полезные советы. Кристина охарактеризовала свою мать как обладающую “слепым пятном” в отношении отца. “Каждый раз, когда она думает, что их отношения стали гармоничными, оказывается, что они совсем не изменились, — и тем не менее, она не теряет слепой веры”. Клайд пришел на выручку матери и заявил, что она всегда верила в лучшее и считала, что любой человек не может быть либо совершен-

но хорошим, либо совершенно плохим. Он часто вступался за мать во время отцовских приступов ярости.

Во время консультации мы решили вернуться на шаг назад и вместо преждевременного подталкивания к изменению определить и предписать тупик, который был создан матерью и детьми в их стремлении придумать, что делать с отцом. Мы определили повторяющуюся круговую модель (мать, не знающая, что делать; дети, дающие ей совет; мать, игнорирующая их совет и по-прежнему не знающая, что делать, и т.д.) как “золотую нить”, благодаря которой мать и дети остаются постоянно вовлеченными в этот процесс. Было решено, что психотерапевт займет нейтральную позицию по отношению к сообщению и положится на Кристину в его истолковании, поскольку это была ее метафора. Сообщение было следующим:

Группа убеждена: весьма важно, чтобы вы не знали, что делать в отношении своего мужа, и продолжали не знать, поскольку благодаря этому ваши дети никогда не оставят своих попыток помочь вам узнать, что делать, Если бы вам, наконец, удалось узнать, что делать, то это разорвало бы “золотую нить”, которая удерживает семью вместе. Мы приносим свои извинения за то, что не поняли этого раньше.

Психотерапевт продолжила: “Я не уверена, что понимаю это сообщение, но группа сказала, что Кристина должна его понять”. Кристина отреагировала так: “Оно идет по правильному пути, но недостает нескольких вагонов”, — опять подразумевая отсутствующего отца. Копию сообщения мы отправили Роберту.

Это является примером определения проблемы, связанной с периферией, а не с самым эпицентром ситуации. Никогда не прекращающаяся игра, которую мать вела с детьми, была результатом никогда не прекращающейся игры, которую она вела со своим мужем. Уклоняясь от ссылок на эту игру, мы уклонились от центральной проблемы и не попали в цель. И опять же, именно отсутствие мужа повлекло за собой это уклонение.

Ни Клайд, ни Роберт не пришли на следующий сеанс, на котором были только мать и Кристина. Клайд прислал записку, что у него грипп, а Роберт в своей записке сообщил, что больше не будет ходить на сеансы, поскольку не считал, что от них есть ка-

кая-то польза. Когда члены семьи сходят с дистанции во время курса психотерапии, это может многое означать, и в определенных ситуациях является даже хорошим знаком. Мы не исключали возможность, что Клайд и Роберт могли отреагировать на наше сообщение тем, что отойдут в сторону и станут меньше заниматься проблемами своих родителей, но из сообщений Кристины и ее матери следовало, что причина была не в этом. Скорее всего, они таким образом реагировали на то, что мы были на ложном пути.

На этом сеансе мать призналась: она втайне сговорила с отцом, что он не будет принимать участия в курсе психотерапии и, таким образом, они сохраняют свои взаимные иллюзии. Она рассказала, как была расстроена из-за того, что муж обвинил ее в том, что она украла какое-то музыкальное произведение, продала его, а деньги где-то припрятала. “У меня все клетки вибрируют от возмущения и мне так и хочется что-нибудь разбить, — заявила она. — Но если я оставлю его в покое, то с ним все будет в порядке. А если его вскрыть, то будет большой взрыв. Это как чемодан, который хранится далеко под кроватью: если вы его откроете и он увидит, что должен взять на себя всю ответственность за свои неудачи, для него это будет большой удар. Уж лучше пусть он будет закрыт”.

Сейчас уже было совершенно очевидно, что мать оберегает отца. Обращаясь с ним как с существом, слишком хрупким для столкновения с суровой действительностью и принятия на себя ответственности, она продолжала сохранять его иллюзию о том, что он великий маэстро. Одновременно она оберегала свое положение человека, от которого он находится в полной зависимости, единственного, кто разделяет его иллюзию. Чемодан под кроватью был наполнен фантазиями, притворством, воспоминаниями и иллюзиями, которые держали их обоих привязанными друг к другу и к прошлому. Отсутствие отца служило для родителей гарантией того, что чемодан не будет раскрыт и ненадежное равновесие между ними сохранится. Но дети должны были оставаться в состоянии беспокойства и тяжелых предчувствий, что это шаткое равновесие может неожиданно и с самыми катастрофическими последствиями разрушиться.

В тот момент мы решили, что чемодан, хранящийся под кроватью, должен быть открыт и что присутствие отца совершенно необходимо для этого процесса. Мы были уверены в том, что,

соглашаясь с его отсутствием, мы лишь навсегда сохраняем эту систему. Психотерапевт сказала матери, что, тщательно все обдумав, она решила: для матери не самый удачный выход по-прежнему оставаться в неведении, что делать с отцом, как предлагала группа; для нее настало время узнать это, и ей необходимо изыскать возможность привести отца на сеанс. Если он не придет, то психотерапевт более не сможет быть полезной семье и вынуждена будет прекратить курс. Группа прислала сообщение, в котором выражала свое сомнение, удастся ли матери убедить отца прийти, поскольку она слишком его оберегает и не желает, чтобы чемодан под их кроватью был открыт.

Мы назначили время встречи с условием, что мать должна будет позвонить и отменить ее, если ей не удастся уговорить отца прийти. После того, как мать отменила две встречи, мы послали каждому члену семьи письмо, в котором сообщали о том, что не можем более продолжать работать с матерью и Кристиной как в основной парой в семье и готовы возобновить курс психотерапии, если когда-нибудь в будущем *вся семья* согласится в нем участвовать.

