



Элиана Джил

Игра в семейной терапии



Eliana Gil

Play in Family
Therapy

The Guilford Press
New York London

Элиана Джил

Игра в семейной терапии

ЭКСМО
2003

ББК 88.8
Д 41

Eliana GIL
PLAY IN FAMILY THERAPY
The Guilford Press

Перевод с английского К. Засыпкиной

Под редакцией Е. Перцевой

Разработка серийного оформления художника В. Щербакова

Серия основана в 1999 году

Д 41 Джил Э.
Игра в семейной терапии / Пер. с англ. — М.: Изд-во Эксмо, 2003. — 288 с., илл. (Серия «Психологическая коллекция»).

ISBN 5-699-02501-4

Опираясь на богатый опыт работы в качестве детского, а также семейного терапевта, автор книги знакомит читателя с тем, как можно использовать игровые терапевтические методы в русле семейной терапии.

Представленные в книге техники для работы с детьми от 3 до 12 лет изложены подробно и очень увлекательно. Благодаря этому книга читается легко и с интересом и дает возможность составить четкую картину применения игровых методов в обычных практических ситуациях. Эта книга должна быть на книжных полках всех специалистов, работающих с детьми и их родителями.

Для психологов, психотерапевтов, социальных работников, воспитателей и родителей.

ББК 88.8

© 1994 The Guilford Press
Published by arrangement With Paterson Marsh Ltd.
© ООО «Издательство «Эксмо».

Издание на русском языке. Оформление, 2003

ISBN 5-699-02501-4



*Посвящается Кэти, Билу и
Дженни Вебер, так охотно и искрен-
не игравшим со мной, которым нра-
вятся мои книги, потому что они
«толстые и прелестно выглядят».*

ПРЕДИСЛОВИЕ

В рамках национальной конференции я проводил семинар «Ненавидят ли дети семейную терапию?». Пришло много слушателей. Очень много. Ясно, что название производило впечатление, потому что часто кажется, что детям не нравится семейная терапия. И кто может винить их в этом? В действительности, многие семейные терапевты либо исключали детей из семейной терапии, либо не могли вовлечь их в активную работу на сессии. Поэтому в реальности та сфера деятельности, которую мы называем «семейная терапия», обычно состоит из работы с одним родителем, обоими родителями или иногда с подростком и его родителями. Очень редко маленькие дети участвуют в совместных сессиях. Видимо, есть три причины, по которым маленькие дети исключаются из семейной терапии:

1. Многие семейные терапевты не получили базового образования для работы с детьми (то есть курсы психологии развития ребенка, детской психопатологии, детской психодиагностики или детской психотерапии) и не знают, как устанавливать отношения с ребенком как с индивидом. Действительно, недавно проводившееся исследование (Korner & Brown, 1990) показало, что около четверти семейных терапевтов не обучались ра-



боте с детьми, а половина терапевтов думают, что у них недостаточно знаний в этой области. Те семейные терапевты, которые получили хоть какие-то минимальные знания и прошли стажировку в детских клиниках, меньше всего были расположены допускать детей участвовать в семейных сессиях.

В результате зачастую дети не принимают участия в семейных сессиях, потому что семейные терапевты не способны установить с ними необходимые взаимоотношения.

2. Некоторые из наиболее влиятельных основателей направления семейной терапии (особенно Мюррей Боуэн (Murray Bowen) из Национального института психического здоровья, группа из Института изучения психики в Пало-Альто, Сальвадор Минухин) больше интересовались проблемами шизофрении взрослых и правонарушениями подростков, чем психическими расстройствами маленьких детей и младших школьников (Green & Framo, 1981). Поэтому эти ученые, лидеры в своей области, в основном не занимались разработкой техник для работы с маленькими детьми. На самом деле, Боуэн и остальные были уверены, что лучше всего исключить детей из семейной терапии (не считая, пожалуй, начальных сессий, посвященных наблюдению и сбору информации). Они предписывали работать индивидуально с родителем, чтобы вылечить детей «опосредованно», и эта точка зрения получила широкое распространение. Это также спровоцировало возникновение барьера между семейной и детской психотерапией, который препятствовал взаимному обмену идеями.

3. Хотя в литературе можно найти несколько отлич-



ных идей, они разрозненны и изолированы друг от друга. Никто так и не разработал полный, легко адаптируемый набор техник для вовлечения детей в семейную терапию. Большая часть книг, написанных за последние годы на эту тему, была посвящена каким-то абстрактным теориям — системным и социальным моделям, — но в них игнорировались практические проблемы, касающиеся практической клинической работы. Поэтому семейные терапевты, которые стремятся включить детей в работу на совместных сессиях, не знают, как это делать, так как литературы по этой теме чрезвычайно мало, а на практике приходится сталкиваться с детьми разных возрастов, с различными проблемами и совершенно разными семьями.

Поэтому книга доктора Джил как нельзя кстати. Основываясь на своих знаниях и опыте как детского, так и семейного терапевта, она показывает нам, как можно использовать естественные способности, склонности *всех* членов семьи к экспрессивной игре при их совместной работе. Наибольшего восхищения заслуживает не имеющая себе равных способность доктора Джил адаптировать традиционные для детской терапии методы работы (такие, как техники интервью с марионетками или совместное рассказывание историй) к сфере совместных семейных сессий.

В книге представлены техники для работы с детьми от 3 до 12 лет. С описанными здесь методами можно знакомиться с увлечением, к тому же они представлены достаточно подробно, поэтому читатель может отчетливо представить себе их применение в обычных практических ситуациях.

По всем этим причинам, я считаю, что данная кни-



га является важным событием в сфере совместной семейной терапии. Эту книгу с удовольствием можно читать и перечитывать. Она должна быть на книжных полках и в умах всех терапевтов, супервизоров, выпускников учебных заведений, которые работают с детьми и их родителями.

*Роберт-Джэй Грин, доктор философии,
профессор, координатор Калифорнийской школы
семейной и детской психологии.
Аламеда, Калифорния.*



ВВЕДЕНИЕ

В процессе моего профессионального обучения я слушала стандартные курсы по психологии развития ребенка, детской психопатологии, психодиагностике, детской терапии, и мне кажется, что они не отвечают требованиям, потому что не учитывают особенностей предмета их изучения — детей. Кроме того, я обнаружила, что большинство людей, преподававших курсы детской терапии, казалось, относились неуважительно к детям и детской терапии в целом. Наблюдалось общее пренебрежение, невнимание к сфере детской психотерапии со стороны профессионалов. Детская терапия считается не очень важной областью, это проявляется, например, в том, что в программе обучения курсам, касающимся детской терапии, уделяется очень мало времени. Только в последние несколько лет стали доступны обучающие центры, специализирующиеся на детской терапии, например, центр в университете Дикинсона в Фарлее (Farleigh Dickinson University) под руководством Чарльза Шэфера (Dr. Charles Schaefer) и Центр детской терапии под руководством Гари Лэндрета (Gary Landreth). Кроме того, в 1982 году была образована Национальная ассоциация игровой терапии, она взяла на себя ответственность финансирования ежегодной конференции, количество участников которой увеличивалось с каждым годом.



Помимо обучения в институте я постоянно посещала семинары и конференции, посвященные проблемам детской терапии, проходившие по всей стране. Я встретила сотни других специалистов, которые разделяли мой энтузиазм в вопросе работы с детьми. Я читала несколько курсов лекций по детской терапии в Калифорнии и занималась супервизорством, консультировалась с профессионалами, занимающимися детской терапией. В процессе своей деятельности я столкнулась с большим количеством студентов, которые изначально, казалось, не интересовались работой с детьми и которые удивлялись, какое значение может иметь игровая психотерапия в работе с семьями.

Я также встретила множество клиницистов, которые, казалось, не чувствуют себя в работе с детьми свободно и комфортно, и поэтому стараются избегать этого. В действительности многим организациям не хватает терапевтов, ориентированных на работу с детьми, они не в состоянии оказывать помощь маленьким детям. Некоторые клиницисты, так же как и родители некоторых моих маленьких клиентов, сомневаются в том, что «игра с детьми» может быть важной, потенциально эффективной и что за нее стоит платить деньги. Они начинают скучать или, наоборот, становятся нетерпеливыми и раздражительными, когда дети отдают предпочтение разговору с игрушками, а не с ними. Я обнаружила, что большинству студентов, когда они овладевают уже какими-то определенными навыками (то есть знают, что говорить и делать), начинает нравиться работать с детьми. В действительности непосредственный практический опыт работы с



детьми очень захватывает, и многие студенты удивляются, какой восхитительной может быть работа, которая хотя и требует усилий, но в конце концов вознаграждается.

Семейные терапевты, которые уже имели опыт работы со взрослыми, могут окунуться в безбрежный источник знаний об использовании игры, чтобы оживить свой репертуар работы с семьями. Следует отметить, что терапевты будут сталкиваться с тем, что применение игры для членов семьи оказывается одновременно и притягательным, и обезоруживающим. Пытаясь использовать игру со взрослыми, можно встретиться с некоторым сопротивлением, но оно существенно снижается, если терапевт создает позитивную атмосферу и выражает надежду, что семья отнесется с пониманием к игровым техникам и найдет их приятными и полезными.

Проблемы могут подстергать и тех людей, которые посвятили себя изучению игровой терапии. Они часто сталкиваются с ситуацией, когда игровая форма работы с членами семьи оказывается разочаровывающей или когда родителей направляют к другому терапевту из-за существующего убеждения, что, если один терапевт работает и с детьми, и с родителями, между ними автоматически возникает проблема соперничества за внимание и время терапевта.

