

В этой статье я хотела бы рассказать о своем опыте работы со сказками (историями, песнями и т. д.) на семинарах (и индивидуальных сессиях) по системно-ориентированной работе со сценариями и семейной расстановке. О том, что сказки могут указывать на сценарий, мне было известно еще с середины 1970-х годов из трансактоного анализа по Эрику Берну. Причем в основе его идеи жизненного сценария лежит концепция стиля жизни Альфреда Адлера, дополненная анализом сказок. Под сценарием Берн понимает неосознанный жизненный план, книгу ролей, по которой человек на основании приобретенного в детстве опыта строит потом свою жизнь.

Местом, где ребенок приобретает основной формирующий опыт восприятия себя и окружающего мира и разрабатывает для себя некую жизненную концепцию, является семья. В ней ребенок познает принадлежность и исключенность, соотношения «давать» и «брать» и учится правильно с этим обращаться, там он узнает справедливость и несправедливость, разные судьбы, жизнь и смерть, вину и невиновность, брак и расставание, радость, страдание и т. д. Ребенок накапливает опыт, классифицируя новый на основании приобретенного раньше, причем на всем этом лежит печать детского мышления, детских выводов и детских иллюзий.

Накопленный опыт обобщается в сжатом образе, который не осознается и действует как очки, через которые фильтруется новый опыт; то есть он служит для ориентации в новых, но также и в привычных ситуациях, он придает опыту определенное направление и структуру. К этому образу относятся определенные чувства, убеждения, внутренние фразы и интимная информация о себе самом по отношению к другим, к окружающему миру и жизни вообще.

Сценарный анализ Берта Хеллингера

В начале 1980-х годов у Берта Хеллингера я познакомилась с системно-ориентированным сценарным анализом, выходящим за рамки того, о чем говорит Берн. Если для Берна важнейшими элементами сценария являются транзакции и интеракции между родителями и детьми, а также родительские послания, то Хеллингер рассматривает всю семью и род, их судьбы и их влияние на отдельного человека.

После того как Хеллингером были обнаружены действующие в системах силы и существующие в них заданные условия (базовые потребности в связи, уравнивании, порядке и иерархическом порядке, полнотности и признании невенности), стало ясно, что внутренний образ, по которому человек выстраивает свою жизнь, не обязательно должен быть связан с пережитым им лично — он может отражать судьбы других членов семьи или рода и тем самым указывать, какое или чье место занял ребенок в своей семье ради сохранения «равновесия» в семье или роде.

Сказки, которые (в детстве) особенно трогают

Сказка, которая особенно тронула (в отличие от очаровавшей или любимой) в детстве, как правило, примерно до седьмого года жизни, может использоваться в этой связи как проводник к ведущему внутреннему образу (сценарию). Сердце ребенка трогает сказка, в которой находит отражение либо его собственная судьба (потеря одного из родителей, длительное вынужденное пребывание вне дома...), либо судьба другого члена семьи или рода. При этом не имеет значения, знал он ребенком это лицо или нет. Так же необязательно наличие вербально переданной информации.

Тематическая матрица некоторых сказок

Теперь я на нескольких примерах опишу некоторые типичные сценарные сказки в сочетании с историями жизни тех клиентов, которые их называли.

Сказка «Гензель и Гретель»

Основная тема этой сказки: ребенок, вынужденный (на некоторое время) покинуть дом. Таким образом, она указывает на ранние разлуки, связанные с этим выводы и жизненные планы. Причиной здесь может быть, например:

- ранняя госпитализация ребенка,
- ребенок рос у бабушки/дедушки,
- оставался с приходящей няней или
- в раннем возрасте был отдан в интернат.

Чем младше на тот момент был ребенок, тем короче может быть отрезок времени, в течение которого он находился вне дома, чтобы привести к прерванному движению любви к матери. В результате возникает чувство покинутости, утрачивается доверие и формируются такие базовые убеждения, как «меня не любят», «меня выталкивают прочь», «я чувствую себя непонятым, одиноким, покинутым». Эти убеждения сопровождаются соответствующими чувствами.

Пример 1

Рената, 37 лет, врач, не замужем. Своей проблемой называет несложившиеся отношения и одиночество. Она трижды состояла в длительных партнерских отношениях, кроме того, у нее было несколько связей, продолжавшихся не более двух-шести месяцев.

Она старшая из трех дочерей. Своих родителей описывает в основном как очень любящих. Мать была домохозяйкой и потому большую часть времени находилась дома с детьми. У отца, служащего, по вечерам и по выходным было более чем достаточно времени для того, чтобы быть с семьей. Описывая родителей как пару, она говорит об их взаимном уважении и любящем внимании друг к другу. По сути, Рената не может объяснить, откуда взялось ее «внутреннее предубеждение» против матери и почему она так «вцепляется» в своих партнеров, из-за чего они, по их словам, чувствуют себя «перегруженными» и расстаются с ней.

