

# Введение – Подходы авторов

## Сильвия Нойбергер

Некоторое время назад один очень уважаемый коллега спросил меня, к какому системному подходу, по моему мнению, принадлежит моя деятельность. В то время я была несколько озадачена этим вопросом, поскольку не могла ответить на него однозначно. Сегодня, много лет спустя, я открыто признаю то, что чувствовала уже в то время: мой подход был и остается подходом, основанным на потребностях, соответствующих задаче и контексту. В конечном счете, я вижу себя в хорошей конструктивистской традиции. Вместо того чтобы вступать в баталии по поводу того, кто достоин трофея, я выбрала «Алису в Стране чудес» и вердикт птицы Додо: *«Все выиграли, значит, все получают призы»*<sup>\*</sup>. Современные исследования в области психотерапии, кажется, подтверждают это. Гюнтер Шипек утверждает, что *«по сравнению с характеристиками терапевта, пациента и, прежде всего, отношений, технологические переменные объясняют лишь относительно небольшую часть результатов терапии»*.<sup>\*\*</sup>

На самом деле, мой интерес был и остается скорее в вопросе полезности – *«сui bono?»*<sup>\*\*\*</sup> На этом фоне я чувствую свободу выбора из сокровищницы системного мышления, системных подходов и интервенций, которые развиваются на их основе. Когда в процессе терапевтического сотворчества между клиентом и психотерапевтом наконец-то можно полюбоваться великолепно цветущим деревом, которое обещает

\* Carroll, 1999, S. 33; см. раздел 1.1.

\*\* Schiepek, 1999, S. 152t.

\*\*\* «Кому это выгодно?».

принести богатые плоды, решающую роль в успехе играют разветвленные, иногда глубоко скрытые корни системного мышления.

Конечно, более всего я полюбила некоторые аксиомы, которые проявили себя особым образом для меня и других. Все чаще они становились во мне установками, которые помогали мне быть полезной – для себя и для других.

Здесь я хотела бы отметить свою глубокую убежденность в том, что в своей собственной жизни люди являются экспертами, оснащенными ресурсами и способностями, которые помогают им овладеть ею. В психотерапевтическом контексте в нашей функции системных терапевтов нам разрешено принимать герменевтическую поддержку. Это была Вирджиния Сатир, для многих мать семейной терапии, которая с самого начала поразила меня своим отношением и у которой я имела возможность учиться.

Для меня были и остаются захватывающими наблюдения за системами в их аутопойетической способности организовывать себя. С удивлением и любопытством я часто могу сталкиваться с неожиданными изменениями, которые, несмотря на весь мой скептицизм, в конечном итоге приводят к поразительному повышению стабильности с одновременной гибкостью.

Отход от истин любого рода в пользу заинтересованного наблюдения за различными реальностями людей в значительной степени облегчает мою терапевтическую работу. Если мне удастся таким образом сохранять нейтральную позицию, я считаю это чрезвычайно полезным для своей работы.

Приятно осознавать, что ориентированный на развитие и уважительный взгляд на людей относится и ко мне. Это убеждение дает мне силы погружаться в свою собственную жизнь и жизнь других людей с уважением и благодарностью.

## Кристина Ленц

Я из семьи педагогов. Сколько я себя помню, в моей семье понимали и обсуждали детей в связи с их родителями, семьи в связи с их происхождением, взрослых в связи с их профессиями, и все эти факторы в связи с их влиянием. Я родилась в семье, где уверенность в том, что люди живут в системах и развиваются в связи с ними, была аксиомой, даже если в то время я не знала этой терминологии. То, что собственные действия влияют на других, а действия других влияют на меня, – это факт, с которым я столкнулась в детстве.

После окончания средней школы я также решила изучать педагогику и получить профессию учителя начальной школы. Так я с другой точки зрения познакомилась с детьми и их семьями, с семьями и их детьми, с их различным опытом, с отдельными группами и с отдельными людьми в группах.

Желание стать психотерапевтом возникло у меня еще в юности и за время получения педагогического образования только укрепилось. Системная психотерапия была для меня возможностью использовать свой опыт и свои убеждения в моей будущей профессии психотерапевта.

То, что я нашла и продолжаю находить, особенно благодаря своему обучению и опыту работы с людьми, – это аспекты, которые формируют системный взгляд на человека. Системная психотерапия характеризуется уважением к клиентам, их семьям и другим референтным системам. Как системный психотерапевт, я с уважением отношусь к развитию людей, их борьбе и поиску. Я воспринимаю все это как путь, который люди находят в своей жизни и который составляет их развитие. Получить возможность ознакомиться с этим и сопровождать людей – это знак доверия. Я ценю это и принимаю с уважением.

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

Что касается самих терапевтических бесед, то мне нравится их порядок. В системной терапии беседы и сам процесс терапии четко структурированы. Такая структура обеспечивает необходимую определенность, которая позволяет мне творчески подходить к удовлетворению индивидуальных потребностей клиента в каждом ходе беседы. С другой стороны, я ценю возможность вместе с людьми, ищущими помощи, мыслить свободно, нестандартно, по-другому, переосмысливать и «перепрочувствовать», исследовать новые способы действия; короче говоря, вместе с людьми отправиться на поиски различий.

Пусть эта книга станет возможностью познакомиться с теоретическими и практическими базовыми структурами системной психотерапии, и в то же время приглашением к индивидуальной, творческой работе.

## Ирис Зайдлер

Все началось с решающего вопроса. Я только что получила медицинское образование и подала заявление на специализированный курс по системной семейной терапии, руководствуясь в то время еще в основном прагматическими соображениями. У меня было мало базовых знаний о системной терапии.

«Что я должен сделать, чтобы Вы не захотели проходить этот тренинг?». Вступительный вопрос моего впоследствии учителя, а еще позже коллеги и друга Хельмута де Ваала стал поворотным моментом в моей жизни. Впервые в этой конденсации я столкнулась с тем, что позже я обозначила техническим термином «циркулярность». Взаимодействие, связь. Просто. Просто? Одно влияет на другое. Да, конечно, я знала это. Но в данном контексте? Значит, мое желание

учиться психотерапии было, таким образом, поставлено под сомнение? Более того, было раздражающее приглашение спровоцировать явно нежелательный исход. Я была в замешательстве. И я подумала над этим.

Я выросла в доме, где царили естественные науки: мой отец был биологом в университете, мать – психологом. С раннего возраста я была знакома с мышлением в терминах, фактах, линейных законах и порядках, как в отношении человеческой анатомии, так и в отношении внутриспсихических процессов и межличностных отношений. Я хорошо разбиралась в классификациях и иерархиях, и могла легко ориентироваться в сложных структурах. В медицинских исследованиях и во многих других жизненных контекстах это чрезвычайно полезная основа. Вопрос «Что я должен сделать, чтобы вы не захотели проходить этот тренинг?» в тот момент, однако, нарушил законы, с которыми я была знакома. «Он сумасшедший!», – подумала я. Но при этом мне сразу же стало ясно, что в этом безумии я напала на след, который я не хотела бы потерять. След, который расширит и обогатит то, что я знала до сих пор.