Некоторые детские терапевты, чувствующие себя неуверенно в работе с семьями, могут не знать, когда и как устраивать индивидуальные и совместные сессии. Я написала эту книгу, потому что я уважаю как системную семейную работу, так и игровую терапию,



и уверена, что два этих направления дополняют и усиливают друг друга. Я думаю, что семейные и детские терапевты, еще не соединившие соответствующие теоретические системы, будут удивлены и очарованы бесчисленными возможностями, которые появляются при использовании игры в работе с детьми и их семьями.



БЛАГОДАРНОСТИ

Создание книги — это задача, которая требует сосредоточения, времени и неугасающего интереса к тому, о чем пишешь. Когда книга завершена, усилия вознаграждаются, но пока ты пишешь ее, то находишься в подавленном состоянии. Это задание, которое ты должен выполнить сам, поэтому необходимо, чтобы автор находился в приятном окружении, чтобы вокруг него были друзья и семья, которые поддерживают его.

Я хотела бы выразить благодарность тем, кто поддерживал меня, учил, периодически бездельничал и веселился вместе со мной. Я хотела бы поблагодарить свою семью за их интерес и поддержку, моих близких друзей, с которыми можно было пообщаться по телефону, в письмах или при встрече. Также я хотела бы поблагодарить Центр в Беркли, Калифорния (особенно Элен Фарину), за их готовность использовать семейные игровые техники и делиться со мной своим опытом. Я признательна Карле Каплан, моему умелому помощнику в исследованиях, она следила за ссылками, писала краткие резюме и сделала черновик второй главы. Сара Кеннеди, мой редактор, заботилась обо мне и помогала редактировать книгу, учитывая, что английский — это мой второй язык. Джоди Кредайттор старалась, чтобы книга была хорошего качества. Книга дей-



ствительно является результатом командного труда, и я очень благодарна за помощь всему издательству Гилфорд Пресс, за помощь и поддержку.

В заключение я воспользуюсь этой возможностью, чтобы поблагодарить за любовь и поддержку мою большую семью в г. Гуаякиль, Эквадор.

Конфиденциальность клиентов, представленных в «иллюстративных случаях», тщательно сохранялась: изменялись возраст, пол, род занятий и другие данные. Представленные диалоги реконструированы по памяти, или с разрешения клиентов, или передаются дословно, или восстановлены с видео- и аудиозаписей. Мы сделали все возможное, чтобы не нарушить конфиденциальность детей — мы спрашивали разрешение у родителей или самих детей, если они были достаточно взрослыми. Рисунки воспроизведены с разрешения родителей.

История развития и обоснование семейной игровой терапии

Часть первая



Глава 1

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

Сорс (Sours, 1980) охарактеризовал детскую психотерапию как «взаимодействие между ребенком и терапевтом, главной целью которого является устранение симптома и достижение устойчивой адаптации» (стр. 275). Детская терапия как самостоятельный и независимый вид психотерапевтической работы развивается с 1909 года, когда Фрейд впервые попытался использовать психотерапию при лечении маленького Ганса, ставшего теперь уже «историческим пациентом». Термин «детская терапия» часто используется в смысле, равнозначном термину «игровая терапия», хотя непосредственно игра не использовалась в детской терапии до 1919-го, когда Хуг-Хеллмут (Hug-Hellmut) высказал мнение, что игра — это внутренне присущая, неотъемлемая часть психоанализа, проводимого с ребенком.

Хотя большинство детских психотерапевтов согласны с тем, что игра — это самое эффективное средство детской терапии, другие специалисты (Fraiberg, 1965; Sandler, Kennedy, & Tyson, 1980) задались вопросами: вызывает ли игра структурные изменения, и как охарактеризовать игру, если она не вовлекает в анализ ни материал сновидений, ни свободные ассоциации. Шефер (Schaefer, 1993) утверждал: «Игру, как и любовь, и счастье, и другие психологические конструкты, легче познать, испытать, чем дать им определение» (стр. 1).



Далее он говорит: «Тому, кто интересуется игрой и игровой терапией, трудно получить ясное представление о том, что это значит, через сам термин «игра», потому что так и не было сформулировано единого, полного определения термина» (1983, стр. 2). Тем не менее Шефер утверждал, что потенциальная польза игры задокументирована. При обзоре литературы он нашел такие описания игры: «доставляющая удовольствие», «совершенная по сути», «независимая от внешних наград и других людей», «неинструментальная, без цели», «не осуществима в неизвестной и угрожающей ситуации» (стр. 2). В заключение Шефер говорит, что игра скорее подчинена личности, чем цели, и обращает внимание на то, что «один из наиболее прочно укоренившихся принципов психологии заключается в том, что игра — это средство развития для ребенка» (Schaefer, 1980, стр. 95).

Игра также описывалась как механизм развития способности принятия решения и овладения навыками (White, 1966); процесс, который позволяет детям мысленно систематизировать жизненный опыт и проигрывать ситуации (Piaget, 1969); эмоциональная лаборатория, в которой ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром (Erikson, 1963). Никерсон (Nicker-son, 1973) считает, что игровая деятельность — это основной терапевтический подход при работе с детьми, потому что игра — это естественное для детей средство самовыражения, облегчающее их общение друг с другом. Игра приводит к катарсической разрядке чувств, может быть реконструирующей и конструктивной, она предоставляет взрослым окно, через которое они могут наблюдать мир ребенка. Кроме того, Никерсон полагает, что дети, которые свободно чувствуют себя в игро-



вой ситуации, будут охотно иметь дело с игрушками и проигрывать с их помощью то, что их тревожит и беспокоит. Четик (Chethic, 1989) делает важное замечание, касающееся использования игры в терапии: «Игра сама по себе обычно не генерирует изменений... [поэтому] вмешательство терапевта и использование им игры является необходимым условием изменений» (стр. 49). Таким образом, клиницист должен быть участником-наблюдателем, а не игровым партнером. Я хотела бы добавить, что применению игры в терапии способствует понимание клиницистом цели игры. Наиболее часто допускаемые ошибки в детской терапии следующие: позволять играть детям столько, сколько они хотят, дольше установленного времени, не замечать игру ребенка или давать детям такие игрушки, которые скорее сбивают их с толку, чем способствуют самовыражению.

В своей последней книге Шефер (Shaefer, 1993) перечисляет семь общих для игрового поведения свойств: (1) для игры характерна внутренняя, а не внешняя мотивация; (2) ребенка больше интересует игровая деятельность сама по себе, а не ее результат или успешное ее завершение; (3) игру сопровождают положительные эмоции; (4) ребенок очень увлечен игрой и часто настолько поглощен ею, что забывает о времени и окружении; (5) игра происходит «как будто», а не на самом деле; (6) в игре дети вольны наделять предметы и ситуации новыми, нестандартными значениями, смыслами и (7) игра отличается от исследовательской деятельности... она пытается дать ответ на вопрос: «Что я могу сделать с этим предметом?»

В этой книге Шефер (Shaefer, 1993) и его коллеги исследуют и пытаются установить «целительные свой-



ства игры», то есть они обращаются к основной проблеме — как и почему действует игровая психотерапия. Отвечая на этот вопрос, Шефер представляет ряд терапевтических факторов, сопровождающих игру, в том числе преодоление сопротивления, общение, власть, творческое мышление, отреагирование¹, исполнение роли (более продвинутая форма игровой симуляции), воображение, обучение с помощью метафор, формирование привязанности, улучшение взаимоотношений, получение удовольствия, овладение развивающими и развлекательными играми. К тому же книга иллюстрирует, каким образом эти факторы проявляются в различных техниках.

С возрастанием интереса к детской психотерапии, с увеличением числа направлений, ориентированных на детей, также развивались и разнообразные терапевтические техники, игры и игрушки. Игровая терапия стала обширным направлением, в русле которого проводились различные исследования. В ранних работах предлагались теоретические каркасы, в которых главное место отводилось терапевтической игровой деятельности как отдельному подходу или направлению, а последние работы были практическими и конкретными описаниями того, как игра может быть использована в работе с детьми различного возраста, разных культур, которые демонстрируют множество общих и специфических проблем, или могут испытывать временные трудности (Webb, 1991; Combrink-Graham, 1989; Friedrich, 1991; Gil, 1991; Haworth, 1990; Martinez & Valdez, 1992; Singer, 1993). Этих терапевтов, кажется, объеди-

¹Освобождение от напряжения, вызванного подавляемыми эмоциями. (Прим. пер.)



няют такие качества, как любознательность, стремление к исследованиям, творчество, уважение и преклонение перед детской способностью к гибкости и адаптации, их уникальностью, а также восприимчивость и чувство юмора.

ИСТОРИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ИГРОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Как уже говорилось ранее, Зигмунд Фрейд был первым, кто стал использовать игровую терапию в 1909 году, для того чтобы попытаться вскрыть подсознательные страхи и тревогу. Гермин Хуг-Хеллмут (Hermine Hug-Hellmuth) начала включать игру в лечение детей в 1920 году, а десять лет спустя Мелани Кляйн и Анна Фрейд (Melanie Klein & Anna Freud) разработали принципы теории и практики психоаналитической игровой терапии. Игровая терапия, которую они разработали, продолжает оставаться наиболее распространенным видом детской терапии и обычно проводится аналитиками или психоаналитическими игровыми терапевтами.

Психоаналитическая игровая терапия

Анна Фрейд и Мелани Кляйн много писали о том, как они включают игру в теоретическую психоаналитическую систему взглядов. Тогда как Фрейд поддерживала использование игры в основном для того, чтобы построить крепкие положительные взаимоотношения между ребенком и терапевтом, Кляйн предлагает использовать ее в качестве непосредственного замещения вербализации. Кляйн утверждает, что главная цель игровой терапии — «помочь детям преодолеть трудности



или травму, помогая им достичь инсайта» (цитируется по Schaefer & O'Connor, 1983, стр. 5). Кляйн (Klein, 1937) была убеждена, что анализ отношений, возникающих вследствие переноса, является основным способом, которым можно понять скрытые конфликты ребенка.

