

# К вопросу агентивности

Эволюция Ориентированного на Решение подхода

Шарафутдинов Айдар

[vk.com/psy\\_kzn](https://vk.com/psy_kzn)



Стив де Шейзер (1940 - 2005)  
Инсу Ким Берг (1934 - 2007)

## **Brief Family Therapy Center (BFTC)**

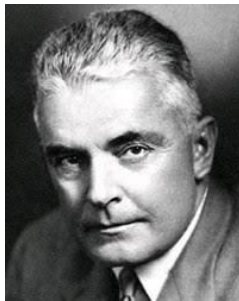
«Центр Краткосрочной Семейной Терапии»

Милуоки, штат Висконсин (США), 1978

Стив де Шейзер, Инсу Ким Берг, Джим Деркс, Мерлин Лакур, Ив Липчик, Дон Норум, Элам Наннели, Марвин Винер, Алекс Молнар, Вэлли Джинджерич, Мишель Винер-Дэвис, Джон Уолтер, Кэйт Ковальски, Рон Крал, Джэйл Милер, Скотт Милер и Лари Хопвуд.

# Эволюция Краткосрочной Терапии

**M.Erickson → MRI → BFTC → BRIEF →**





Харви Ратнер (BRIEF), Токио, апрель 2018

«Стив и Инсу оказали огромное влияние на Ориентированную на решение практику в Японии, и я чувствовал, что в Японии они все еще практикуют в стиле их подхода. Это означало, что они нашли подход BRIEF'а, мягко говоря, странным. Я привык к тому, что мой подход к работе тщательно анализировался людьми, незнакомыми с ОРКТ, но эти люди знали модель...

...обсуждалось, была ли BRIEF разработана новая модель ОРКТ, которая, возможно, даже требует нового названия, но я рассказал им о своей вере в то, что, хотя мы, очевидно, внесли некоторые изменения в подход Стива и Инсу, таким образом, что они бы одобрили (они не интересовались разработкой фиксированного на мануале подхода), все, что мы делаем коренится в их работе и мышлении...»

Харви Ратнер, апрель 2018

Основные разработки в версии BRIEF, которые бросили вызов японским специалистам:

- Вопрос о Лучших Надеждах
- Вопрос про Завтра как разновидность Чудесного Вопроса
- Акцент на разработке подробных описаний предпочитаемого будущего клиента в отличие от постановки целей
- Когда клиент размещает себя на шкале, скажем на 3, сфокусированность на том, что он сделал, чтобы добраться до 3, с небольшим интересом к продвижению вверх по шкале
- Почти полное отсутствие комплиментов
- Отсутствие домашних заданий, поскольку предполагается, что изменения будут являться результатом влияния самого разговора
- Отсутствие планирования дальнейших действий

## **Агентивность (personal agency)**

**Агентивность, агентность, субъектность** (англ. *agency*; устоявшегося перевода на русский язык нет) — в социологии способность человека выступать в качестве самостоятельного агента/субъекта и делать осознанный и свободный выбор. Степень этой свободы определяется местом человека в социальной структуре — в частности, его принадлежностью к тому или иному социальному классу, гендеру, национальности, религии и т.д.

В социальных науках агентство - это способность отдельных людей действовать самостоятельно и делать свои собственные свободные выборы.

Агентство - это независимая способность или способность действовать по своей воле.



## **Агентивность (personal agency)**

Чувство авторства  
Авторская позиция  
Авторство жизни

«Чувство того, что можешь влиять\* на свою собственную жизнь»

«Ощущение способности влиять на свою жизнь»

«Понимание своего влияния и возможности своего влияния на события жизни»

\*так или иначе, в том или ином объеме

## **Агентивность (personal agency)**

Agency (авторская позиция) есть всегда, задача лишь сделать её явной/видимой.

Она формируется в течение долгого времени работы с одним человеком. Потихоньку все эти маленькие кусочки ощущения собственной активности складываются в большое чувство "я могу что-то делать в своей жизни/в этой ситуации".

Похоже что нужны навыки, чтобы занимать авторскую позицию.

Авторство можно рассматривать и как навык.

## **В чём проявляется, чем характеризуется**

### **Агенсу нет/её не достаточно**

- ощущение бессилия и беспомощности, ощущение тупика;
- травматичность происходящего, потеря контроля;
- «я неспособен справиться»;

## **В чём проявляется, чем характеризуется**

### **Agency есть/её достаточно**

- возможность видеть широкое поле возможностей и выборов из них, помнить, что раньше эти выборы совершал;
- ощущение себя в праве выбирать и быть способным этот выбор реализовывать и поддерживать;
- способность действовать самостоятельно и влиять;
- ощущение собственного могу-щества, «Я что-то могу»;
- чувство контроля ситуации и жизни в целом;
- человек может отвечать за свою жизнь и помогать себе сам;

## **В чём проявляется, чем характеризуется**

### **Агенсу в отношениях человека с помогающим специалистом**

- опора на себя, в противовес опоры на действия специалиста, его вопросы.

