

IIS

Internationales Institut
für Systemaufstellungen

ИНТЕГРАЛЬНЫЙ ПОДХОД В СИСТЕМНОЙ РАССТАНОВКЕ

Наталья Спокойная, IIS-Berlin

**Integral approach to systemic
constellations**

Natalia Spokoinyi, IIS-Berlin

2. Что такое интегральный подход в психотерапии

- Как хороший врач лечит не симптом или болезнь, а весь организм в целом, так и в центр интегральной психотерапии поставлена цельная личность человека, а не отдельные её проблемы или процессы.
- Это творческая, как правило, авторская, работа, сочетающая различные западные и восточные подходы, лучшие достижения естественных и гуманитарных наук и духовных практик.

3.Травма и стандартные методы работы с ней.

- Любая травма расщепляет личность, нарушает её гармонию.
- Стандартные методы травмотерапии ориентированы на:
 - длительную работу по созданию безопасного пространства
 - применение многочисленных «техник безопасности»

4. Стандартные методы работы с травмой. Недостатки.

- Терапия занимает продолжительное время.
- Необходимы значительные материальные затраты (при том, что у клиента мало жизненных сил, часто отсутствие работы и денег).
- Клиент длительное время не замечает прогресса
- **Результат → часто ухудшение состояния, ретравматизация.**

5. Классический подход в расстановке

- классика расстановочной работы: минимум 50% успеха - правильно сформулированный клиентом запрос.
- запрос должен по возможности быть предельно точным. В идеале - "Что я должен сделать для того, чтобы....", окончание с клиента.
- в расстановке идём к одному или максимум к 2-3 членам системы, причём по одной линии (например, мама, дедушка, прабабушка, его мама) - туда, где что-то тяжёлое случилось.

6. Интегральный подход в расстановке: преимущества

- Авторский метод интегральной расстановки предоставляет клиенту возможность посмотреть на себя целостно и сформулировать все актуальные проблемы в едином запросе
- Расстановка реального состояния клиента, поиск того, что всё объединяет в системах обоих родителей, главного на "здесь и сейчас", позволяет клиенту подняться над всеми проблемами и выйти на новый уровень.

7. Алгоритм работы (1)

- 1. Клиент формулирует все свои основные проблемы.
- 2. Расставляется фактическая ситуация клиента. Это своего рода искусство, потребуются квалификация, навыки, творческие способности терапевта.

8. Алгоритм работы (2)

- 3. В расстановке идём в систему клиента и ищем то общее, что объединяет родителей. Оно существует, потому что мама и папа "притянули" друг друга неслучайно. И у них в системах обязательно будет много как похожего, так и диаметрально противоположного.
- 4. Поиск того, что всё объединяет, самое главное на "здесь и сейчас". Это позволит клиенту подняться над всеми проблемами и выйти на новый уровень

9. Примеры схожих и противоположных динамик в системах родителей

- Если по маме были жертвы, то примерно на том же уровне по папе могут быть агрессоры, и система соединяет их в ребёнке, то есть в клиенте.
- В системе папы на уровнях выше скорее всего были жертвы, а на соответствующих уровнях системы мамы – агрессоры
- Задача клиента - гармонично соединить эти части в себе.

10. Пример интегральной расстановки

- . Клиентка Н (Москва) заявила 7-8 запросов пяти разных типов плюс тест на наличие системного заболевания, с которым работали ранее (и вроде как справились, потому что больше года анализы очень хорошие)
- запросы из совершенно разных областей: симптомы на коже, рези в желудке, проблемы с мужем в сексуальном плане, просто проблемы с отношениями с мужем, желание родить ещё одного ребёнка, проблемы в бизнесе - в трёх фирмах- в каждой свои
- моё предложение: всё упорядочить, чтобы проявилось главное. (для Н почти всё было важно.)
- расставили то, что имеем фактически.
- пошли в систему и к маме, и к папе и нашли то общее что их скорее всего объединило
- через 2 часа работы мы справились практически со всем, нашли нечто общее, главное для всех запросов, и основную причину возникших проблем. Это своего рода «золотой ключик», открывающий все двери.

11. Механизмы защиты психики и характерные симптомы в случае тяжёлых травм

- Подавленность, неосознанные попытки уйти от ответов, «запутывание» себя и терапевта.
- Невозможность чётко сформулировать запрос: перескакивание с темы на тему.
- Слишком много направлений для работы, из которых клиент не может выбрать самое актуальное.