А. Фрейд и М. Кляйн заменили базовый метод свободных ассоциаций, который является основным принципом анализа взрослых пациентов, на естественную склонность ребенка к игре (Nagera, 1980). И А. Фрейд, и М. Кляйн выражали идею, что игра дает выход бессознательным желаниям и конфликтам ребенка. Таким образом, игра — это детский способ свободных ассоциаций. Но есть два отличия в их взглядах: Кляйн считала, что игра детей «полностью эквивалентна» свободным ассоциациям взрослых и «в равной степени доступна для интерпретации». В то время как А. Фрейд полагала, что игра не «равнозначна» свободным ассоциациям, она является формой поведения, опосредованной эго, в котором «упускается масса существенных данных» и необходима дополнительная информация из других источников, например от родителей (Esman, 1983, стр. 14).

Психоаналитическая игровая терапия акцентируется на использовании интерпретаций, признавая способность детей использовать игру символически, для выражения своих внутренних проблем. Кроме того, она опирается на анализ сопротивления и переноса. Нагера (Nagera, 1980) говорит, что даже столь значительные различия, существовавшие между теоретическими доктринами А. Фрейда и М. Кляйн с самого начала, не мешали объединению этих двух теорий. Фрайз (Fries, 1937), ученик Анны Фрейд, подчеркивал, что отличия



были в том, что А. Фрейд предпочитала воздерживаться от прямых интерпретаций действий ребенка.

Эсман (Esman, 1983) отмечал, что взгляд на игру в детской психоаналитической терапии заключается в следующем: «Она позволяет выразить желания, фантазии и внутренние конфликты таким путем, который эмоционально приемлем для ребенка и отвечает уровню его когнитивных способностей» (стр. 19). Он говорит далее: функция терапевта состоит в том, чтобы «наблюдать, пытаться понять, обобщить и в конечном счете установить смысл игры ребенка, чтобы помочь ему понять его конфликт с точки зрения наиболее приемлемого разрешения» (стр. 19). Главный вклад психоаналитиков в игровую терапию состоит в том, что они рассматривали игру как инструмент, который помогает ребенку преодолеть имеющиеся трудности. Игра позволяет ребенку воспроизвести бессознательные конфликты и встретиться со своими негативными переживаниями в безопасной обстановке, интегрируя таким образом переживания, которые, оставаясь нетронутыми, могли стать причиной симптоматического или отыгрывающего поведения. Несмотря на то что эти идеи сейчас можно считать доказанными, психоаналитики неохотно включают игровые техники в терапию и сохраняют неопределенность в вопросе о том, какая степень интерпретации является необходимой и эффективной. Эти дискуссии относительно интерпретации продолжаются по сей день, и игровые психотерапевты придерживаются различных точек зрения на то, в какой степени клиницист может использовать интерпретацию при работе с детьми. Я использую интерпретацию в ограниченном объеме, предоставляя детям возможность самим объяснять смысл их игр, историй и



рисунков. Довольно часто интерпретация может ограничить детей, их игра может содержать «пласты смыслов», и терапевты, которые предлагают какие-то свои истолкования, могут неумышленно переориентировать и ограничить игру ребенка. Например, если истолкование сосредоточено на чувстве злости, возможно, ребенок будет упорно выражать недовольство и быть сердитым, так как уловил внимание терапевта к этой эмоции. Некоторые дети могут стараться специально угодить своему терапевту, получить одобрение и легко могут придумать такую игру, которая, как им кажется, интересует терапевта. Я согласна с Эсманом и другими терапевтами, придерживающимися игрового психоаналитического подхода в том, что клиницист должен наблюдать, документировать, выдвигать гипотезы и стараться понять клиента, но я считаю, что этой цели можно достичь без повсеместного использования интерпретации детской игры.

Структурная игровая психотерапия

В конце тридцатых годов начала развиваться более целенаправленная терапия, известная под названием «структурная психотерапия». Это направление возникло из психоаналитической системы взглядов, убеждения в катарсической ценности игры и убеждения в том, что терапевт должен занимать активную позицию в определении направления и цели психотерапии (Schaefer & O'Connor, 1983). В начале А. Фрейд считала полезной аффективную разрядку, снятие напряжения, но в дальнейшем стала поддерживать применение этого метода работы только в случаях тяжелого травматического невроза. Дэвид Леви (David Levy, 1983), вдохновленный



этим принципом и концепцией «навязчивых действий» 3. Фрейда, ввел понятие «высвобождающей психотерапии», предназначенной для работы с детьми, перенесшими травму. Созданная им терапия должна была помочь детям воссоздать травмирующее событие в игре. Ребенок снова и снова восстанавливал, проигрывал событие, что должно было помочь ему ассимилировать негативные мысли и эмоции, связанные с этим происшествием. Леви предостерегает от использования этой техники до тех пор, пока не сформировались прочные терапевтические отношения в лечении. К тому же, он советует избегать «погружения» (метод психотерапии, погружающий сознание больного в причину его невроза) в том случае, если ребенок истощен сильными эмоциями и, следовательно, не способен к их ассимиляции. Другие известные психологи, последователи структурной психотерапии, включая Гэмбиджа и Соломона (Hambidge & Solomon, 1938), считали, что если бы мы помогали ребенку выразить его гнев и страх через игру, дабы он не боялся негативных последствий, то это имело бы высвобождающий эффект. Гэмбидж предусматривает использование игрушек еще более целенаправленное, чем Леви, чтобы облегчить ребенку выражение и воссоздание травмирующей ситуации. Он способствует высвобождению эмоций ребенка, непосредственно воссоздавая травмирующее событие или жизненную ситуацию в игре.

Психотерапия отношений

Отто Ранк и Карл Роджерс в отличие от структурных терапевтов считали процесс психотерапии недирективным. Они были главными защитниками терапии



отношений. Терапия отношений основывается на теории личности, которая «допускает, что человек обладает не только способностью решать свои проблемы, но и всевозрастающей силой, которая делает более продуманное, разумное поведение более удовлетворяющим, чем неразумное поведение» (Guernsey, 1983, стр. 23). Это направление психотерапии придает особое значение полному принятию ребенка таким, какой он есть. Мустакас (Moustakas, 1996), другой выдающийся представитель детской психотерапии, утверждал, что искренность терапевта — главное условие успешного лечения. Кроме того, он полагал, что для достижения результата терапии необходимо сосредоточение на «здесь и сейчас». Экслейн (Axline, 1969) придает важность доверительным отношениям в процессе терапии, она рассматривает их как «решающий фактор» (стр. 74). Позднее Экслейн в своих работах четко обозначила преимущества недирективной терапии, особенно в имевшей большой успех книге «Дибс в поисках себя» («Dibbs in Search of Self»)¹.

Бихевиоральная терапия

В шестидесятых годах развивалась бихевиоральная терапия, основывавшаяся на принципах теории научения. Эта теория содержит в себе идеи положительного и отрицательного подкрепления, моделирования и поддерживает применение этих идей для оказания помощи детям с проблемным поведением. Терапия бихевиорального направления занимается лишь текущими проблемами

¹ См. русский перевод: Вирджиния Экслейн «Развитие личности в игровой терапии. Дибс в поисках себя», М., Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000.



поведения, она не занимается ни прошлым, ни эмоциями и переживаниями, которые могли предшествовать поступкам и служить их причиной, или эмоциями, сопровождающими поведение. Бихевиористы не пытались добиться аффективной разрядки или других выражений внутренних чувств, не стремились к тому, чтобы клиент пережил катарсис и отреагирование. Бихевиоральные методы непосредственно использовались при работе с детьми в игровых комнатах или для обучения родителей, чтобы они могли использовать эти техники дома. Это направление терапии широко использовалось в области решения детских проблем, особенно тех проблем, причиной которых был недостаток воспитания. В рамках этой теории игра использовалась как средство и не рассматривалась как ценность сама по себе.

Групповая психотерапия

Многие клиницисты стали экспериментировать: они собирали детей в группы, чтобы убедиться, что это имеет потенциал позитивного терапевтического влияния. Шефер (Shaefer, 1980) пишет, что Славсон (Slavson) проводил опыты по групповой работе в 1947 году, он работал с группой дошкольников. Члены группы во время сессий играли, рисовали, лепили — таким образом Славсон хотел помочь им «освободиться от эмоционального и физического напряжения». В 1950-м Шиффер (Schiffer) разработал такой метод работы, который стал известен как «терапевтические игровые группы», в них дети могли свободно общаться друг с другом при минимальном вмешательстве со стороны терапевта (Rothenberg & Schiffer, 1996). Согласно Шеферу, в этом



направлении терапии уникальным является то, что «ребенок должен научиться делить взрослого с другими детьми» (стр. 101): Групповая терапия пользуется в настоящее время популярностью отчасти потому, что она не требует больших усилий со стороны терапевта, к тому же уверенность в эффективности этого метода возрастает. Ялом (Yalom, 1975) отмечает такие многочисленные «целительные» свойства групповой терапии, как внушение надежды, универсальность, сообщение информации, поощрение альтруистического поведения, корректирующий анализ влияния родительской семьи, развитие коммуникативных навыков, имитационное поведение, групповая сплоченность, катарсис и экзистенциальные факторы — чувство собственного достоинства и чувство вовлеченности в группу¹. Крафт (Kraft, 1980) утверждает, что эффективное групповое лечение должно включать в себя следующие элементы:

«Ведущий, предпочтительно с мужчиной и женщиной в качестве ко-терапевтов, способствуют повышению сплоченности группы, определяют групповые цели, показывают, как нужно действовать, сохраняют у группы ориентацию на задачу, служат как образец и репрезентируют систему ценностей. Выполняя эти задачи, лидер может предложить внести ясность в происходящее, проанализировать транзакции, подвести итоги, поделиться собственными ощущениями, проанализировать эмоции других членов группы и время от времени очертить эмоциональное состояние группы на данный момент». (стр. 129)

¹Подробнее смотри в книге: Ирвин Ялом «Групповая психотерапия. Теория и практика», М., Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000.



