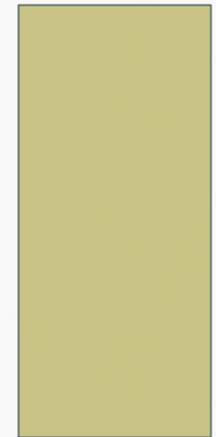




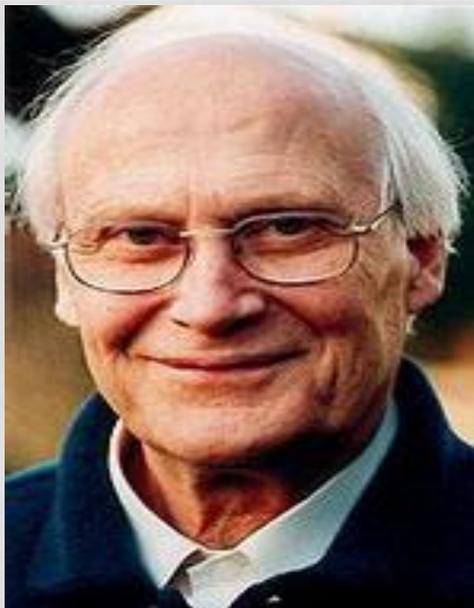
# СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ СЕМЬИ

БЕРТ ХЕЛЛИНГЕР



Родичева Владлена  
П/Б-17-1-3

# БЕРТ ХЕЛЛИНГЕР



Берт Хеллинггер родился в 1925 году в Германии. По образованию богослов и философ, он долгое время работал католическим священником в Южной Африке, там же начал изучать психотерапию. Решение изменить свою судьбу пришло к нему, как ответ на вопрос: «Что для тебя важнее: идеалы или человек?». Он выбрал человека и нашел то, что помогает каждому, независимо от места и времени рождения.

В «Семейной расстановке», как новом направлении системно-семейной психотерапии, аккумулированы опыт и техники гипнотерапии, поведенческой терапии, психодрамы, гештальттерапии, системной терапии, психоанализа... Теория Хеллингера выросла из многолетней практики, любое ее положение многократно подтверждено на тысячах конкретных примеров. Она проста и понятна. Как все гениальное.

# «СЕМЕЙНАЯ РАССТАНОВКА»

– авторский термин немецкого философа, богослова и психотерапевта Берта Хеллингера. В нем отражается суть происходящего: ведущий «расставляет» в пространстве участников группы («заместителей») в соответствии с тем, что говорит о своей семье клиент (один из участников группы). Благодаря этому он получает возможность увидеть всех членов своей семьи, включая самого себя, со стороны



# «СЕМЕЙНАЯ РАССТАНОВКА»

Каждый человек мечтает о любви, каждая семья хочет жить в мире и гармонии. Что мешает и как этого достичь? Ответ приходит вместе с пониманием силы нашей включенности в истоки – ту семью, из которой мы родом. На глубоком бессознательном уровне мы связаны в единое целое с родителями, братьями и сестрами, дядями и тётями, бабушками и дедушками и всеми, кто жил раньше. Влияние этих связей можно увидеть благодаря методу системной психотерапии «Семейная расстановка».

По словам самого Берта Хеллингера: "Семейные расстановки очень простой метод. Выбирают заместителей для наиболее важных участников отношений, расставляют их по отношению друг к другу и так оставляют. В процессе расстановки внезапно выявляется и показывается нечто скрытое, причем тот, для кого делается расстановка, сразу замечает то, что выявляется".

# «СЕМЕЙНАЯ РАССТАНОВКА»

Согласно этому методу семья, род рассматриваются как система, жизнь которой подчиняется определенным законам, определенному порядку. Мы знаем законы, которые действуют в окружающем нас мире, а законы Рода, семейной системы знают немногие. Хеллингер называет их "Порядки любви".

Любовь - это течение отношений между людьми, и она может существовать только там, где она поддерживает жизнь. Нарушение порядка жизни (а значит и семьи) приводит к утрате любви и, как следствие, к конфликтам, разводам, невозможности создать семью, болезням, ранним смертям и несчастным случаям среди членов семьи - и взрослых, и детей. На семинаре вы сами сможете узнать и увидеть, как действуют эти законы и что происходит, когда мы их нарушаем.

Человек по Хеллингеру - это дом, в котором неявно и явно присутствуют души тех, кто жил давно и недавно, кто живет сейчас, все забытые и изгнанные. Именно к ним обращается Берт Хеллингер в своей работе. За симптомами и комплексами он видит людей и связывающую их Любовь. Берт вернул в психотерапию Человека во всей его полноте, а человеку вернул его род и всех, кто ему принадлежал и принадлежит, и человек более не одинок! Как крепкий мороз, метод Берта Хеллингера соединил в бушующем море психотерапии разрозненные доселе или и трансгенерационный подход, психодраму и психоанализ, трансовые техники и семейную системную терапию, и на этот молодой, но прочный лед выходят новые и новые смельчаки.

# БАЗОВЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ «СЕМЕЙНОЙ РАССТАНОВКИ»

В основе «Семейной расстановки» лежит понятие ПОРЯДОК, как «первоначальный принцип, на котором все построено. ПОРЯДОК сильнее ЛЮБВИ».

Красивый образ отношений этих понятий дает терапевт Марианна Франке-Грикш: ПОРЯДОК - это сосуд. ЛЮБОВЬ - это вода. Если разбить ПОРЯДОК, ЛЮБОВЬ утечет.