Сама травма (механизмы защиты от неё) инстинктивно препятствует поднятию связанных с ней тем, чтобы не дать человеку погрузиться в тяжёлые чувства

Вывод (из четырёхлетнего опыта): хороший результат получался в случаях работы с по-настоящему актуальным, направленным в жизнь запросом, для чего необходимо было разработать специальный механизм, помогающий клиенту его сформулировать, обойдя сопротивление травмы.

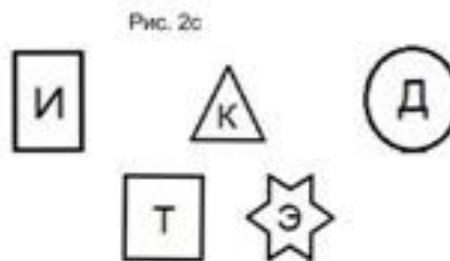
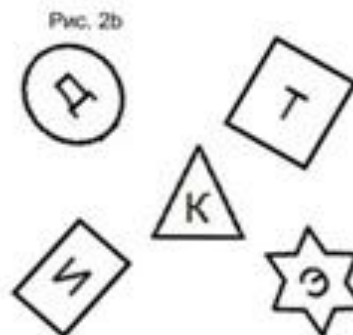
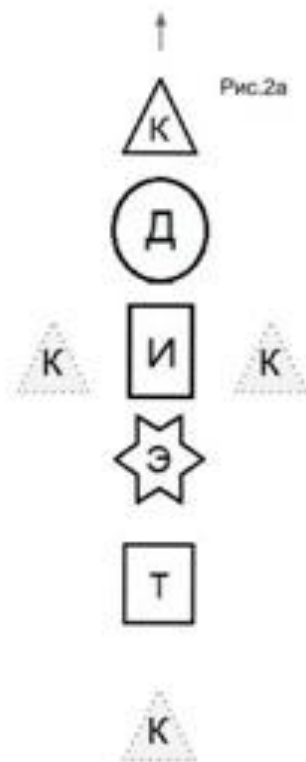
12. Модель для работы с тяжёлой травмой

- В случае тяжёлой травмы применяется авторская модель работы с внутренними частями личности, такими как Тело, Эмоции, Интеллект и Дух.
- **Тело** – “физическое тело”, физическое состояние человека, организм и его здоровье.
- **Эмоции** – всё, относящееся к психо-эмоциональной сфере.
- **Интеллект** – всё в личности, что связано с умом и логическим, ментальным анализом и восприятием мира.
- **Дух** – самая могущественная и таинственная Сила в человеке. Это высшие вибрации человеческой личности, ощущение внутренней религиозности, интуиция, все глубокие чувства, такие, например, как любовь и сострадание.

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

Клиент выбирает 5 заместителей – для каждой части и Фокус, терапевт предоставляет им свободу движения.

13. Варианты гармоничного расположения частей



В наиболее гармоничных вариантах части группируются вместе, встают в круг, полукруг или выстраиваются в цепочку Дух-Интеллект-Эмоции-Тело.

14. Применение метода в работе с запросом

Основное предназначение метода – определение темы расстановки, приносящей максимальный ресурс.

Алгоритм:

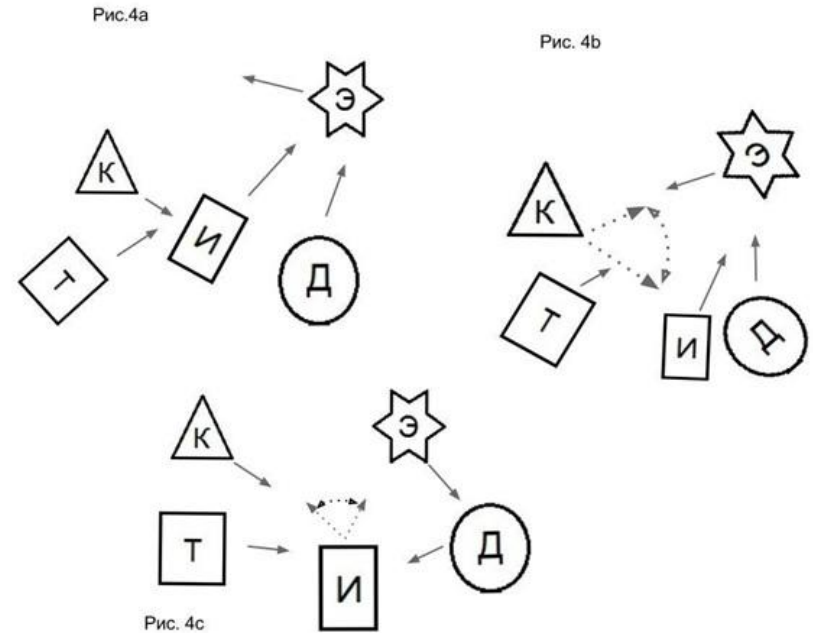
1. Продолжаем интервью, позволяя всем фигурам свободно двигаться. Так можно более полно отслеживать реакцию клиента на поднятие тех или иных тем и оценить степень и вид их влияния на него, а при сложностях в выборе запроса и отсутствии в нём энергии сразу проверить конечную эффективность работы в том или ином направлении.
2. Вводим фигуру хорошего решения (ресурса), которое можно получить в случае удачно выполненной работы с определённым запросом.
3. Просим все части клиента посмотреть на эту фигуру, взять у неё необходимый ресурс, почувствовать своё новое состояние и занять подходящее место в поле расстановки. Если вариантов запроса несколько, следует последовательно проверить каждый из них, во всех случаях отмечая, как изменяется общая ситуация.
4. Фиксируем в предварительном тесте расположение и самочувствие всех частей клиента и его Фокуса.
5. Сравниваем положение и самочувствие частей и Фокуса с первоначальным вариантом (до теста) и делаем выводы об эффективности расстановки в случае каждого варианта. Ориентироваться при выборе окончательного варианта запроса лучше на то, насколько хорошо собираются вместе части клиента после введения фигуры хорошего решения.