Групповая терапия как терапевтическая стратегия, используемая при работе с детьми, продолжает оставаться популярной и в некоторых случаях является наилучшей альтернативой (Mandell et al., 1990; Johnson, 1993).

Песочная психотерапия

Краткое изложение основных моделей детской терапии было бы незавершенным без упоминания значительного вклада Доры Кальфф (Dora Kalff, 1980) в это направление. Она изобрела песочную психотерапию. Профессионалы, использующие в работе песочную психотерапию, а она базируется на юнгианских принципах, символически рассматривают песочницу как душу ребенка. Таким образом, терапевты этого направления интерпретируют то, какие предметы ребенок использует при построении композиции в песочнице и их положение в ней, а также прохождение ребенком различных стадий этого процесса. Хотя многие детские психотерапевты применяют игру с песком в терапии, песочная терапия — это особый терапевтический подход, со своими собственными техниками. Во многих современных работах по песочной терапии (например Bradway et al., 1990) исследуются различные применения и вариации этой модели.

Заключение

Я кратко выделила основные черты таких теорий, как психоанализ, гуманистическая, бихевиоральная и юнгианская психотерапии. Это основные теоретичес-



кие разработки, на которые полагается терапевт при работе с ребенком, любая другая известная техника может быть помещена в один из этих разделов. Необходимо также отличать различные виды детской психотерапии от детских психотерапевтических техник. Любая детская терапия базируется на определенной теоретической системе или концепции, в то время как техники содействуют этой теории. Некоторые виды детской терапии настолько гибки, что они включают в себя множество техник, а другие обладают лишь ограниченным их количеством. Еще одним способом провести различия между видами терапии могло бы быть разделение директивного и недирективного стиля игровой терапии.

ВИДЫ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

Недирективная, или клиент-центрированная, игровая терапия, которую поддерживают сторонники терапии взаимоотношений, ненавязчива. Она аналогична клиент-центрированной терапии, созданной Карлом Роджерсом (Carl Rogers, 1951). Создание этого особого вида игровой терапии приписывают Экслайн, которая описала этот подход в своей классической работе «Dibbs in Search of Self»¹ (Axline, 1964). Она различает директивную и недирективную игровую терапию по простому критерию: «Игровая терапия может быть директивной по своей форме — это значит, что терапевт может брать на себя ответственность за руководство и

¹ Русский перевод — В. Экслайн, «Развитие личности в игровой терапии. Дибс в поисках себя», М., Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000.



интерпретацию, и может быть недирективной — терапевт может переложить ответственность за происходящее и управление ситуацией на ребенка» (стр. 9). Согласно последнему типу терапии, ребенку позволяют выбирать то, во что он хочет играть, поддерживают его в этом выборе и предоставляют ему свободу играть столько, сколько он хочет.

Гернье (Guernsey, 1983) приводит две главные особенности клиент-центрированной терапии. Первая: она «способствует процессам развития и нормализации», и вторая — терапевт «должен доверить ребенку управление развитием событий, чтобы он сам выбирал подходящий ему курс» (стр. 58). Недирективный терапевт наблюдает за игрой ребенка, часто подтверждая вербально то, что он видит. В заключение Гернье утверждает: «Реализация личности в соответствии со своим собственным планом — цель недирективной игровой терапии» (стр. 21).

Недирективные терапевты вырабатывают гипотезы, которые затем проверяют на практике; интерпретации используются редко и только после достаточного количества наблюдений. Они концентрируют свое внимание на ребенке, стараются не задавать вопросов и не дают никаких указаний или инструкций. Недирективные техники всегда полезны на диагностической стадии лечения и, как отмечает Гернье, эффективны при решении широкого круга проблем.

Ссылаясь на вышесказанное, основное различие директивного и недирективного подхода заключается в активности клинициста в процессе терапии. Директивные терапевты структурируют занятие; выявляют, стимулируют бессознательные, скрытые процессы, вторга-



ются в них или напрямую пытаются выявить защитные механизмы и вести ребенка в тех направлениях, которые находят полезными. В отличие от них, недирективные терапевты «подчиняются ребенку, всегда центрированы на нем и пытаются уловить все его сообщения, даже самые скрытые» (Guerney, 1983). Также недирективная терапия, по своей природе, более краткосрочна, больше ориентирована на симптом и меньше зависит от феномена переноса, чем директивная.

Виды директивной терапии многочисленны и включают в себя среди других бихевиоральную и гештальт-терапию, некоторые виды семейной терапии. Определенные техники, такие, как терапия с использованием марионеток, рассказывание историй, некоторые формы арт-терапии, применяются в обоих видах терапии. Недирективный терапевт может предложить ребенку нарисовать что-нибудь или рассказать историю с помощью кукол, в то время как директивный терапевт может попросить ребенка нарисовать определенный предмет или рассказать какую-то определенную историю.

Чейзен и Уайт (Chasen & White, 1989) в своем исследовании того, следует или нет привлекать детей в семейную терапию, убедительно доказали потенциальную ценность директивного подхода в работе с семьей:

В той степени, в которой игра включена в терапию, семьи становятся вовлеченными в деятельность и демонстрируют высокий уровень активности. В той степени, в которой она является директивной, она оказывается эффективной и точной. Насколько она основывается на фактах, настолько она информативна в вопросах повседневной жизни. Ролевая игра обычно служит иллюстрацией всех трех факторов: она всегда увлекает, обычно она директивна, часто основывается на реальных событиях (хотя также может



быть и выдуманной). Особенно примечательными ее особенностями являются энтузиазм, с которым члены семьи имитируют друг друга, и честность, с которой они демонстрируют свою повседневную жизнь и те эмоции, которые она вызывает (стр. 9).

Другие авторы также поддерживали применение директивной терапии при работе с детьми. Мартинес и Вайлдиз (Martinez & Valdez, 1992) предполагали, что при работе с детьми клиницист должен занимать «более активную позицию», фокусируясь на несовершеннолетнем статусе ребенка как на «главном пункте анализа» (стр. 85). Их модель работы с несовершеннолетними детьми, описанная как «содействующий терапевт», структурирована так, чтобы «получить доступ к культурным и социокультурным темам», с единой целью — «оказать поддержку ребенку» (стр. 89).

Многие игровые терапевты строго разделяют директивный и недирективный подходы, но я думаю, что два этих направления в равной степени полезны и могут быть использованы вместе в зависимости от особенностей и потребностей конкретного ребенка. Гернье (Guerney, 1983) высказывает схожую точку зрения:

Не обязательно быть клиент-центрированным терапевтом и исключить все остальные подходы. Не обязательно придерживаться теории личностного роста и саморазвития, из которой развился подход, чтобы работать с системой успешно. Надо только придерживаться подхода в целом и не потворствовать тому, что многие практики ошибочно называют эклектизмом. Под эклектизмом в действительности понимается объединение лучших элементов из двух или большего количества различных подходов в новое интегрированное целое (стр. 59).



Глава 2

ИСТОРИЯ СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И ПРИМЕНЕНИЕ В НЕЙ ИГРОВЫХ ТЕХНИК

(глава написана при участии Карлы Каплан)

Вопрос о том, предоставлять или нет услуги по семейному лечению, был очень не простым для терапевтов сороковых годов. Социальная работа, направление, которое развивалось в то время, продемонстрировала необходимость сосредоточения на проблемах семьи, но сферы психиатрии и работы с семьей воспринимались как отдельные направления. Имеющиеся в то время теории вступали в противоречие с социальными нуждами послевоенного общества, и область психиатрии столкнулась с терапевтическим тупиком. Психоаналитическая теория Фрейда предполагала, что симптоматичное поведение является результатом нарушения регулирования внутренних структур — ид, эго и суперэго. Фрейдисты также считали, что такой недостаточный контроль над личностью почти никак не связан с социальными влияниями и должен был лечиться сам по себе. В результате этого лечение, во время которого присутствовали бы члены семьи, рассматривали как приносящее вред пациенту. В то же время психоаналитические техники настолько утвердились, что многие теоретики не стали рассматривать другие этиологические факторы, которые могли бы объяснить появление и сохранение проблемного поведения.

Как уже упоминалось ранее, в послевоенной культуре возрастал интерес к вопросу социального контек-



ста в личностных расстройствах. Это было связано отчасти с тем фактом, что традиционная психоаналитическая теория не могла дать ответ на то, как реагировать на возрастание уровня детской преступности. Например, традиционное психоаналитическое лечение воспринимали как метод медленного и утомительного лечения шизофрении. В результате исследования, проводившегося в то время с целью определить, каким образом лечить определенные расстройства (в частности, связанные с шизофренией и подростковой преступностью), сконцентрировались на изучении семейной терапии. В начале пятидесятых годов четыре группы начали работать над новой концепцией семейной терапии. Но до заседания Американской психиатрической ассоциации в 1956 году эти группы работали изолированно друг от друга.