Через шесть месяцев нам сообщили из госпиталя, что к ним вновь поступила Кристина. Это заставило нас задуматься о том, был ли у нас какой-то иной выбор, кроме прекращения курса. Было ли действительно необходимо привлечь отца или мы могли найти иной путь изменить понимание семьей супружеских отношений, без его присутствия? Например, мы могли сказать: это даже лучше, что отец не пришел, поскольку если бы он здесь присутствовал, то существовала бы опасность потревожить чемодан под кроватью. Мы могли бы согласиться в том, что его следует оставить в покое, поскольку он содержит в себе ценные вещи, которые удерживают мать и отца вместе и привязывают их к прошлому; и ни при каких обстоятельствах Кристине или ее братьям не следует пытаться похитить у своих родителей их несчастье, потому что это была та цена, которую они с радостью заплатили за то, чтобы чемодан оставался под кроватью.

Такой подход мог бы уменьшить степень вовлеченности Кристины в отношения ее родителей. Однако, поскольку это был ее единственный способ поддерживать с ними контакт, ей было бы слишком трудно отказаться от этой вовлеченности.

Без ответа остается вопрос о том, смогла бы семья вовремя найти иной способ оставаться вместе, чтобы не допустить повторной

госпитализации Кристины, если бы нам удалось разорвать золотую нить?

Великая материнская традиция

Этот случай завершился неожиданно и бурно после шести сеансов. Мы убеждены, что причиной послужил целый ряд факторов, включая недопонимание первоначально представленного направления от врача, плохо продуманное вмешательство, неправильно выбранное время и сильнейшую заинтересованность семьи в том, чтобы идентифицированный пациент оставался в роли пациента.

Эта семья вышла победительницей из всех своих многочисленных предыдущих схваток с психотерапией (что всегда бывает весьма соблазнительным вызовом для психотерапевта, который надеется добиться успеха там, где другие потерпели неудачу). Предыдущие курсы психотерапии включали восемь лет индивидуальной терапии идентифицированного пациента Эрика, приемного сына, последовавшей за четырехмесячной госпитализацией восемью годами ранее; две попытки психотерапии супружеских пар у родителей и две попытки семейной терапии, закончившиеся тем, что оба семейных терапевта постарались направить семью к кому-нибудь еще.

Направление в наш институт было выписано психотерапевтом Эрика, которая оказалась новообращенной в семейную терапию и была крайне заинтересована в том, чтобы семья встретилась с нами в связи с постоянно нарастающими и все более взрывоопасными напряженностью и насилием в этом доме. Сама она собиралась переезжать в другой город, что вынуждало ее завершить курс в течение последующих трех месяцев. Она просила, чтобы мы встретились с семьей в процессе завершения этого курса, и мы согласились при двух условиях: 1) что она будет присутствовать на семейных сеансах вплоть до своего отъезда и 2) что она выполнит все необходимые формальности с госпиталем, под покровительством которого работала, для передачи всей ответственности за лечение Эрика институту. Это означало, что Эрик больше не должен будет ежемесячно посещать психиатра госпиталя для получения дозы лекарств. Психотерапевт согласилась на эти условия, и мы встречались с семьей на трех оценочных сеансах, уповая на то, что данные

условия ею будут выполнены. Однако психотерапевт не сочла возможным согласовать свое расписание с нашим, а госпиталь отказался передать нам ответственность за лечение Эрика. Нам стало ясно, что мы совершили ошибку, начав встречаться с семьей до того, как все договоренности были выполнены, и отослали их после четырех сеансов. Шесть месяцев спустя, завершив курсы лечения в госпитале и у своего психотерапевта, семья вновь появилась в нашем институте, и мы провели с ними еще два сеанса.

Во время первых четырех сеансов мы получили историю данной проблемы, сущность которой в общих чертах выражена во вступительном диалоге:

Мать: Мы не ладим между собой.

Отец: У моего сына имеется проблема.

Эрик: У моего отца имеется проблема.

Мать: У них обоих есть проблемы.

Фэй [21-летняя сестра]: Все это происходит между моим отцом и Эриком, но в это втянута вся семья. Моя мать принимает сторону брата. Это просто ужасно. Я не принимаю ничью сторону. Я стараюсь оставаться вне всего этого.

Джордж [24-летний брат]: Я согласен с Фэй. Мне более-менее удается прекращать драки тем, что я просто встаю между отцом и Эриком.

Далее семья описала типичную последовательность взаимодействий. Эрик, который нигде не работал и не посещал школу, раздражался по какому-нибудь домашнему поводу и начинал неистовствовать, устраивая в доме настоящий погром: срывал с петель двери, ломал мебель, бил посуду, разбрасывал повсюду мусор и т.д. Мать пыталась его утихомирить, но лишь подливала этим масла в огонь, и в конце концов они начинали кричать друг на друга во всю силу легких. Отец, слыша, что мать кричит изо всех сил, врывался, чтобы остановить Эрика, и они с Эриком затевали дикую драку. Это служило сигналом для Джорджа прийти и разнять Эрика и отца и не дать им убить друг друга.

Однажды отец вызвал полицию, чтобы выдвинуть против Эрика обвинение в нападении, но когда полицейские приехали, мать вступилась за Эрика, заявив, что они оба напали друг на друга. Отец несколько раз велел Эрику покинуть дом, и он ночевал в

машине до тех пор, пока мать опять не пускала его домой. Отец рвал и метал из-за того, что мать постоянно вступалась за Эрика, но в конце концов он отступал и смирялся с таким положением вещей.