15. Выбор из нескольких вариантов запроса (разбор на примере 4А и 4В)

Возьмем ситуацию, изображенную на рис. 1. В результате интервью и теста с фигурой хорошего решения мы имеем ситуации, изображённые на рис. 4 А, 4 В и 4 С.

Вариант 4А: Эмоции начали разворачиваться в сторону Клиента, все остальные части смотрят на Эмоции, а Клиент, смотревший в пол, повернулся в сторону Интеллекта. Такой результат работы даёт самому клиенту возможность немного продвинуться в сторону жизни, а Интеллекту слегка отступить, вместе с Духом развернуться в сторону “страдающих” Эмоций, уменьшиться и ослабить контроль.

Вариант 4В: Клиент смог посмотреть и в сторону Эмоций, и в сторону Духа с Интеллектом, что дало возможность Эмоциям повернуться и посмотреть на Клиента, а Телу немного приблизиться к остальным частям и посмотреть на Эмоции. Интеллект смог расслабиться, сильно уменьшиться в размерах и отойти, дав другим частям возможность начать движение друг к другу и к Клиенту. Поэтому я бы выбрала этот вариант как наиболее перспективный.



16. Выбор запроса (на примере 4С) и обсуждение его с клиентом

Вариант 4С: Клиент, а за ним Дух и Тело смогли посмотреть на Интеллект, как в варианте А. Эмоции смогли развернуться и посмотреть на Дух. В ответ на это Интеллект уменьшился и отступил, поглядывая то на Клиента, то на Эмоции.

Это неплохой результат, но, с моей точки зрения, он является промежуточным по отношению к варианту 4В.

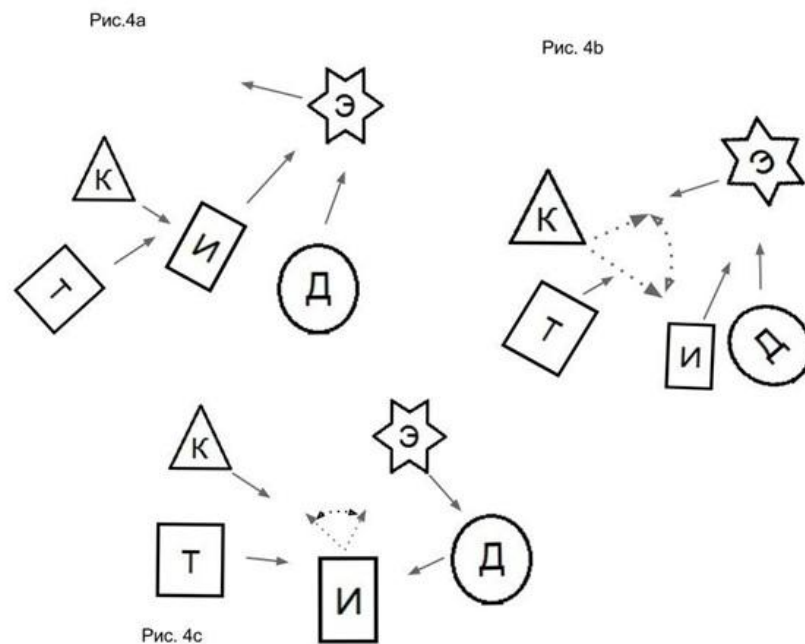
Выбор запроса после теста.