Группа, которая позднее получит название «Группа Пало-Альто» — изначально в нее входили Грегори Бейтсон, Дон Джексон, Джон Уикленд, Джей Хэйли (позднее к ним присоединилась Вирджиния Сатир), — начала изучать семьи шизофреников (Bateson, Jackson, Haley, & Weakland, 1956). Сначала Бейтсон и его коллеги получали информацию о семье от самого пациента, не приглашая членов семьи, не беседуя с ними и не наблюдая за ними (на это все еще сохранялось табу). Они описали специфические различия в паттернах семейных взаимодействий между семьями, в которых жил шизофреник, и семьями других пациентов, и сделали предположение, что между развитием шизофрении и семейной динамикой могла существовать определенная связь.

Два характерных отличия, обнаруженные группой



Бейтсона, помогли сформулировать точку зрения, что семья — это «система», в рамках которой каждый ее член зависим от другого и другие зависят от него. Первое отличие представляло собой дисфункциональную форму «семейного гомеостаза» (термин введен Джексоном): если шизофреник начинает поправляться, то, вероятно, какой-то другой член семьи начинает деградировать. Другими словами, семейное устройство зависит от шизофрении как фактора, обеспечивающего равновесие, и ее члены оказываются не готовы к последствиям терапии. Вторая проблема была в том, что группа открыла «феномен двойной связи» («double-bind phenomenon»), описывающий ситуацию, в которой родители адресуют детям нелогичные и противоречивые сообщения. Например, родитель, который заявляет: «Я не зол», повышая голос и говоря это раздраженным тоном. По предположению Бейтсона, дети-шизофреники реагируют на родительские парадоксы тем, что начинают выражаться иррационально (Bateson et al., 1956)¹.

На другом конце страны проблемами работы с семьями занимался Мюррей Боуэн (Murrey Bowen), который присоединился к Лаймону Уайну (Lymon Wynne) в Национальном институте психического здоровья. Боуэн был рьяным защитником участия родителей (особенно матери) в процессе лечения. Его первая работа в клинике Меннингера (Menninger Clinic) была посвящена исследованию влияния диады мать-ребенок

¹ Более подробно ознакомиться с этим феноменом и другими аспектами человеческих взаимоотношений можно в книгах: Вацлавик П., Бивин Д., Джексон Д. «Прагматика человеческих коммуникаций», М., ЭКСМО-Пресс, 2000; Лэйнг Р. «Я и другие», М., ЭКСМО-Пресс, 2002; Николс М., Шварц Р. «Семейная терапия: концепции и методы», М., Изд-во ЭКСМО, 2002.



на поддержание шизофрении. Минуайл и Уинни (Meanwhile & Wynne) обнаружили, что индивидуальная терапия очень часто неэффективна в лечении тяжелого психоза и экспериментировали с совместной терапией.

В то же самое время, когда Боуэн проводил свои эксперименты в клинике Меннингера, там же работал другой пионер семейной терапии — Натан Аккерман (Nathan Ackerman). Аккерман работал главным психиатром в Детской клинике Меннингера (Child Guidance Clinic at Menninger) и изначально придерживался правила «держатъ пациента изолированно от семьи». Проводя свое исследование и наблюдая за неработающими шахтерами и их семьями, он пришел к выводу о чрезвычайной важности элемента семьи при формировании дисфункционального поведения. Он писал:

Среди неработающих шахтеров наблюдались депрессии, связанные с чувством вины, ипохондрические страхи, психосоматические кризисы, сексуальные расстройства и ущербная самооценка. Структура семейной жизни радикально менялась из-за неспособности шахтеров выполнять свою привычную роль кормильца семьи (1967, стр. 126).

Аккерман отмечает, что роли в семье изменились в результате того, что отец «забросил» семью. Этот и другие опыты привели его к заключению, что воздействия, несомненно, должны быть направлены на семью в целом. Аккерман начал время от времени наблюдать не только за пациентами, но и за их семьями в своем офисе или у них дома, так как ему нужны были средства для выхода из терапевтического тупика в случаях с трудными детьми.

Осознав важность семейной терапии как дисципли-



ны со своими собственными правилами, Аккерман умело воспользовался своими навыками и стал развивать театрализованный тип терапии, действующий по принципу «здесь и сейчас». Это привело к тому, что он стал одной из наиболее стимулирующих и интересных фигур семейной терапии. Сочетая свои знания о детях и о семье, Аккерман пришел к пониманию того, что *стратегически* важно, чтобы сеанс семейной терапии носил игровой характер. Его сценическое остроумие, которое часто было таким прямым, грубоватым и стимулирующим, что приводило пациентов в хохот, рассматривалось как наиболее верный способ разрушения психологических защит. Он умело комбинировал относительно недирективный метод соперничества между собой и членом семьи с безопасностью полусерьезной атмосферы, то есть использовал юмор, чтобы снизить сопротивление семьи. Аккерман показал, что игра, если она используется эффективно, дает ошеломляющие результаты (Ackerman, 1970).

Наравне с текстами Аккермана публикации Джона Белла (John Bell) принято считать первыми работами по семейной терапии в ее современном понимании. Белл, профессор психологии в Университете Кларка, столкнулся с семейной терапией благодаря недоразумению. Из беседы с Джоном Сазерлендом из Тавикс-токской клиники в Лондоне Белл узнал, что один из коллег Сазерленда наблюдал за целой семьей, которая в полном составе присутствовала на сессии. В действительности же Сазерленд лишь имел в виду, что Боулби встречался с каждым членом семьи индивидуально и только иногда со всей семьей вместе (Silverman & Silverman, 1962). Белла увлекла идея наблюдать за се-



мьей в целом. Он пытается проделать это и в 1958 году пишет о своих достижениях в предисловии к книге Аккермана «Психодинамика семейной жизни» (1958). В 1961 году Белл публикует свои открытия в статье, озаглавленной «Групповая семейная терапия».

Бегло ознакомимся с тем, что было сделано в теории и практике семейной терапии в шестидесятые годы. После того как теоретики стали признаны сообществом, в том числе психиатрическим, они начали развивать оригинальные стили работы. Некоторые из этих видов терапии близки тому, что мы сейчас называем семейной игровой терапией, хотя это происходило почти двумя десятилетиями раньше, чем семейная игра сама по себе вошла в обиход. В 1960 году Бейтсон и его группа старались разработать теорию, которая бы объясняла взаимодействие в семейных триадах. Бейтсон заметил, что в семьях шизофреников формирование диад происходит случайным образом, так, будто они принимают участие в состязаниях. Он сравнивает эти паттерны поведения с нестабильными играми с пятью участниками, которые были описаны в «Теории игр» Фон Ньюманна и Моргенштейна (Von Neumann and Morgenstern). Фон Ньюманн описывает игры, в которых возможности объединения постоянно меняются. Если человек занимал позицию «победителя», то он покидает свою группу и ищет того, с кем объединиться. В терапии коалиции появляются и исчезают сходным способом. Если кто-то вторгается в группу без приглашения или пара чувствует вину за то, что исключила третьего, то такие коалиции распадаются сами по себе. Бейтсон утверждает, что внутрисемейные связи ослабевают из-за постоянного разрушительного влия-



ния, которое несет в себе глубоко подсознательное «исполнение игр».

Хотя все работы, описанные выше, составляют основу семейной игровой терапии, самые широко известные и наиболее влиятельные из таковых были написаны Карлом Витакером и Виржинией Сатир (Carl Witaeker and Virginia Satir). Эти два творческих терапевта включили в свои ранние теории два самых важных компонента семейной игры: вовлечение в нее юных членов семьи и применение признанных игровых терапевтических техник.

Виржиния Сатир, участник группы Пало-Альто, понимала, что существует потребность в новом, нестандартном подходе к совершенствованию сеанса семейной терапии. В ее книге «Peoplemaking»¹, обсуждалась эта необходимость на двух примерах. Применяя технику «семейной скульптуры», Сатир попыталась обратить внимание не на ребенка, а на семью в целом. На сеансе каждый член семьи создавал скульптуру из других участников, физически и символически выражая этим свое отношение. После того как семья осознавала, что каждый из них являлся частью скульптуры, или проблемы, становилось проще найти решение этой проблемы.

Другой пример игровой техники, описываемый в ее книге, предназначался для того, чтобы показать важность работы вне офиса. Сатир (1972) предлагала детям трех лет и старше сделать следующее:

Сядьте на стулья рядом друг с другом... Каждый выбирает способ общения. Например, один из вас обвиняет, другой

¹В. Сатир «Вы и ваша семья», М., Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000.



примирает, третий тоже обвиняет... Займите соответствующее положение и удерживайте эту позицию в течение минуты. Затем сядьте и примите те же позы, но уже беседуя... не бойтесь переиграть или преувеличить (стр. 82).

После 5 минут такого общения участники должны сесть на места и пронаблюдать свои мысли и чувства, касающиеся игры, а именно — что проявилось во внутрисемейных отношениях. При использовании этой техники обнаружилось, что уровень коммуникативности и эмпатии в группах, возглавляемых Сатир, возрос и сохранялся и в повседневной жизни. Одна из самых интересных особенностей метода Сатир состоит в том, что особое значение придается семейной саморегуляции. На самом деле, этот метод был предшественником другого вида семейной психотерапии, называемой «филиальная терапия», в которой родителю отводится роль «терапевта» (Guerney, 1964).