Во время второго сеанса мать заявила, что она так перенервничала, убеждая всю семью принять участие в курсе психотерапии, что сразу после первого сеанса не могла выйти на работу и три дня оставалась дома. Она хотела пройти курс семейной терапии, поскольку чувствовала, что оказалась между молотом и наковальней, и боялась роста насилия в семье. Женщина весьма тучная, с постоянной одышкой, она жаловалась на то, как тяжело ей было собрать вместе всю семью и привести ее сюда, поскольку помучиться пришлось с каждым. Фэй была раздражена, поскольку ей было трудно отпрашиваться с работы. Джордж со скучным видом сказал, что они уже раньше проходили этой дорогой (имея в виду семейную терапию), но он готов попробовать еще раз. Отец сидел с выпученными глазами, с лицом, пунцовым от гнева, и говорил, что хоть это и была затея его жены, но, может быть, это все-таки лучше, чем ничего. Эрик, глядя в пустоту, заявил, что он чувствует себя обособленным и лишенным индивидуальности.

На этом сеансе мы услышали следующую историю: после того, как мать родила мертвого ребенка, она не могла вновь зачать, и доктор сказал ей, что единственный способ преодолеть ее “психическую блокировку” — усыновить ребенка. Эрик с горечью охарактеризовал себя как “всего лишь предписание врача”, которое помогло матери зачать, и сказал, что он всегда чувствовал себя не таким, как все. Он заявил, что совершенно ничего не знал о том, что его усыновили, до тех пор, пока не попал в больницу и это не открылось на сеансах семейной терапии. Мать уверяла, что рассказала ему об этом еще в пятилетнем возрасте, подарив ему книгу об “избранном ребенке”, который сделал семью счастливой, но Эрик заявил, что он абсолютно этого не понял. Он говорил о себе как о “профессиональном душевнобольном”. Он перестал посещать колледж восемь лет назад, проучившись там три года, и в настоящее время целыми днями только спал, курил марихуану, посещал курс психотерапии и иногда играл в спортивные игры. Ему был предписан ряд лекарств с высокой дозировкой, и одно время он принимал по 40 миллиграммов валидола в день, но сейчас эта доза была снижена до пяти. Незадолго до этого доктор

предписал ему либриум, но он выбросил его в унитаз, напуганный тем, что у него начинает развиваться лекарственная зависимость.

Отец был убежден: Эрик стал таким испорченным из-за того, что был их первым ребенком, и к тому же усыновленным, и они из кожи вон лезли, только бы он чувствовал, что его любят. “Он был возведен на пьедестал, с ним обращались, как с принцем. За него делалось все — и она по-прежнему все за него делает”. Он был уверен, что Эрик никогда не научится сам о себе заботиться, потому что мать всегда ему потакала. “Она так относится ко всей семье — за всех все делает”. Джордж выразил согласие: “Моя мама обращается с нами, как с детьми, но на меня и на мою сестру это так уж сильно не действует, потому что мы более независимые и не живем дома”. (Джордж работал, посещал школу и постоянно встречался с девушкой; Фэй работала и через восемь месяцев собиралась выйти замуж.) Мать согласилась: “Я слишком хорошо отношусь к ним всем, но только не к мужу, потому что он постоянно воюет с Эриком”.

Родители утверждали, что у них был прекрасный брак, не отягощенный никакими проблемами, пока восемь лет назад не возникли трудности с Эриком. В настоящее время между ними двумя существовала постоянная напряженность, но только из-за Эрика. Дети описали отношения между своими родителями как крайне зависимые, сообщив, что когда их отцу приходилось допоздна задерживаться на работе, мать не находила себе места. Эрик был наиболее чувствителен к одиночеству матери: “Я не могу видеть, когда она бывает несчастна и тенью бродит по дому. Мне от этого становится плохо и не хочется оставлять ее одну. Но иногда я все равно ухожу”.

Когда отец заявил, что Эрик должен работать и жить отдельно от родителей, Эрик сказал, что не переехал бы дальше, чем за 10 кварталов от дома. Он пытался найти себе квартиру, но все квартиры в пределах 10 кварталов были слишком дороги. Мать вступилась за Эрика: “Эрик может оставаться с нами до тех пор, пока не почувствует в себе уверенности, что может жить один. Ему действительно кто-то нужен. Уж я-то это знаю”. Отец чувствовал, что у него связаны руки, поскольку боялся, что если он вмешается, у его жены вновь может случиться сердечный приступ. Сердечный приступ произошел у нее четыре года назад, и она восемь недель

провела в больнице. Год спустя у нее была ангина, и она опять была госпитализирована на четыре недели.

Бабушка по матери, которая умерла 10 лет назад, последние 12 лет жизни жила на верхнем этаже дома со своим мужем. Она души не чаяла в Эрике, поскольку он был ее первым внуком, и когда родители пытались заняться его воспитанием, он бежал к ней наверх в поисках защиты. Несмотря на это, вся семья преклонялась перед ней и говорила о ней так, будто она была святой. Отец сказал со слезами на глазах: “Она была великой — не было ничего, что было бы ей не по плечу. Она была прекрасным человеком и очень самоотверженным. И жена у меня такая же. У нее тоже развиты великие материнские инстинкты — но давайте не будем забывать, что у бабушки никогда не было таких проблем”. А Фэй заявила: “Бабушка оставила бы Эрика у себя. Она бы не стала возражать, такой уж она была. Она никогда не возражала”. Мать, которая начинала плакать при любом упоминании бабушкиного имени, согласилась с Фэй: “Она бы попыталась его успокоить. Именно это я и пытаюсь делать. Разница только в одном — бабушка никогда бы не одобрила, если бы кто-то ушел из дома до своей женьитьбы или замужества — а я одобряю”.

Дедушка, который по-прежнему жил на верхнем этаже, по видимому, играл в жизни семьи лишь незначительную роль и не упоминался, кроме как в связи со смертью бабушки, после которой он был госпитализирован с расстройством желудочно-кишечного тракта.