Если помогающий специалист способствует в том, чтобы её стало больше, то человек сможет дальше сам, решать свою проблему.

**Что может делать помогающий специалист, чтобы сделать авторскую позицию явной/видимой:**

высвечивать; способствовать усилению; развивать;  
поддерживать; утверждать; добавлять; возвращать в...;  
создавать условия для...; восстанавливать

Помочь человеку испытать опыт авторства, и если это для него будет полезно, возвращаться к этому опыту, оставаться в нем.

## Как делать её явной?

В процессе работы с человеком:

- обращать его внимание на собственную активность в сложный период;
- передавать ему возможности совершать самостоятельные выборы;
- запрашивать его предпочтения и сверяться с выбором направления;
- минимизировать его зависимость от наших суждений и поддержки;

# Эволюция ОРКТ

ВФТС → BRIEF →





## Эволюция ОРКТ

### 1) Сотрудничество вместо сопротивления

Статья Стива де Шейзера «Смерть Сопротивления» 1979.  
Опубликована лишь в 1984 году.

Признание собственной активности человека на приёме как конструктивной и способствующей совместному продвижению в поиске решения.

## Эволюция ОРКТ

### 2) Домашние задания (+комплименты, перерыв, команда)

Ив Липчик. Сдвиг от рассмотрения домашних заданий как основных интервенций к самому интервью как к интервенции. Задания лишь закрепляют сконструированные в процессе интервью решения.

Возможность клиентам самим придумывать себе задания.

Исчезновение домашних заданий в версии BRIEF – изменения являются результатом влияния самого разговора.

## Эволюция ОРКТ

### 3) Шкалирование

- Что вы уже сделали/делаете сейчас? (расспрашивая "почему не 0?")

Внимание к активности человека, которую он проявил ранее, до обращения за помощью (+само обращение).

Меньший интерес к продвижению вверх по шкале в версии BRIEF оставляет за человеком возможность самостоятельного выбора.

## Эволюция ОРКТ

### 4) Предсессионные изменения

- Какие шаги привели вас к движению вперед до момента нашей встречи? (расспрашивая об изменениях произошедших до сессии)

Обращаясь к активности проявляемой человеком в период между записью и первой встречей с ним.

## Эволюция ОРКТ

### 5) Вопросы совладания

- Что вы делаете, чтобы ситуация не стала еще хуже?  
(расспрашивая о том, как удаётся справляться)

Позволяет замечать личную активность в сложный период.

## Эволюция ОРКТ

### 6) Чудесный вопрос

Изначально использовался для определения цели работы и оценки выраженности исключений, не рассматривался как вмешательство с собственным терапевтическим эффектом.

В версии BRIEF становится важным инструментом для описания «предпочитаемого будущего» + удаляют из него идею «Чуда», превращая в «Вопрос про завтра».

«Мы искали, чтобы вопросы были менее запоминающимися, более незаметными»



**Matthias Freitag** Thanks for your Japanese impressions! What is "The Tomorrow Question" ?

Like · Reply · 28w



**BRIEF** Matthias

Sorry I should have answered sooner. It is a MQ without the miracle in!

so 'imagine that you wake up tomorrow and all of your best hopes from our talking together are all happening - how could you know . . . ?'

We were looking for questions to be less memorable, more invisible - that's all.

Like · Reply · 27w



BRIEF, апрель 2018

## Эволюция ОРКТ

### 7) Вопрос про завтра

Эллиотт Конни заменяет «завтра» (tomorrow) на «в какой-то момент» после этой сессии (at some point).

«Я не хочу делать выбор за человека, когда произойдет чудо. Я не подразумеваю, что для этого потребуется чудо»



«Я отказался от Чудесного вопроса (как бы) Вот почему»



Эллиотт Конни, сентябрь 2018

## Эволюция ОРКТ

### 8) О планировании последующих встреч

Эван Джордж (BRIEF), размышляя о последующих встречах, высказывает мысль о возможности назначать самого человека ответственным за длину перерыва, предлагая ему на выбор «...через две недели, три недели, больше чем это или меньше чем это?», октябрь 2018

# Автономия и agency клиента имеют значение



2019 Keynote presenters:

 Evan George Co-founder of SREF	 Bill O'Hanlon World Renowned Lecturer, Author & Developer of Solution Oriented Therapy	 Jacqui van Cuffra-Bergs Founder of the Solution Focused Institute of South Africa	 Alesya Courtnage Renowned Solution Focused Therapist & Expert in Single Session Therapy	 Elliott Connis Renowned Therapist, Author, Lecturer & Founder of the SFU
---	--	---	--	--

## SFBT Key 3: You have to believe

- The role of hope and expectancy.
- You have to believe in the client as well as the SFBT process.
- Client autonomy and agency matters.

Эллиотт Конни, ноябрь 2018

«Один из лучших способов помочь кому-либо выполнить действие и довести его до конца – это дать ему власть над своими выборами, и автономию над своими действиями».  
Эллотт Конни

Спасибо за внимание!

Шарафутдинов Айдар

[vk.com/psy\\_kzn](https://vk.com/psy_kzn)