После двадцати лет развития семейной терапии работа В. Сатир поставила следующий вопрос: будут ли другие формы игры настолько же эффективны, как и уже разработанные? Витакер, видимо, считал, что это так. Его игровые методы, которые он любя называл «терапия абсурда», состояли из спонтанных игровых провокаций, например, притвориться скучающим во время сеанса или настаивать на том, что семья больше не будет продолжать курс терапии. Но с помощью этих методов он хотел уменьшить сопротивление семьи и добиться желаемой реакции объединения и участия в лечении. В большей степени относящейся к сфере семейной игры и менее сенсационной является работа Витакера в Винконском университете, которая касалась привлечения для участия в сессии расширен-



ного состава семьи. Хотя Витакер в начале своих экспериментов особо не говорил о роли детей в терапевтической сессии, он был одним из первых, кто стал настаивать на том, что их присутствие необходимо. Витакеру понадобилось больше десяти лет, чтобы перейти от теории семейной игровой терапии к практике. Также, как и предшествующие пионеры этого направления, он испытывал сложности в обосновании валидности семейной терапии. Витакер хотел привлечь внимание психиатрического общества и убедить в том, что игра должна быть неотъемлемой частью сессии. В 1981 году, получив грант Национального института психического здоровья, Витакер и его коллега Дэвид Кит (David V. Keith) опубликовали работу «Игровая терапия: парадигма для работы с семьями» («Play Therapy: A Paradigm for Work with Families»), где в остроумной форме критиковали сопротивление семейной терапии (Keith & Whitaker, 1981). Перечисляя сходства между игровой и семейной психотерапией, Кит и Витакер (они оба были детскими психиатрами) рассматривают две группы: терапевты, использующие игру в курсе лечения, но не подозревающие о преимуществах работы с семьей в целом, и семейные терапевты, которые не знают о многосторонности игры. Более всего Кита и Витакера интересовали такие аспекты психотерапии, как свобода, неограниченность во времени и условиях, нерациональность, которые могли быть достигнуты с помощью игры. К тому же, они предположили, что их целью в семейной терапии должно быть достижение «чувства семьи», а игра расширяет возможности получения совместного опыта (стр. 244). В их статье ярко



описано, почему дети играют столь важную роль в процессе лечения:

Забота современной детской психиатрии о детях выражается в том, что на них не обращают внимания и исключают из семейной терапии... Отмечается растущая потребность включения детей в терапию... Семьи нуждаются в присутствии детей на терапии, поскольку это придает сходство с жизненной ситуацией. Мы снова и снова обнаруживаем, что изменения в семье менее заметны и происходят гораздо медленнее, если дети исключаются из терапевтического процесса (Keith & Whitaker, 1981, p. 244).

В статье также четко представлены потенциальные возможности использования игры.

Различные сцены, связанные с проявлением чувств страха и агрессии, могут быть разыграны с использованием доски и мелков. Используя солдатиков, можно изобразить на полу целые батальные сцены. При этом на школы, больницы, города, страны, на родителей, детей и психотерапевтов могут «падать бомбы». Все это имеет колоссальную силу воздействия, поскольку оказывается вынесенным за пределы «реального мира». Это не только цивилизованный, культурный образ повседневной жизни, это отражение самых грубых, самых вызывающих, совершенно не приукрашенных, наиболее извращенных ее форм. Поэтому кабинет игровой терапии является подобием современного кинотеатра, на экране которого могут демонстрироваться фантастические образы, сексуальные аномалии, убийства, суицид и насилие. Все это свободно и открыто выражается ребенком, которого никак не ограничивают в его действиях. Высвобождая все это, ребенок более терпимо и спокойно относится к собственным дефектам, странностям, особенностям своего внутреннего Я. Таким образом, его внутренний опыт открывается для мира человеческих отношений (стр. 245).



Хотя Кит и Витакер оставили очень мало конкретных описаний того, как именно они применяли игру при работе с семьями, их общие рекомендации для терапевтов состояли в следующем: участников следует располагать на полу; детей можно усаживать на колени; участники могут меняться ролями и говорить «от лица» другого; терапевт способствует разрушению внутрисемейных группировок; смеется вместе с другими над кем-то из семьи; учит выражать их свои подавленные желания через парадоксальное вмешательство, например, просит одного участника помочь другому человеку изобразить самого себя; говорит глупости, шутит; ведет себя еще более бессмысленно, чем клиент; действует в соответствии со своими внутренними импульсами, даже если его поведение кажется абсурдным; притворяется плачущим, если ребенок отказывается играть.

Кит и Витакер говорили, что они «всегда были готовы начать играть» (стр. 251), поэтому они просили родителей приводить с собой детей и держали всегда под рукой игрушки. Тем не менее они перечислили несколько ситуаций, в которых игра, по-видимому, особенно важна: когда терапевт находится в затруднительном положении; когда имеет место продолжительная патология; когда участники не воспринимают свою семью как нечто целое; когда отсутствует сплоченность и каждый думает только о себе; когда имеет место спутанность поколений, которая проявляется в отклоняющихся от нормы случаях с «родительствующими» детьми; когда терапевт сталкивается с непреодолимым барьером в виде шизофрении; когда семья отрицает наличие каких-либо проблем, несмотря на очевидную



дисгармонию в отношениях; когда существуют культурные или социальные противоречия среди членов семьи; когда терапевту отказывают в доступе, исключают его, и когда семья становится «безумной и скатывается в хаос» (стр. 252). Далее они писали, что игра малоэффективна при работе с семьями, которые отличаются очень ригидной структурой, когда в семье кто-то умер или имели место другие «сакральные» ситуации, когда терапевт испытывает сильную тревогу в игре, увлекаясь игрой, теряет контроль или когда игра задумывается исключительно для того, чтобы снизить тревогу семьи, поскольку они обнаружат, что тревога необходима, чтобы обеспечить толчок для изменений.

Как читатели могут помнить, вопрос о том, сколько времени занимает терапия, ранее уже обсуждался. В действительности, семейная терапия возникла в ответ на длительное, утомительное лечение шизофрении. Игровая терапия, в свою очередь, представляется ответом на длительную и утомительную процедуру семейной терапии, практиковавшуюся до того, как в терапию пришли Кит и Витакер. Таким образом, игровая терапия стала звеном в поиске лучшей теоретической мышеловки — лучшей идеей для тех семейных терапевтов, которые могли также свободно экспериментировать, как Витакер и Сатир.

Другие семейные терапевты не были настолько готовы работать с чуждым для них миром семейных игр. В семидесятые годы появились лишь разрозненные статьи по этой теме (например, Bloch, 1976; Dowling & Jones, 1978; Villeneuve, 1970; Zilbach, Bergl & Gass, 1972). Возможно, это произошло потому, что семейную терапию считали мимолетной причудой. Считалось,



что семейная терапия может применяться в гораздо меньшем масштабе и представляет собой незначительный интерес. Вероятно также, что многие семейные терапевты воспринимали игру как нечто слишком сложное и абстрактное, чтобы использовать ее в работе с семьей, или что техники, которые подразумевают игровой подход, слишком сложны, чтобы им можно было обучить. Например, Кобак и Уотерс (Kobak and Waters, 1984) писали: «Писать об игре и об игровом взаимодействии так же тяжело, как давать кому-нибудь уроки на тему, как быть смешным и забавным» (стр. 96). К тому же, то, что семейные игровые техники разрабатывались и демонстрировались такими харизматическими и выдающимися терапевтами, могло произвести парадоксальный эффект: многие техники, которые они демонстрировали с такой легкостью, казались непомерно сложными для обычных клиницистов. Чейзин и Уайт (Chasin and White, 1989) утверждали, что «в действительности, в реальной практике дети гораздо чаще исключаются из семейной терапии, чем принимают в ней участие» (стр. 5), и продолжали далее, что дети не включаются в сеансы терапии по следующим причинам: «детей ограждают от информации или действий, которые могут причинить им вред» (стр. 6); клиницисты отдают предпочтение теории, которая настаивает на том, чтобы работать исключительно со взрослыми; клиницисты верят в то, что «окончательная разгадка и решение проблемы заключается в родительской подсистеме» (стр. 6); потому что прием семьи без детей является самым «эффективным способом помощи семье» (стр. 6); клиницисты опасаются того, что совместная работа со взрослыми и с детьми невозможна, потому



что, когда дети скучают, они сбивают с толку и уводят в сторону от терапевтической работы, или, наоборот, работа с детьми и использование игровых техник может отдалить других членов семьи. В заключение Чейзин и Уайт пишут, что «некоторые терапевты уверенно работают с детьми и со взрослыми, но на разных сессиях. Они могут сопротивляться участию детей в совместной терапии, потому что техники, которые они применяют при работе с детьми и со взрослыми, имеют очень мало общего» (стр. 6). Эти авторы предлагают множество техник (в первую очередь ролевую игру), с которыми можно было эффективно работать одновременно и с детьми, и со взрослыми.

В 1985 году Ариэл, Карел и Тиано (Ariel, Carel, Tuano) сделали значительный вклад в применение игры в работе с семьями, рекомендуя использовать «игру-воображение», которая, по их мнению, является «необычайно ценным и пластичным средством экспрессии и коммуникации» (стр. 10). Они также предполагали, что, если терапевт вовлечет семью в такую «игру воображения», это будет способствовать расширению выбора директивных или недирективных способов коммуникации. Вместо того чтобы проговаривать все вслух и тем самым выяснять отношения, семья может разыграть коммуникацию в рамках «воображаемой» игры. Более важным моментом является то, что Ариэл и его коллеги, несомненно, поддерживают активное участие в терапевтической сессии маленьких детей и считают это очень важным. Они подчеркивают парадоксальную природу «воображаемых» игр, в которых человек притворяется, что делает что-то или говорит что-то от лица другого или становится кем-то другим. Они по-



ощряли терапевта занимать партнерскую позицию в семейной игре — быть зрителем, режиссером или актером; или брать на себя множество других ролей: наблюдателя, комментатора, критика или генератора идей. Авторы делают вывод, что использование «воображаемой» игры позволяет терапевту узнать больше об эмоциональной жизни членов семьи, их желаниях и стремлениях, сильных и слабых сторонах, а также потенциальных возможностях.