Основываясь на этой информации, мы построили свою первоначальную гипотезу вокруг великой материнской традиции в этой семье и связи между этой традицией и симптоматическим поведением Эрика. Бабушка обожествлялась, как великая мать-земля, которая безропотно жертвовала собой для того, чтобы питать других. Через десять лет после ее смерти все по-прежнему плакали при одном упоминании ее имени. Казалось, что мать не только изо всех сил старается следовать бабушкиной традиции, взяв на себя заботу о всех членах семьи, но и полна решимости выполнять бабушкино повеление сохранять Эрика в качестве особенного ребенка. Если бы она заняла по отношению к нему жесткую позицию, то рисковала бы осквернить этим память о бабушке.

Отец, который чрезвычайно чутко реагировал на беспокойство матери, вошел с ней в тайный сговор не дать угаснуть великой материнской традиции, и поэтому никогда окончательно не рещал-

ся бросить ей вызов. Лично для него она была весьма выгодна и, смирившись, он благоговейно преклонял голову перед “великим материнским инстинктом” как в бабушке, так и в своей жене. Он стал жаловаться на него, только когда сам вышел из повиновения в отношениях с Эриком. Сердечное недомогание матери на протяжении многих лет использовалось для сдерживания отца, но его чувствительность к ее беспокойству, возможно, предшествовала ее сердечному недомоганию.

Мы предположили, что после смерти бабушки мать стала проявлять еще большую заботу обо всех членах семьи, и для нее это было одновременно способом справиться со своей собственной депрессией и доказать свою преданность бабушке. Она сосредоточила львиную долю этой заботы на Эрике, поскольку Фэй и Джордж, по-видимому, стремились к полной самостоятельности и с этой целью работали, получали образование и нашли сердечные привязанности за пределами семьи. (Оставалось еще определить, могла ли роль посредника, которую исполнял Джордж, не позволить ему уйти из дома.) Все чаще и дольше Эрику приходилось быть единственным, кто составлял матери компанию и заполнял ее пустоту, когда отец был на работе. Возможно, он уловил сигналы матери, что она в нем нуждается, и реагировал на них тем, что остался на обочине. Поскольку с самого первого дня усыновления к нему неизменно относились как к особенному ребенку, он научился подчинять себе и запугивать семью посредством своего неистового и сумасбродного поведения. Обстановка в семье служила благоприятной почвой для этого, поскольку ни один из членов семьи не относился к Эрику независимо, со своих собственных позиций, а всегда с оглядкой на других — мать с оглядкой на бабушку, отец с оглядкой на мать, Фэй и Джордж с оглядкой на отношения между родителями. Это и заставляло Эрика чувствовать себя обособленным и “не таким, как все”.

Обдумывая последствия изменения, мы пришли к выводу, что если бы Эрик взял на себя ответственность за свою жизнь и ушел из родительского дома, то матери стало бы не на кого растрачивать свои материнские инстинкты, кроме отца, поскольку Фэй и Джордж неотвратимо отдалялись от семьи. Это могло стать слишком большим испытанием для отца, поскольку мать, вероятно, принялась бы все больше посягать на его время, не имея рядом больше никого, кто мог бы заполнить образовавшийся вакуум. Мы

решили реформировать поведение Эрика, служащее тому, чтобы оградить отца от неизбежности стать единственным, на кого будет обращена великая материнская традиция в случае, если все дети покинут родительский дом. Группа считала, что Эрику необходимо по-прежнему защищать отца, оставаясь дома с матерью. Но психотерапевт была против, полагая, что это бремя для него слишком тяжело, чтобы нести его в одиночку, и было бы вполне справедливо, если бы Фэй и Джордж разделили его с ним. Для этого им следовало по очереди составлять компанию матери, когда отца не было дома. Фэй воскликнула, что она и так пыталась подменять Эрика, оставаясь “за няньку при матери”, но это было слишком утомительно. Джордж пожаловался, что когда он в последний раз попытался сделать то же самое, мать чуть не свела его с ума. Психотерапевт попыталась возвать к их чувству справедливости, но мать перебила ее, спросив, можем ли мы провести с Эриком курс индивидуальной психотерапии, поскольку его психотерапевт вскоре уезжала. Отец согласился с матерью (“Эрику определенно требуется индивидуальная психотерапия”), а Эрик поинтересовался, не можем ли мы сочетать индивидуальную и семейную психотерапию. Психотерапевт сказала, что группа, должно быть, права: наилучшая возможность предотвратить любые изменения заключается в том, чтобы Эрик оставался в роли пациента. Тем не менее, мы вновь ясно дали понять семье, что не будем проводить курс индивидуальной психотерапии Эрика в институте.

Когда один из членов семьи столь долго и настойчиво удерживается в роли пациента при помощи индивидуальной психотерапии, семье бывает чрезвычайно трудно изменить свое восприятие проблемы и согласиться с той концепцией, которую предлагает семейная терапия.

Мать позвонила перед четвертым сеансом и сообщила, что Эрик болен и ей хотелось бы знать, следует ли им приходить без него. Эрик тоже изъявил желание поговорить с психотерапевтом и закричал в трубку: “Помогите, помогите, я схожу с ума!” Психотерапевт сказала, что это хороший повод, чтобы прийти на сеанс, но он ответил, что не может.

Родители пришли одни: Фэй прислала записку, что ей придется работать допоздна, а Джордж заявил, что ему нужно написать две курсовые работы. Оказалось, что Эрик просто хотел посмотреть хоккейный матч, и мать утверждала, что не могла заставить его прийти.