Согласно анамнезу, она родилась восьмимесячной и первые шесть недель жизни провела в больнице. В девять месяцев в связи с кишечным заболеванием она снова оказалась в больнице и пролежала там три недели. Следующая госпитализация из-за той же симптоматики произошла в возрасте около 18 месяцев и продолжалась три недели. Сама Рената об этом ничего не помнит. В ее памяти осталось только одно приятное лето. Ей тогда было пять лет, и она вместе с матерью и сестрой была в гостях у тети в доме на озере. Ей там очень понравилось, и она попросила разрешения побыть там еще. Но уже через два дня после отъезда матери она почувствовала сильную тоску по дому, и время, которое она оставалась там, пока мать не смогла ее забрать (пять дней), казалось ей грустным и бесконечным.

Пример 2

Кристоф, 41 год, инженер-строитель, холост. Его проблемы — нарушение сердечного ритма и страх отношений. В 21 год Кристоф женился. После 10 лет брака его жена подала на развод. После этого у него было несколько коротких связей, но каждый раз женщины его бросали. В течение последних четырех лет партнерских отношений у него не было. Кристоф — единственный ребенок в семье. Когда он появился на свет, его родители были еще студентами. С восьми месяцев (сразу после отнятия от груди) он со второй половины дня в понедельник до середины дня в пятницу находился у бабушки по материнской линии. Сам он об этом не помнит и знает только со слов матери. Когда ему было два года, бабушка в течение двух недель умирает от пищевого отравления. Два месяца он остается с родителями, затем его отдают в детский сад, где он находится целыми днями. То же происходит и в период учебы в начальной школе (школа и группа продленного дня). С поступлением в гимназию Кристоф стал приходить после уроков домой, где сам о себе заботился, а родители возвращались с работы поздно вечером.

Та же тема, что в «Гензель и Гретель», звучит в сказках «Рапунцель» и «Хадши Братши Воздушный шар».

2. Сказка «Волк и семеро козлят»

Темой этой сказки является исключенный из системы отец. Основой для такого сценария могли послужить следующие события:

- отец рано умер;
- отец хотя и живет в семье, но отвергается матерью (мать плохо говорит о нем в присутствии детей);
- отец по каким-то причинам долгое время находился вне дома и уже не смог по-настоящему найти свое место в семье;

- отец не живет с матерью и ребенком, и мать его не уважает.

Это приводит к нарушению контакта ребенка с отцом и одновременно с матерью, поскольку та препятствует или мешает его отношениям с отцом. Отсюда вытекают неосознанные базовые убеждения в том, что значит «быть женщиной» и «быть мужчиной» и каковы должны быть отношения в паре со всеми сопутствующими чувствами. Все это оказывает соответствующее влияние на формирование отношений в партнерстве.

Пример

Ханна. 26 лет, студентка, не замужем. Ее проблема — сильные приступы ярости, сопровождающиеся физическими атаками на партнеров. Это привело к разрыву двух важных для нее отношений. После второго разрыва у нее начался длительный период депрессии.

Ханна — старшая из двух детей. Ее мать в 20 лет была влюблена в своего коллегу по работе. Они больше года поддерживали дружеские отношения, вместе играли в теннис, но он ее «не услышал». Разочаровавшись и желая «отомстить», она вышла замуж за отца Ханна, который уже давно был ее тайным поклонником. Но с самого начала супружества он ни в чем не мог ей угодить.

По отношению к отцу Ханна видела одно лишь вечное недовольство матери, и сама она стала все больше смотреть на отца глазами матери, то есть видеть в нем просто неудачника. Иногда она безумно злилась из-за того, что он никак себя не защищал, — но только для того, чтобы потом еще больше укрепиться в материнском мнении на его счет.

3. Сказка «Бэмби»

Темой этой сказки является отсутствие одного (или обоих) родителей. Опыт ребенка может быть таким:

- родители умерли;
- у ребенка по другим причинам с раннего детства нет с ними контакта.

Таким образом, движение любви либо было вообще невозможно, либо оно очень рано было прервано.

Пример 1

Ганс, 39 лет, руководящий сотрудник, женат, двое детей. Его проблема — угроза самоубийства. Он старший из двух детей. Его мать погибла в автомобильной аварии, когда ему было четыре года.

Пример 2

Ютта, 45 лет, учительница, замужем, трое детей. Ее проблема — постоянно возвращающиеся периоды депрессии. В ее биографии нет никаких указаний на события, которые могли бы быть их причиной. Однако отец Ютты в возрасте трех лет потерял обоих родителей и попал в детский дом. Ютта очень любит своего отца и вспоминает о том, как в детстве у нее иногда по-настоящему болело сердце, потому что отец часто так «печально смотрел». В этом случае речь совершенно очевидно идет о чувстве, перенятом у отца.