Кобак и Уотерс (1984) замечают, что об игре можно судить как о метакоммуникации и как о «деятельности, совершаемой в необычных обстоятельствах, поэтому ее результаты могут быть неожиданны» (стр. 95). Опираясь на исследования игр животных, они утверждают, что игрой в сессии семейной терапии можно манипулировать разными способами и с помощью этого помочь семье найти новые возможности для изменений. Это достигается главным образом благодаря тому, что «терапевт постоянно экспериментирует в процессе игры: дает начало, прерывает, вносит изменения в последовательность игры и очередность исполнения ролей, дает указания, реорганизует, обрывает взаимодействия и восстанавливает их, преувеличивает или игнорирует отдельные факты» (стр. 96). Если такие манипуляции не вызывают отторжения, то терапевт продолжает придерживаться экспериментального типа поведения, надеясь, что прежние проблемы и паттерны взаимодействия трансформируются в нечто новое. Они называют такие стратегии «пороговая игра», она содержит в себе смесь запланированного направления и открытой программы. Кобак и Уотерс предостерегают, что в этих техниках есть определенный риск, который берет на



себя терапевт, и что «пороговая игра» есть нечто большее, чем техника, — это «образ мышления, настроение и метакоммуникация» (стр. 96).

Джоан Зильбах (Joan Zilbach, 1986) написала великолепную книгу, в которой проследила историю игры в рамках семейной терапии. (Недавняя книга Шефера и Кэри (1994) собрала много важных статей, которые содействовали и поддерживали возможность применения игры в семейной терапии.) Зильбах ссылается на Аккермана (отца семейной терапии) и Сатир (мать семейной терапии), которые твердо отстаивали точку зрения, что дети должны участвовать во всех сессиях семейной терапии, в том числе и маленькие дети. Зильбах отмечает, что, хотя Сатир обсуждала проблему участия детей в предварительной беседе с семьей в книге «Conjoint Family Therapy» (1964) и акцентировала внимание на вербальных техниках с детьми и некоторых других, таких, как движение, танец, игра и драма, она не включила обсуждение игры в семейной терапии.

Зильбах отмечает, что Минухин (Minuchin) всегда включал детей, рассуждая о структуре семьи, и делал отдельные замечания по поводу положения детей внутри семьи. Она утверждает, что игра не описывалась им подробно, но он поддерживал ее во многих своих работах. Он упоминал использование игровых материалов, например маленьких стульев и игрушек, также он включал игровые техники во множество случаев своей практики (Zilbach, 1986). Например, Минухин рассказывает о встрече с семьей, в которой было трое детей младше 6 лет: «терапевты, родители и дети сидели на полу, строили башни и катали машинки» (стр. 32). Зильбах замечает: «встречаются небольшие описания



игры наряду с другими структурными описаниями семьи. Но им не уделялось особенно много внимания, они достаточно отрывочны» (1986, стр. 33).

Зильбах описывает Витакера как «терапевта, открытого для игры», «энтузиаста и одного из наших последовательных сторонников в вопросе вовлечения детей и применения игры», который подчеркивал важность игры с детьми и семьями (стр. 34). В продолжение Зильбах говорит, что Витакер разработал особые виды игр, которыми он с удовольствием пользовался при работе с семьями, но другим семейным терапевтам нелегко было применять их. В частности, он придумал технику, называемую «игровое сражение», куда входили некоторые достаточно агрессивные игры с детьми. Витакер приводил такой пример: «Если они кусались, то мы кусались в ответ. Мы подробно и с серьезным видом обсуждали их садистские фантазии об отрывании голов, выкалывании глаз или выбивании мозгов» (Keith & Whitaker, 1977, стр. 120). Витакер утверждал, что такие игры часто становились средством, благодаря которому бессознательное содержание выходило на поверхность в фантазиях или рисунках.

Некоторые терапевты, такие, как Фулуэйлер (Fulweiler) (Haley & Hoffman, 1967), поощряли участие маленьких детей в совместной детско-родительской сессии, если ребенок был «достаточно взрослым для такого участия», и даже давали рекомендации, как это определить (стр. 20). Большинство терапевтов придерживались субъективных критериев, таких, как: если ребенок может включаться в вербальное общение или если терапевт чувствует себя комфортно в присутствии ребенка. Точка зрения Фулуэйлера, в сущности, отража-



ет мнение большинства, полагающегося на системную теорию семьи, чтобы объяснить исключение из работы маленьких детей. Он полагал, что терапевтическая сессия проходит наиболее эффективно при работе в триадах (комбинация два родителя и ребенок), потому что при сочетаниях больших, чем триады, количество взаимодействий намного превышало способность терапевта наблюдать и реагировать на них.

Зильбах ссылается на статью Монтальво и Хэйли (Montalvo and Haley, 1973) «В защиту детской терапии», где всесторонне обсуждается проблема исключения детей из семейной терапии и семейным терапевтам рекомендуют рассмотреть вопрос о включении игры, поскольку это может способствовать позитивным изменениям как у детей, так и у всей семьи. Джатмен и Вилленью (Guttman, 1975; Villeneuve, 1979) также обсуждали важность участия детей в терапии и говорили о недостатке материалов и описаний методов работы с детьми, подчеркивая необходимость конкретных методик.

Семейная терапия получила импульс к развитию в 1960-е и 1970-е, и я бы хотела рассмотреть некоторые из причин этого. В этот период было разработано много нового в добавление к тому, о чем уже упоминалось выше. Ирвин и Маллой (Irwin and Malloy, 1975), когда писали статью, посвященную семейному интервью с использованием марионеток, заметили, что «семейные терапевты разработали большое количество новаторских техник, направленных на то, чтобы облегчить общение и взаимодействие между членами семьи, которое происходит сразу на нескольких смысловых уровнях» (стр. 170). Среди этих техник семейный Роршах,



филиальная терапия; объединенные семейные сессии; совместная семейная разработка плана какой-либо деятельности; совместное выполнение задач, в том числе семейная творческая работа; расстановка одним членом семьи всех остальных в сценку, отражающую их отношения; создание всей семьей коллажей, картин или рисунков. Было разработано несколько настольных игр для всей семьи. Игра «Изменение в семье» (Berg, 1982) помогала детям справиться с разводом родителей, игра «Найти решение» (Blechman, Kotanchik & Taylor, 1981) и «Игра в семейный контракт» (Blechman, 1974) помогали членам семьи совершенствовать навык решения проблем. Ирвин и Маллой (Irwin and Malloy, 1975) рассказывали о пользе семейного интервью с использованием марионеток (смотрите 4 главу). К тому же, некоторые игровые техники обеспечили инструментами и групповую терапию (Hoffman & Rogers, 1991). Ирвин и Маллой утверждали, что все эти разнообразные «виды деятельности» «имеют общую цель, а именно — стимулировать вербальную и невербальную коммуникацию, обнаружить каким образом семья мобилизует себя при стремлении к цели или выполнении задания» (стр. 181). Хотя все эти творческие приемы работы были задокументированы и могут время от времени использоваться клиницистами, техники, которые задействуют игру при работе с семьей, никогда не будут широко приняты и использоваться как семейными, так и игровыми терапевтами. Литературу о детях в семейной терапии можно встретить очень редко, она не систематизирована, а когда обсуждается участие детей в терапии, это обычно касается детей старшего возраста и подростков, которые проявляют большее сопро-



тивление игровым техникам, применяющимся или индивидуально, или в семейной сессии.

В добавление к уже упоминавшимся сторонникам игры в семейной терапии, идею включения детей в семейную терапию и вовлечения семьи в работу с помощью игровых техник также поддерживали Комбринк-Грэхем, Зильбах, Шэрф и Шэрф, а также Эриел (Combrink-Graham, 1988; Zilbach, 1986; Scharff and Scharff, 1987; Ariel, 1992). Комбринк-Грэхем утверждает, что дети привносят нечто новое и важное в терапию, причем игра позволяет им освободить свои истинные чувства. Она отмечает, что в повседневной жизни у детей и взрослых «очень мало общего» (стр. 6) и что терапевт должен помочь семье найти баланс между деятельностью ради детей и деятельностью ради взрослых. Комбринк-Грэхем пришла к выводу, что в работе эффективны такие методы, как кинетический рисунок семьи, свободная игра или свободное рисование; ролевое проигрывание различных ситуаций, например, когда члены семьи имитируют друг друга. Она предполагала, что такие формы деятельности помогают членам семьи достичь взаимной эмпатии.

Зильбах уверена, что игра не воспринимается серьезно, потому что взрослые не понимают, что для ребенка игра — это «работа». Но в то же время она считает, что игра предусматривает прямое выражение важных данных, касающихся семьи; снижает тревожность у взрослых, которые, словно дети, становятся увлеченными и поглощенными деятельностью, и позволяет детям сдерживать собственную тревогу. Зильбах обнаружила, что дети в семейной терапии быстро воспроизводят основные проблемы, существующие в семье (на-



пример, ребенок рисует шторм, изображая ссору родителей); также они могут быть союзниками терапевта, помогая преодолеть сопротивление посещению сеансов, иногда они выступают как бы детекторами скрытых проблем. Этот терапевт предлагает использование простых игровых материалов, таких, как бумага, фломастеры, цветные карандаши, пластилин, куклы, фигурки, изображающие членов семьи. Она предлагает «вводить некоторые игрушки для специально предназначенных целей. Например, невербальному освобождению от агрессии через игру способствует предмет, предназначенный для ударов... большая подушка или... пластиковая груша, которая качается из стороны в сторону, когда по ней ударяют» (стр. 136).