Родители сообщили о весьма значительном улучшении в семейной атмосфере. На протяжении последних двух недель “в доме было что-то вроде прекрасного затишья”. Эрик находился в совершенно ином состоянии духа, становился более открытым, выходил из своей комнаты и даже садился с ними обедать. Он даже поцеловал родственников матери. Мать приписывала это новому лекарству, которое он принимал, но отец считал, что это было результатом наших сеансов. Однако сегодня Эрик доставил им много хлопот, и они вновь были в отчаянии. Эрик позвонил матери на работу и сказал, что он плохо себя чувствует и хотел бы посмотреть матч Рэйнджерс вместо того, чтобы идти на сеанс психотерапии. Мать не пожелала идти у него на поводу и сказала, что он должен отправиться на сеанс. Он позвонил ей второй раз и заявил, что полностью утратил контроль над собой и уже готов учинить в доме полный разгром. Мать вернулась домой и застала его плачущим от ощущения своей чуждости всем. Он курил марихуану, чтобы как-то успокоиться, а затем начал бесноваться и раскидывать мусор по всему дому. Впервые за все время мать заставила его убрать за собой. Она сказала, что начинает задумываться, не следует ли ей быть с ним постороже. После этого она заявила, что поступки Эрика вызваны тем, что его психотерапевт уезжает, и еще раз попросила провести для него курс индивидуальной психотерапии.

Во время этого сеанса мать впервые пожаловалась на то, что ей приходится нести всю ответственность за происходящее в семье. Кроме того, что она работала неполный рабочий день, ей приходилось делать за детей всю уборку, стирать, готовить им еду, и вся семья воспринимала это как само собой разумеющееся. Она была сыта этим по горло и уже готова все бросить, но обнаружила, что не может остановиться. Отец согласился с тем, что его жена находится под большим гнетом, но заявил, что она сама себя нагружает. “Она считает, что делает все лучше и быстрее остальных”. Он настаивал на том, что был бы рад ей помочь, но каждый раз, когда пытался что-нибудь сделать, она все равно делала это сама.

Консультационная группа обсудила явное изменение, происшедшее в семье: Эрик вел себя совсем иначе на протяжении двух недель до того самого дня встречи, когда он почувствовал необходимость доказать своей семье и психотерапевту, что он по-прежнему пациент. Мать впервые наложила ограничения на его поведение,

заставив навести порядок, и впервые задумалась, правильно ли она с ним обращается. Похоже, что Фэй и Джордж нашли способ избежать наших просьб взять на себя часть забот Эрика. В конце сеанса группа не прислала никакого сообщения, заявив, что они подождут до того момента, когда будет присутствовать вся семья.

Между этим и следующим сеансом мы узнали, что госпиталь отказался передать этот случай под нашу ответственность, настаивая на том, чтобы Эрик продолжал находиться под наблюдением штатного психиатра госпиталя и ежемесячно получать лекарства. Мы решили, что не сможем больше встречаться с семьей до тех пор, пока Эрик не завершит свой курс лечения как в госпитале, так и у своего психотерапевта, и сообщили семье об этом решении. Они были смущены и разочарованы, а Эрик заявил, что хочет продолжать курс индивидуальной психотерапии и, может быть, в госпитале ему назначат другого психотерапевта. Мать рассказала, как тяжело было Эрику расстаться со своим психотерапевтом: “Для него это просто конец света”. У него вновь начались приступы сокрушительной ярости, он сломал дверь и разбил о стену зеркало. Когда Эрик позвонил первый раз, мать немедленно прибежала домой, но на его второй звонок она ответила, что слишком занята на работе, будет дома в пять и надеется, что к этому времени он наведет за собой порядок, что он и сделал.

Эти изменения внушали уверенность, и мы жалели о том, что вынуждены были прекратить курс на этом этапе. Однако и группа, и психотерапевт считали, что при данных обстоятельствах это было правильным решением. Когда сторонний психиатр давал лекарства, а сторонний психотерапевт занимался завершением своего курса, мы не могли бы осуществлять никакого контроля над этим случаем. Каждый раз, когда в Проекте краткосрочной психотерапии применяются лекарства, это делается только после консультации с нашим штатным психиатром доктором Робертом Сином, которой определяет, как и когда следует предписать лекарство. Затем это согласуется с лечебным планом и становится частью общей стратегии. Например, в одном случае, когда идентифицированный пациент настаивал на том, чтобы мы назначили ему лекарства для контроля за его вспышками насилия, доктор Симон пришел к заключению, что лекарство будет малоэффективно. Он предложил нам сказать пациенту, что доктор выпишет ему лекарство только после того, как он докажет нам, что может сам себя

контролировать и вести себя ответственно, поскольку весьма опасно давать лекарство в руки человеку безответственному. Это поставило пациента в такое положение, когда ему необходимо было нам доказать, что он может себя контролировать, после чего необходимость в лекарстве отпала сама собой.

Через шесть месяцев после прекращения курса семья Эрика вновь обратилась с просьбой о курсе семейной терапии, и мы назначили им встречу. До начала первого сеанса психотерапевту позвонил Эрик и опять попросил, чтобы для него проводился курс индивидуальной психотерапии, согласованный с курсом семейной терапии. Мы пообещали обсудить это в ходе сеанса. На предшествующей сеансу консультации с группой было решено, что позиция группы будет такой: его желание продолжать индивидуальную психотерапию весьма похвально, поскольку это избавит родителей от многих трудностей, которые могли бы возникнуть у них в ходе семейной терапии; кроме того, пока Эрик будет оставаться пациентом, ни его сестре, ни брату не нужно будет постоянно жить дома, чтобы гарантировать, что с родителями все будет в порядке. Было решено, что психотерапевт продолжит оказывать Эрику поддержку в его продвижении к независимости, предлагая ему делать небольшие шаги в этом направлении.

