

Системный анализ семьи Б. Хеллингера

Работу выполнила

Пантеева Алина

Метод семейных расстановок Б. Хеллингера не представляет собой отдельную самостоятельную школу семейной терапии, но это эффективный метод психотерапии для разрешения проблем, который можно отнести к одному из направлений системной психотерапии





По мнению Б. Хеллингера, более 50 % тех проблем, с которыми люди приходят на психотерапию, представляют не их собственные проблемы (не восходят к их индивидуальным переживаниям), а повторение чужой судьбы. Для объяснения механизмов идентификации с фигурами прошлого Хеллингер разработал собственную систему представлений об отношениях в семье: между супругами, между родителями и детьми, между семьей и ее родными. По его мнению, для поддержания хороших отношений в семье необходимы следующие условия: привязанность, сбалансированность понятий «давать» и «брать» и определенный порядок в отношениях (Хеллингер, 2001; Вебер, 2001).



Хеллинггер исходит из положения, что многие люди, как здоровые, так и больные, всю жизнь живут в соответствии с каким-либо внутренним образом, который представляет собой определенную историю (тему) – некий ход жизненных событий. Образы имеют разное происхождение. В одном случае в их основе лежит собственный детский психотравмирующий опыт, аналог которого человек неосознанно может найти в сюжете какой-либо сказки.

Во втором случае человек находится под влиянием истории, никак не связанной с его детским опытом. Как правило, это член семьи, у которого была тяжелая судьба, по каким-то причинам его исключили из семейной системы или он освободил свое место внутри нее для кого-то другого.

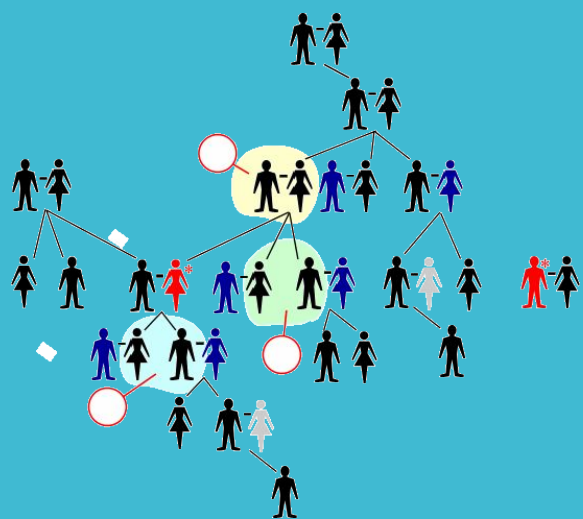


Семейная история, основанная на травматических событиях и переживаниях, произошедших в другом месте и в другое время, нередко становится сценарием, который реально воплощается в жизни.



Для решения конфликтов, которые охватывают несколько поколений семьи, Б. Хеллинггер предложил **метод семейной расстановки**, который позволяет выявить внутренние образы, ограничивающие возможности человека.

Семейная расстановка – групповой метод, но он не предназначен для работы со всеми членами семьи. Хеллинггер проводит терапию только со взрослыми, считая, что, если на прием придет вся семья, дети могут потерять уважение к родителям, а это слишком большая цена. Терапевт работает с одним взрослым или с супружеской парой, корректируя их взаимодействие с детьми. По мнению Хеллинггера, о разговорах родителей с терапевтом детям знать вообще не обязательно.

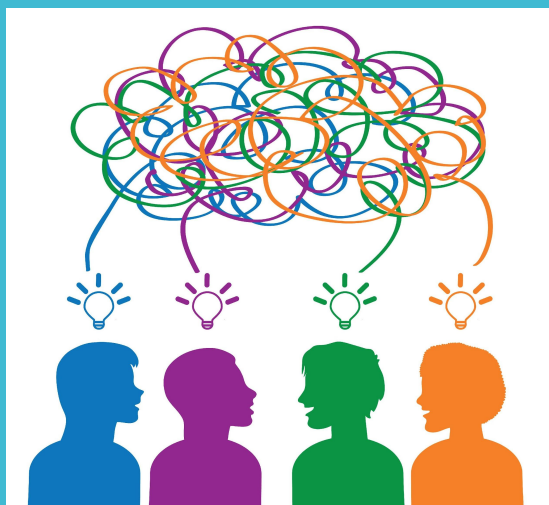


До начала работы психотерапевт выясняет, кто принадлежит к семейной системе, и расспрашивает о решающих событиях из жизни семьи, таких как смерть, самоубийство, расставание, развод, несчастные случаи и пр. При этом рекомендуется не давать никаких характеристик персонажей и обращать внимание только на самые необходимые сведения. Уже во время процедуры расстановки выявляются люди, освободившие место в системе или исключенные из нее (в результате аборта, отказа от внебрачного ребенка, развода, самоубийства и пр.).

Расстановка проводится следующим образом. Протагонист, в соответствии с заявленной проблемой, создает внутренний образ своей нынешней семьи. На роли членов семьи (в том числе и себя самого) он выбирает исполнителей из участников психотерапевтической группы и помещает их на то или иное место в соответствии со своим внутренним образом. Протагонист получает следующую инструкцию: «Ты расставляешь свою систему, полностью ориентируясь на свои ощущения, так, как ты, согласно своему внутреннему образу, видишь отдельных людей по отношению друг к другу. Внутренний образ проявляется только во время расстановки. Так что забудь все, что наметил себе заранее. Ты только указываешь место, но не указываешь на их жесты или направление взгляда». После того как участники расставлены, следует еще раз повторить, кто кого должен изображать.

В заключение расстановки терапевт, учитывая обратную связь исполнителей, вносит ряд изменений в семейную систему (которые часто представляют собой важные, с терапевтической точки зрения, промежуточные шаги). В результате формируется образ-решение, в котором у всех членов семьи, включая тех, кто был в свое время исключен из системы, появляется так называемое «хорошее место».

При расстановке образа-решения терапевт опирается на представления об определенной иерархии. Хеллингер считает, что система приходит в порядок только при правильной иерархической структуре. Кто имеет приоритет в семейной системе, тот стоит на первом месте. Обычно это член семьи, который отвечает за ее безопасность и тем самым создает пространство, в котором семья может развиваться. Поэтому сначала идет муж, затем, слева от него, жена, хотя в действительности они могут быть равноправными.



Б. Хеллингер рассматривает свой психотерапевтический подход как феноменологический, основанный на созерцании и интуиции, привязанных к контексту жизни человека или события (Вебер, 2001).

Спасибо за внимание