4. Сказка «Снегурочка»

Тема этой сказки такова: дочь соперничает с матерью из-за отца. Она втайне считает, что была бы лучшей женой для отца, что она лучше его понимает. Как следствие, возникает сильная привязанность к отцу. Такие женщины — «папины дочки», которые в

большинстве случаев сознательно/бессознательно хотели бы быть лишь «возлюбленными». Свои отношения с мужчинами они часто выстраивают так, что по-настоящему обязывающих отношений не возникает. Причины здесь могут быть разные:

- мать экстравертирована и доминантна, а интровертированный отец полностью подчиняется;
- отец страдает (болен), и дочь о нем очень заботится;
- мать чувствует большую привязанность к сыновьям, поэтому дочь тянет к отцу.

Пример

Андреа, 29 лет, помощница врача, не замужем. Ее проблема — депрессивные тенденции в связи с отношениями/одинокостью. Андреа бросила свою первую любовь, когда ее друг захотел на ней жениться. С тех пор у нее в третий раз связь с женатым мужчиной, и каждый раз в таких отношениях у нее возникает чувство, что «будь он свободен, я бы сразу за него вышла».

Андреа — единственная дочь в семье. Ее родители врачи. Когда она родилась, обоим было уже за 40. Когда ей было три года, с отцом произошел несчастный случай и через год он досрочно вышел на пенсию. С тех пор он сидел дома, и Андреа с отцом, как могли, заботились друг о друге. Мать вышла на работу. Для Андреа с этими годами связаны самые лучшие воспоминания. У отца для нее было так много времени. Только вот он часто и быстро уставал, и тогда она особенно следила за тем, чтобы ему не мешали, приносила ему таблетки... Она была уверена, что лучше понимает отца (и может сделать его счастливее), чем мать.

5. Сказка: «Русалочка»

Тема сказки: мужчина и женщина, которые любят друг друга, но не могут быть вместе (например, из-за социальных или культурных различий или потому что другой уже связан). Поскольку в основе этого сценария не лежит детский опыт, он может иметь отношение только к судьбе другого члена системы, то есть он сразу указывает на идентификацию.

Пример

Герхард, 36 лет, техник, не женат. Его проблема — панические атаки, связанные со страхом смерти. Его мать до брака с отцом была помолвлена. Во время Второй мировой войны ее жених дезертировал, его преследовали и через две недели он нашел убежище у одного крестьянина. Оттуда он последний раз дал о себе знать. Больше мать ничего о нем не слышала. Лишь год спустя до нее дошло известие о его смерти. С ним был идентифицирован Герхард.

6. Сказка «Белоснежка и Краснозорька»

Тема этой сказки: мужчина и две женщины. Здесь в сценарии речь тоже чаще всего идет о судьбе другого человека.

Пример

Йоханна, 33 года, пресс-секретарь, не замужем. Ее проблема — склонность к алкогольным эксцессам (один-два раза в месяц). Кроме того, она снова и снова «обнаруживает» себя попавшей в «любовный треугольник». У бабушки Йо-ханны по отцовской линии до того, как она вышла замуж за дедушку, была большая любовь. После пяти лет брака она снова встретила этого человека. Они возобновили свои отношения, и бабушка жила в этом треугольнике до смерти своего супруга, который очень страдал из-за этого и стал алкоголиком.

До сих пор я лишь в редких случаях видела, чтобы эта сказка относилась к биографии самого клиента. Мне вспоминаются два примера: один раз умерший отец стоял между

матерью и дочерью, второй раз речь шла о клиентке и ее сестре, которые соперничали за внимание отца.

7. Сказка «Счастливый Ганс»

Тема: мужчина теряет (проигрывает) свое состояние или имущество. В большинстве случаев относится к действиям и судьбе деда.

Пример

Бернхард, 47 лет, успешный коммерсант, женат. Его проблема — сильные колебания настроения. Он уже дважды создавал фирму и затем снова ее разорял, и сейчас он находился на пороге больших убытков в своей уже третьей фирме. Его дед по материнской линии с невероятными усилиями восстановил наследство своего отца. Это было очень уважаемое в маленьком городке предприятие, так как его сотрудникам здесь предоставлялись самые лучшие социальные условия. Затем дед взял на себя поручительство за друга и из-за этого потерял большую часть своего состояния. Ему пришлось уволить рабочих, а через два года после этого удара судьбы он повесился.

Так как в моем распоряжении здесь всего несколько страниц, этими примерами я и ограничусь. Моей задачей было показать, как через сказки можно подобраться к сути проблемы.

Сведения, полученные при работе со сценарием, могут быть с успехом использованы в последующей семейной расстановке.

Найти решение здесь позволяет ориентированность на процесс, чуткость и резонанс души терапевта с душой клиента. Тогда в семейной расстановке с помощью сжатых целительных фраз и действий можно найти решение, например, для непосредственно пережитого или освободиться от перенятого, стоя напротив того самого человека. Эти фразы и действия возникают из сосредоточенно-спокойного восприятия целого. То же самое относится к расстановкам с использованием семейной доски, стульев и других

предметов. Хорошими средствами в подобных случаях являются также системно-модифицированные техники из нейролингвистического программирования (НЛП), такие, как изменение истории, работа сновидения и реимпринтинг.

Источник:

[Сайт "Сценарий твоей жизни "](#)