При ретроспективной оценке мы убеждаемся, что именно в этом и была одна из наших главных ошибок. Психотерапевт поддерживал изменение не той части семьи. Фактически Эрик не мог предпринимать никаких односторонних шагов к изменению, пока родители упорно сохраняли свои прежние бескомпромиссные позиции. Более мудрым решением психотерапевта было бы постоянно бросать вызов отношениям родителей, сосредоточенным вокруг проблемы, связанной с великой материнской традицией. Чувствовала бы мать, что предала бабушку, если бы Эрик ушел из дома до того, как женился? Стала бы она окружать отца еще большей материнской заботой? Как бы отец на это реагировал? Мы также не сумели осознать, что поддержка психотерапевтом возрастающей независимости Эрика будет восприниматься так, будто она приняла сторону отца и выступила против матери, поскольку именно отец неустанно пытался спровадить Эрика из дома. Третья наша ошибка заключалась в том, что мы не смогли предвидеть, что в ходе сеанса Эрик может прибегнуть к насилию как к способу доказать, что ему по-прежнему необходима индивидуальная психо-

терапия. Мы могли бы предупредить это насилие, если бы группа сумела предсказать возможность такого поворота дела. Возможно, Эрик сделал бы что угодно, только бы не поступать в соответствии с предсказанием группы.

Эти просчеты, а также большая заинтересованность семьи в том, чтобы Эрик оставался пациентом, ускорили взрыв. На следующем сеансе, на котором Фэй не присутствовала, Эрик расценил, что психотерапевт приняла сторону отца, и реагировал на намек о том, что ему следует вырасти и покинуть дом, гневной тирадой, направленной одновременно и против психотерапевта, и против группы, прибегая при этом к грязным ругательствам и угрозам. Психотерапевт заявила, что, в конечном итоге, группа совершенно права — изменение сопряжено с большим страхом. В ответ Эрик обвинил психотерапевта в сговоре с его отцом и предложил им вместе убраться восвояси. После этого Джордж покинул кабинет, заявив, что он уже по горло сыт этим семейством. Родители воспользовались скандалом для того, чтобы утвердить свои позиции. Отец закричал на мать: “Теперь ты убедилась в том, что я тебе говорю уже восемь лет? Ему нужно быть в больнице! Тебе все еще мало? Я потратил свое время, спасибо. Ты можешь стоять на голове, плакать ночи напролет, беситься, не находить себе места. Я сюда больше не приду”. В ответ мать закричала на группу: “Может быть, вы хоть сейчас поверите, что Эрику нужно индивидуальное лечение? Видите, как он болен!” Эрик вернулся из холла, где он поранил руку, изо всей силы стуча в дверь, за которой находилась группа, крича, что он болен, но и его отец тоже болен, но только не хочет в этом сознаться. Они начали драться, и психотерапевту пришлось их разнять и сказать, чтобы они забрали Эрика домой и позвонили, чтобы договориться о следующей встрече, если решат, что она им нужна. Каждый заявлял, что они больше никогда сюда не вернуться.

Мать позвонила через неделю, чтобы извиниться за поведение Эрика и попросить направление на курс индивидуальной психотерапии. Психотерапевт вновь направила ее в амбулаторное отделение госпиталя, где их уже знали, извиняясь за то, что не учла предупреждения группы относительно последствий изменения. Мать сказала, что после сеанса Эрик совершенно присмирел, и она очень мало его видит, поскольку большую часть времени он проводит вне дома.

Хотя последний сеанс, казалось, и принес временное затишье, Эрик по-прежнему оставался в роли пациента: нам не удалось вывести его из этой роли.

Повторный анализ ошибок поднимает ряд интригующих вопросов, которые затрагивают более широкий спектр проблем, относящихся к психотерапии и изменению. Один из таких вопросов состоит в том, почему те же самые ошибки вызывают серьезные последствия в одних случаях и проходят незамеченными в других, весьма похожих случаях? Многие из так называемых ошибок, описанных в двух приведенных случаях, были в той или иной степени допущены и в других ситуациях: неправильный расчет времени, сбивающие с толку направления врачей, несистемные вмешательства и прочие недосмотры; однако во многих случаях такого рода были получены успешные результаты, несмотря на психотерапевтические казусы. Случай, который рассматривается как провал, открывает в ретроспективе, что ошибки были допущены на каждом повороте. Однако если бы результат терапевтического вмешательства оказался иным, те же самые ошибки не были бы замечены, сочтены незначительными или теоретически оправданы.

Другой возникающий вопрос — о том, в какой момент психотерапевту следует изменить свой подход, если он, по всей видимости, не срабатывает? Поскольку семьи в процессе изменения обычно проходят через целый ряд кризисов, то каким образом психотерапевт может узнать, является ли данный кризис естественной реакцией на процесс или это результат неэффективной психотерапии? Мы провели множество “посмертных” консилиумов в самой середине курса психотерапии, готовые объявить случай провалившимся; спрашивали себя, как виноватые родители, что получилось не так; планировали новую стратегию — и все это только для того, чтобы семья появилась на следующем сеансе с сообщением о потрясающих изменениях. Произошли бы эти изменения, если бы мы преждевременно изменили свой подход?

Однажды мы решили изменить свою тактику, поскольку ни малейших свидетельств прогресса не наблюдалось, однако семья отменила свою следующую встречу, поскольку оба сына, которые находились в состоянии депрессии и дисфункции, работали и не могли прийти на сеанс. Каковы были эти подводные течения изменения, которое потихоньку свершалось, тщательно скрываемое семьей?

В другой раз мы поздравили себя с одной особенно изящной стратегией, уверенные в том, что семья уже больше никогда не будет той, что прежде, однако позднее обнаружили, что они оказались совершенно непроницаемыми для всего нашего артистизма.