Порядок является правильным, когда:

- Молодая семья имеет приоритет перед родительскими семьями супругов.
- Отношения в паре строятся по принципу взаимобмена: если мы что-то получили, возникает потребность что-то вернуть.
- Баланс между «давать» и «брать» - базовое условие для того, чтобы отношения сложились.
- Родители обладают приоритетом перед детьми, а первый ребенок – перед вторым. Родители «большие», дети – «маленькие». Родители «дают» - в первую очередь, жизнь, дети - «принимают» жизнь, а, вырастая, передают ее дальше.
- Каждый в системе имеет свое место по факту наличия жизни (т.е. к системе относятся и абортированные, и мертворожденные дети).

# БАЗОВЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ «СЕМЕЙНОЙ РАССТАНОВКИ»

Базовый порядок семьи - это полукруг, где по часовой стрелке расположены отец, мать, дети по порядку рождения.

Каждый, кто относится к системе, имеет право на принадлежность. Никого нельзя исключать. Система восстанавливает свою целостность за счет новорожденных. Поэтому место, которое человек занимает в системе, может быть своим или чужим. И тогда он не свободен, а находится в переплетении с судьбой другого человека. Это переплетение происходит на глубочайшем уровне души, который человеком не осознается, и которому он слепо подчиняется.

Берт Хеллингер считает, что к системе относятся следующие лица:

- \* Ребенок, его родные и сводные братья и сестры, живые и умершие, мертворожденные и абортированные. Это самый низкий уровень.
- \* Родители, их родные и сводные братья и сестры, умершие и мертворожденные (иногда абортированные).
- \* Бабушки, дедушки, иногда кто-нибудь из их родных братьев и сестер, и редко - сводных.
- \* Прабабушки и прадедушки.

# «СЕМЕЙНОЕ ПОЛЕ»

Ребенок и его родители связаны на клеточном уровне. В свою очередь, родители связаны со своими родителями. Все, кто жил раньше, и мы, живущие ныне, представляем единое целое, которое Хеллингер называет «семейным полем» или «семейной душой». Наиболее известны в области полей работы английского биолога Руперта Шелдрейка. Каждая структура Вселенной, будь то организм или система, живёт в морфическом поле, которое хранит всю важную информацию о системе. Каждая часть этой структуры, каждый член системы или же каждый индивид в организации, имеет часть знаний об общем и все важные подробности. Вследствие этого, считает Шелдрейк, «наша собственная память находится не в нашем мозге», а в поле памяти системы.

Морфическое поле обладает: пространственной моделью или порядком, временным аспектом (памятью), способностью к гибридизации, способностью к самоисцелению, восстановлению целостности и порядка.

Все эти 4 аспекта, по мнению Шелдрейка, относятся и к семейному полю, которое проявляет себя в процессе расстановки через движения и чувства заместителей.

# КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ? «СЕМЕЙНАЯ РАССТАНОВКА»

Обычно, семейная расстановка проводится в группе, но возможна и индивидуальная терапия. Клиент выбирает для себя и для важных членов семьи заместителей из участников группы и расставляет их, исходя из движений тела или следуя своему образу. Терапевт опрашивает заместителей (иногда нет, доверяя только их движению) о телесных ощущениях, чувствах и восприятии.

А далее начинается процесс, в котором, как мудро отметила психотерапевт Урсула Франке, «тело служит резонатором и точным носителем информации о мире». Через движения тела и ощущения можно увидеть, куда течет любовь, или где течение любви оказалось заблокировано, в каких переплетениях с судьбами нашего рода мы находимся.

Реальность бессознательного становится зримой, очевидной. Становятся видны не только причины конфликтов, болезней и несчастных случаев, но и проясняется возможность исцеления и улучшения сложных ситуаций. «Психотерапия в гармонии» - так называет это Б.Хеллингер.

# КАКИЕ ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОМОГАЕТ РЕШИТЬ РАССТАНОВКА?

Все те, что мешают человеку быть счастливым и радоваться жизни. Тяжелые отношения между родителями и детьми, запутанные отношения в паре, алкоголизм, наркомания, инцест, депрессия, тяжёлые болезни, самоубийства, бесплодие, приемные дети и т.д.

«С помощью «Семейной расстановки» Берт Хеллингер показывает, что на глубоком бессознательном уровне мы живем внутри некой Большой Души, охватывающей всех членов семьи. Мы чувствуем, как любим своих родителей, как служим своим семьям и часто неосознанно пытаемся в собственной жизни компенсировать вину или беды родителей, или родственников из предыдущих поколений. Поэтому люди живут порой не той жизнью, которую выбирают сами, и чувствуют себя чужими самим себе, а некоторые даже испытывают стремление к преждевременной смерти», - пишет Марианна Франке-Грикш в книге «Ты с нами».

Расстановка показывает реальность, дает толчок к изменению, но главный результат зависит от самого человека, от его готовности к духовному росту, мужества и смирения.

# ЧТО МОЖНО СЧИТАТЬ ХОРОШИМ РЕЗУЛЬТАТОМ РАССТАНОВОК?

В первую очередь, это обретение внутренней позиции смирения и осознания своей «роковой» включенности в систему. Принятие родителей (и жизни), а также всего, что было, с благодарностью и уважением. Понимание своего места в системе и отказ от искупления вины. Позитивные действия вместо страданий. Осознанная любовь и гармония с тем, что больше нас. Это «прекрасные плоды, которые сами созревают» со временем в душе, когда человеку удастся навести внутри себя порядок.



# ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Семейная расстановка – это...?
2. Что лежит в основе семейной расстановки?
3. Базовый порядок семьи – это...?
4. Как происходит расстановка?
5. Какие проблемы решает постановка?
6. Что является хорошим результатом по окончании семейной расстановки?
7. Как Вы считаете, «семейная расстановка» действенна?