После теста мы проговариваем с клиентом, куда он сам хочет пойти и почему.

В случае разногласий с терапевтом, выясняем, что клиент видит в каждой картинке, а после этого совместно выбрать направление работы.

При незначительных разногласиях я иду за желанием клиента.

Но если тот выбирает заведомо не оптимальный вариант, я проясняю причины этого решения, оставляя тестовую модель (т. е. оставляя части и Фокус в свободном движении). В таких случаях обычно выясняется, что или клиент чего-то не увидел или не понял, или же осталось что-то важное в его душе, что нам ещё не удалось прояснить. В таком случае мы этот факт проговариваем. И дальше всё зависит от того, насколько клиент готов “открыться”. Если сопротивление велико, что случается редко, я не иду в расстановку, а предлагаю стандартные формы психотерапии.



17. Основные преимущества модели

1. За короткий промежуток времени (максимум за 15-20 минут с начала интервью) можно протестировать эффективность различных вариантов расстановки с конкретным клиентом, при этом сразу, прямо из тестовой модели, не теряя энергии, перейти к работе.

2. **Из трёхлетнего опыта работы с моделью:** хорошее решение, результат расстановки, принимается, интегрируется клиентом с тяжёлой травмой гораздо легче и быстрее в случае входа в расстановку с использованием приведённой модели, чем без неё, и чем это вообще считается возможным в травмотерапии.

Объяснение этого феномена (математическое). Из всех возможных вариантов работы с клиентом выбирается тот, который приводит к большей целостности личности, т.е. наиболее мощно убирает расщепление и, соответственно, наиболее целителен для клиента. Другими словами, в проведённой таким способом расстановке, мы получаем наилучший (наибольший) из всех возможных ресурсов. Поэтому этот результат обычно нетрудно интегрировать в жизнь.

3. Применение модели позволяет избежать прямой конфронтации с травмой, при этом мягко и эффективно работая с метафорой для получения хорошего ресурса для клиента.

18. Дополнительные преимущества модели

1. Клиент может отстраниться от своей травмы, посмотреть со стороны, как на себя, так и на состояние и взаимодействие своих внутренних частей. Ему, как правило, это очень интересно. А где есть интерес, появляется энергия. И эту вновь обретенную энергию можно использовать для дальнейшей работы.

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

2. Часто во время теста заместители внутренних частей указывают на целесообразность введения дополнительных фигур (членов Системы или абстрактные элементы), что даёт энергию для основной расстановки и экономит время.

19. Завершение работы с клиентом. Резюме.

1. Тестирование после расстановки. Для клиента в его новом состоянии полезно увидеть результат работы. Для этого можно сделать тест с частями ещё раз.

Исходя из моего 3-хлетнего опыта: все части и Фокус встают так же, как они вставляли до расстановки после введения фигуры хорошего решения при работе с данным запросом (Невероятно, но факт. Всё сходится, как в математике при правильном решении системы уравнений).

2. После подобных расстановок я даю клиенту домашние задания и, при его согласии, между расстановками (обычно в таких случаях необходимо делать не одну работу) применяю другие виды психотерапии.

3. Резюме.

3.1 Приведённый метод не только помогает облегчить диагностирование, вход в расстановку и начало работы с проблемой, но позволяет также проверять её результат, успешность и конечную эффективность.

3.2 Метод дал мне возможность успешно работать с клиентами с некоторыми формами шизофрении, красной волчанкой, гепатитом С и другими системными заболеваниями, многочисленными случаями инцестов и травм сексуального насилия и многими другими тяжёлыми динамиками. Отзывы можно посмотреть на моём сайте: constellations-berlin.com

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

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

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

Резюме

- Авторский метод интегральной расстановки предоставляет клиенту возможность посмотреть на себя целостно и сформулировать все актуальные проблемы в едином запросе, подняться над всеми проблемами и выйти на новый уровень.
- В случае тяжёлой травмы применяется авторская модель работы с внутренними частями личности, такими как Тело, Эмоции, Интеллект и Дух.
- Модель помогает создать интерес у клиента, позволяющий выйти из эпицентра травмы, посмотреть на себя со стороны, создать в кратчайшие сроки необходимое безопасное пространство и получить важные ресурсы благодаря высвобождению заблокированной в травме энергии и доступу к силе рода. И по выражению Кена Уилбера, одного из основоположников интегральной психологии, стать "проводником Духа, ослепительно сияющего в мире".