Можно предложить какие-то определенные директивы при проведении курса семейной терапии, но в то же время не существует никаких жестких или быстро срабатывающих правил, никаких абсолютов, никаких данностей. Трудно бывает понять многочисленные подводные течения, оказывающие воздействие на семью как изнутри, так и извне их системы; невозможно контролировать случайные события или предсказать реакцию семьи на психотерапевта, терапевтические сообщения или присутствие консультационной группы. Но именно сама эта непредсказуемость и придает бесконечное очарование изучению человеческого поведения и человеческих систем. У вас никогда нет ответов на все вопросы, и вы никогда не можете быть уверены в тех ответах, которые, как вам кажется, у вас есть.

ЛИТЕРАТУРА

- Bateson, G. *Steps to an ecology of mind*. New York: Ballantine Books, 1972.
- Bateson, G. *Our own metaphor: A persona account of a conference on the effects of conscious purpose on human adaptation*. New York: Alfred A. Knopf, 1972.
- Bloch, D.A. (Ed.). *Techniques of family psychotherapy: A primer*. New York: Grune & Stratton, 1973.
- Bowen, M. *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson, 1978.
- Carter, E., & McGoldrick, M. (Eds.). *The family life cycle*. New York: Gardner Press, 1980.
- Castaneda, C. *Journey to Ixtlan*. New York: Simon & Schuster, Pocket Book Edition, 1972.
- Dicks, H.V. *Marital tensions*. New York: Basic Books, 1967.
- Dell, P. Beyond homeostasis: Toward a concept of coherence. *Family Process*, 1982, 21, 21—41.
- Duhl, F., Duhl, B., & Kantor, D. Learning, space and action in family therapy: A primer of sculpture. In D. Bloch (Ed.), *Techniques of family psychotherapy*. New York: Grune & Stratton, 1973.
- Ferreira, A.J. Family myths. In I.M. Cohen (Ed.), *Psychiatric research reports 20*. Washington, D.C.: American Psychiatrist Association, 1966.
- Framo, J. *Explorations in marital and family therapy*. New York: Spinger, 1982.
- Frankl, V. Paradoxical intention: A logotherapeutic techniques. *American Journal of Psychotherapy*, 1960, 14, 520—535.
- Freud, S. Charcot (1983). In *Standard edition*. London: Hogart Press, 1962.
- Haley, J. *Strategies of psychotherapy*. New York: Grune & Stratton, 1963.
- Haley, J. *Uncommon therapy*. New York: W.W. Norton, 1973.
- Haley, J. *Problem solving therapy*. San Francisco: Jossey-Bass, 1977.
- Haley, J. *Leaving home*. New York: McGraw-Hill, 1980.
- Hess, R.D., & Handel, G. *Family worlds*. Chicago: University of Chicago Press, 1969
- Hoffman, L. *Foundations of family therapy*. New York: Basic Books, 1981.
- Keeney, B.P. *An aesthetic of change*. New York: Guilford Press, 1983.
- Madanes, C. *Strategic family therapy*. San Francisco: Jossey Bass, 1981.
- Minuchin, S. *Families and family therapy*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1974.
- Mittlemann, B. Complementary neurotic reactions in intimate relationships. *Psychoanalytic Quarterly*, 1944, 13.

- Mittlemann, B. The concurrent analysis of married couples. *Psychoanalytic Quarterly*, 1948, 17.
- Nadelson, C.C. Marital therapy from a psychoanalytic perspective. In T. Paolino & B. McCrady (Eds.), *Marriage and marital therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1978.
- Napier, A., & Whitaker, C. *The family crucible*. New York: Harper & Row, 1978.
- Paolino, T., & McCrady, B. (Eds.) *Marriage and marital therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1978.
- Papp, P. Brief therapy with couples groups. In P. Guerin (Ed.), *Family therapy, theory and practice*. New York: Gardner Press, 1976. (a)
- Papp, P. Family choreography. In P. Guerin (Ed.), *Family therapy, theory and practice*. New York: Gardner Press, 1976. (b)
- Papp, P. (Ed.) *Family therapy: Full-length case studies*. New York: Gardner Press, 1977.
- Papp, P. The use of fantasy in a couple group. In M. Andolfi & I. Zwerling (Eds.), *Dimensions of family therapy*. New York: Guilford Press, 1980.
- Papp, P., Silverstein, O., & Carter, E. Family sculpting in preventive work with well families. *Family Process*, 1973, 12, 197–212.
- Reiss, D. Varieties of consensual experience. 1. A theory for relating family interaction to individual thinking. *Family Process*, 1971, 10, 1–28.
- Rohrbaugh, M., Tennen, H., Press, S., & White, L. Compliance, defiance and therapeutic paradox; guidelines for strategic use of paradoxical interventions. *American Journal of Orthopsychiatry*, 1981, 51, 454–467.
- Rohrbaugh, M., Tennen, H., Press, S., White, L., Pickering, R., & Raskin, P. *Paradoxical strength in psychotherapy*, Paper presented at American Psychological Association meeting, San Francisco, 1977.
- Sager, C. *Marriage contracts and couple therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1976.
- Satir, V. *Peoplemaking*, Palo Alto, Calif.: Science & Behavioral Books, 1972.
- Selvini Palazzoli, M. *Self-starvation*. New York: Jason Aronson, 1978.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. *Paradox and counterparadox*. New York: Jason Aronson, 1978.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. Hypothesizing-circularity-neutrality: Three guidelines for the conductor of the session. *Family Process*, 1980, 19, 3–12.
- Simon, R. Sculpting the family. *Family Process*, 1972, 2, 49–57.
- Sluzki, C. Marital therapy from a systems theory perspective. In T. Paolino & McCrady (Eds.), *Marriage and marital therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1978.
- Tomm, K. The Milan approach to family therapy: A tentative report. In D. Freeman *et al.* (Eds.), *Treating families with special needs*. Ottawa: Canadian Association of Social Workers, 1982.
- Watzlawick, P. *How real is real?* New York: Random House, 1976.

- Watzlawick, P. *The language of change*. New York: Basic Books, 1978.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. *Pragmatics of humane communications*, New York: W.W. Norton, 1967
- Watzlawick, P., Weakland, J., & Finch, R. *Change: The principles of problem formation and problem resolution*. New York: W.W. Norton, 1974
- Winch, R.F., Ktones, T., & Ktones, V. The theory of complimentary needs in mate selection. *American Sociological Review*, 1954, 19.
- Wolin, S.J., Benett, L.A., & Noonan, D.L. *Ritual myth and family identity*. Unpublished manuscript.
- Woolf, V. *To the Lighthouse*. Middlesex, England: Penguin Books, 1964.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Семейная терапия и ее парадоксы. <i>Предисловие А.В. Черникова</i> | 5 |
| <i>Предисловие Д.А. Блоха</i> | 7 |
| ВВЕДЕНИЕ | 11 |
| 1. ДИЛЕММА ИЗМЕНЕНИЯ | 16 |
| Что такое система? | 16 |
| Формирование симптома | 19 |
| Дилемма изменения | 21 |
| Система убеждений | 24 |
| 2. ФОРМИРОВАНИЕ ГИПОТЕЗЫ | 28 |
| Поведенческий уровень | 31 |
| Эмоциональный уровень | 33 |
| Уровень восприятия и формирования идей | 34 |
| 3. ВЫРАБОТКА УСЛОВИЙ ПРОВЕДЕНИЯ КУРСА ПСИХОТЕРАПИИ | 39 |
| Классификация методов вмешательства | 41 |
| Прямые вмешательства на основе согласия | 44 |
| Парадоксальные вмешательства на основе противодействия | 45 |
| Разработка парадокса | 48 |
| Реверсирование на основе согласия и противодействия | 51 |
| 4. ОГОВАРИВАНИЕ УСЛОВИЙ ИЗМЕНЕНИЯ | 60 |
| Оговаривание условий изменения через Греческий хор | 60 |
| Оговаривание условий изменения при различном внешнем оформлении | 73 |
| 5. СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ: | |
| ДОЧЬ, КОТОРАЯ СКАЗАЛА “НЕТ” | 84 |
| Стадия I. Формирование гипотезы | 85 |
| Стадия II. Выработка условий проведения курса терапии | 93 |
| Стадия III. Ввод в действие терапевтического контракта | 96 |

| | |
|---|-----|
| Стадия IV. Противодействие силам изменения | 100 |
| Стадия V. Противодействие побочным эффектам изменения | 101 |
| Стадия VI. Привлечение подсистемы братьев-сестер | 108 |
| Стадия VII. “Нет”, сказанное терапии | 113 |
| Стадия VIII. Закрепление успеха изменения | 120 |
| Стадия IX. Предписание ритуала расставания | 124 |
| Последующее наблюдение | 124 |
| | |
| 6. ВАРИАЦИИ НА ТЕМУ СТИЛЯ И ФОРМЫ | |
| ВМЕШАТЕЛЬСТВ | 125 |
| Использование сказки | 126 |
| Использование церемонии | 131 |
| Изменение невидимого треугольника | 137 |
| | |
| 7. Эндрю Дж. Вайнштейн. ПРИМЕНЕНИЕ ПАРАДОКСА | |
| В МЕДИЦИНСКОЙ ПРАКТИКЕ | 144 |
| Первый сеанс | 146 |
| Второй сеанс | 151 |
| Третий сеанс | 157 |
| Четвертый сеанс | 159 |
| Пятый сеанс | 160 |
| | |
| 8. РАБОТА С СУПРУЖЕСКИМИ ПАРАМИ | 162 |
| Хореография супружеских пар | 167 |
| Структура и использование группы | 168 |
| Предшествующие изменению тестирования | 170 |
| Давид и Голиаф | 171 |
| Призрак и камень | 180 |
| Опасность в лесу: Лиса и Сатир | 186 |
| Общий итог | 190 |
| Использование расширенной семьи в психотерапии | |
| супружеских пар | 190 |
| | |
| 9. Джоэл Бергман и Джиллиан Уолкер. РАЗБОР СЛУЧАЯ. | |
| АНАТОМИЯ НАСИЛИЯ | 201 |
| Первый сеанс | 202 |
| Второй сеанс | 207 |
| Третий сеанс | 213 |
| Четвертый сеанс | 221 |
| Пятый сеанс | 227 |
| Шестой сеанс | 236 |
| Девятый сеанс | 237 |
| Десятый сеанс | 238 |

| | |
|--|---------|
| Одиннадцатый сеанс | 240 |
| 10. ПРОВАЛЫ И ВОЛЧЬИ ЯМЫ | 246 |
| Исключение влияния сторонних психотерапевтов | 248 |
| Отсутствующие члены семьи | 250 |
| Золотая нить | 251 |
| Великая материнская традиция | 260 |
| ЛИТЕРАТУРА | 273 |

Пегги Пэпп
СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ И ЕЕ ПАРАДОКСЫ

Перевод с английского
В.П. Чурсина

Редактор
А.Б. Фенько

Ответственный за выпуск
И.В. Тепикина

Компьютерная верстка
С.М. Пчелинцев

Директор издательского проекта
М.Г. Бурняшев

Изд. лиц. № 061747 от 02.11.1992 г.
Подписано в печать 20.11.1997 г.
Формат 60×88/16
Гарнитура Таймс. Печать офсетная
Усл. печ. л. 18. Уч.-изд. л. 15,2.

М.: Независимая фирма “Класс”, 1998. — 288 с.
103062, Москва, ул. Покровка, д.31, под. 6.

www.igisp.ru e-mail: klass@igisp.ru

ISBN 0-89862-052-X (USA)
ISBN 5-86375-085-5 (РФ)