Шэрф и Шэрф обнаружили, что маленькие дети, которые еще мало знают о защитах семьи, часто «выбалтывают» важные факты, причем никто из членов семьи не наказывает их за это. Более того, наблюдение за реакцией членов семьи на поведение ребенка может послужить хорошим барометром общей семейной динамики. Эти терапевты поддерживают применение некоторых стратегий в семейной терапии с маленькими детьми: использование игровых материалов; позволение детям играть в то время, когда другие члены семьи разговаривают; совместная работа с другим терапевтом, который отвечает за работу с ребенком (или с семьей). Эти предложения не подразумевают применение игры как терапевтического инструмента для взрослых, так же как и для детей. Шэрф и Шэрф также рекомендуют привязывать игровое поведение ребенка к терапии, которая проводится с семьей, например, клиницист просит ребенка доработать рисунок, созданный родите-



лями, или использует результаты детского творчества в качестве материала для семейного обсуждения, или может установить непосредственную связь: «Джонни, по-видимому, нарисовал семейную проблему». Они предупреждают, что такие прямые техники могут казаться угрожающими и оказывающими давление на маленьких детей и, следовательно, могут быть более эффективны для детей старшего возраста. Как пишут Шэрф и Шэрф, игра может стать основной деятельностью в семейной сессии, сфокусированной на детях или когда применяется с целью снижения тревоги и определения семейных реакций на ситуацию, когда детям позволено играть, в то время как другие члены семьи разговаривают.

Широкое обсуждение проводилось относительно использования совместной игровой терапии для детей и родителей. Сафер (Safer, 1965) описывает совместную игровую терапию как вариант семейного лечения, цель которого — исправить конфликтное взаимодействие ребенка и родителей. Терапия проводится в обычной игровой комнате, и ребенок выбирает игру, в которой будут участвовать и родители. Цель совместной игровой сессии — дать терапевту возможности для определения типовых паттернов взаимодействия и предложить альтернативные. Клиницисты, остающиеся в основном ориентированными на ребенка, наблюдают его игру и интерпретируют ее в контексте семьи. Другими словами, игра «репрезентирует и отражает» дисфункциональные отношения между ребенком и родителями.

Грифф (Griff, 1983) описывала в своей книге «Семейная игровая терапия» кратковременную технику ра-



боты с детьми и семьями, используемую терапевтом в дополнение к другим приемам. Грифф утверждает:

Семейная игровая терапия обеспечивает такой подход, при котором родители могут обучиться более эффективным способам взаимодействия с детьми, причем созданная на сессии атмосфера не только улучшает восприимчивость к подобной информации, но и позволяет детям чувствовать себя свободно и комфортно. Эта техника позволяет терапевту выступить моделью поведения для родителей, если раньше у них не было образцов поведения. Создается контролируемая и безопасная обстановка, в которой родители могут свободно экспериментировать, применять различные роли, пытаться измениться (стр. 67).

Грифф говорит, что эта техника достаточно гибкая. Это значит, что ее можно применить в любой момент лечения после того, как установились доверительные отношения между терапевтом и семьей. В технику входит заключение договора о 8—10 семейных терапевтических сессиях; выбор одной или двух отдельных конкретных целей; установление промежуточных и основных этапов достижения этих целей. Необходимо попросить детей и родителей перечислить те игры, которым они отдают предпочтение, и подобрать те из них, которые соответствуют стилю семьи; ввести в эту деятельность и руководить ею; моделировать новые паттерны и навыки; способствовать тому, чтобы родители и/или дети инициировали и осваивали новые навыки независимо от сессии. Грифф объясняет, что «[игровая семейная терапия] не обязывает придерживаться специфической техники, которая может подходить или не подходить отдельной семье... Этой модели свойственна гибкость в применении, определенное положение и



форма: кратковременность, адаптируемость, направленность на то, чтобы вывести семью из повторяющихся циклов неудач и страхов, связанных с попытками достижения изменений» (стр. 75).

Конвей (Conway, 1971) предложила пройти совместную семейную терапию десяти семьям, в которых были дети первого и второго классов, имеющие низкий уровень школьной адаптации по сравнению со своими ровесниками. Она обнаружила, что в тех семьях, которые прошли совместную терапию, значительно снизилось количество негативно окрашенных взаимодействий и изменилось соотношение позитивных и негативных интеракций в пользу первых. В этом исследовании игровые стратегии не были задействованы, точнее, в нем применялись другие техники, чтобы облегчить эмоциональное общение членов семьи. Шиди (Sheedy, 1978), используя в качестве образца четыре семьи, имевшие опыт сессий совместной терапии с элементами игровых техник, обнаружил, что взрослые участники переживали эти сессии как «нечто сверхординарное, вызывающее воспоминания и эмоциональные переживания, пробуждающее мысли и чувства, которые содержали все разнообразие человеческого опыта» (стр. 390).

Эриел (Ariel, 1992) сделал существенный вклад в наше понимание игры. Он разработал метод анализа детской активности, заключающей в себе притворство, фантазии и воображение себя кем-то другим. Эриел заинтересовался тем, что игра, «по-видимому, тяжело поддается научному описанию и объяснению», и счел, что для этого можно воспользоваться «критериями тщательности и точности», принятыми в таких дисцип-



линах, как лингвистика, семиотика, логика, этология человека, которые он изучал. В результате, Эриел последние 15 лет своей жизни посвятил исследованиям и развитию своих теоретических и практических знаний о вышеупомянутых типах игр, дабы расширить познания в этой области. Он говорил, что игра похожа на «новый континент, который открыли, но до конца еще не исследовали».

Семейные и игровые терапевты проделали громадную работу по пропаганде участия детей в семейных сессиях, использования игровых техник для эффективного вовлечения детей в терапевтический процесс и по разработке креативных и активных техник, которые могли сблизить детей и взрослых, дабы они могли общаться и находить решения конфликтов. В то же время лишь минимальные исследовательские усилия прилагались к тому, чтобы документировать, обосновывать то, каким образом игровые техники могли быть полезны в работе с детьми и их семьями. Должны быть приняты попытки изучения эффективности семейных сессий с маленькими детьми, где игровая техника была бы представлена как семейная. В последующих главах будут перечислены все возможные мнения и выдвинута основная причина использования игры в рамках семейных терапевтических сессий.



Глава 3

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ИНТЕГРАЦИИ ИГРОВОЙ И СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ

Интеграция игры в семейную терапию усиливает оба этих терапевтических подхода. Как описывалось в первой главе, игровая терапия предоставляет детям возможность освободиться от сдерживаемых эмоций, выразить себя вербально, невербально и через использование символов; компенсировать проблемы, существующие в реальности; найти выход из них; повторить бесчисленное количество ситуаций, с которыми дети могут столкнуться в воображаемых играх. Цель игровой терапии — помочь детям идентифицировать и выразить их переживания здоровым способом, а не симптомообразующим, а также способствовать тому, чтобы они проработали неприятные для них эмоции, нашли альтернативный, не порождающий проблем способ поведения.

Семейная терапия фокусируется на взаимодействиях между членами семьи, вместе составляющими нечто целое, систему, которая может испытывать широкий спектр трудностей функционирования. Как уже обсуждалось во второй главе, хотя семейные системы часто включают маленьких детей, семейные терапевты с неохотой вовлекают их в совместную работу во время сессии. Первичная клиническая задача в семейной терапии заключается в оценке функционирования семьи, выявлении и определении проблем, предпринятых се-



мьей попыток их решения, происхождение симптомов, последствия проблем и способы их сохранения, а также паттерны взаимодействий, которые созданы и поддерживаются симптоматичным поведением и мешают разрешению конфликтов. Хотя большинство клиницистов предпочитают беседовать со взрослыми и подростками, чтобы получить важную вербальную и невербальную информацию, они часто игнорируют маленьких детей, оставляя их на заднем плане при встрече с семьей, и пока имеет место терапевтическая работа, пытаются дать им что-нибудь, чтобы они «были заняты». Маленькие дети часто могут быть лучшими помощниками терапевта, они могут выявить скрытые проблемы: обычно они не заинтересованы в сознательном или бессознательном обмане, и они очень чутко воспринимают семейные проблемы. Также дети могут рассказывать о проблеме совсем с иной точки зрения, нежели взрослые, следовательно, клиницисту может быть во многом полезно наблюдать за детьми, слушать и расшифровывать их многочисленные сообщения.

И семейным, и игровым терапевтам присуща одна общая замечательная черта: они, безусловно, самые творческие и динамичные терапевты. Семейные терапевты, в частности, разработали массу экспрессивных техник, которые получили широкое применение, такие, как ролевая игра, психодрама, семейная скульптура, также как и другие, которые вовлекают семью в динамический процесс, который или углубляет или замещает вербальную коммуникацию. Это заблуждение, что семейным терапевтам (за исключением тех выдающихся исключений, о которых упоминалось в предыдущих



главах) что-то мешало или они не могли вовлечь в семейное лечение маленьких детей. Эту ситуацию можно объяснить нежеланием рассматривать детей как интересных или способных собеседников, в частности, потому что их вербальные способности еще не полностью сформированы. Вместо этого большинство терапевтов пытались навязать маленьким детям взрослый мир. Обычно это происходило в случае с детьми, которые еще не могли взаимодействовать вербально. Терапевты в такой ситуации отводили им скромную, неприметную роль в сессии, согласно которой они удостоивались внимания, лишь когда родители жаловались на их поведение или обсуждали вопрос о том, что можно предпринять по поводу обычных поведенческих проблем. Даже тогда клиницисты могли проигнорировать очевидную пользу от наблюдения детско-родительских отношений и встречаться исключительно с родителями, без детей. Эта цепь событий происходит вопреки тому факту, что Кит и Виткер (Keith and Whitaker, 1981), так же как и другие, предупреждали, что «позитивные изменения в семье менее заметны и происходят гораздо медленнее, если дети не включены в терапевтический процесс» (стр. 244).

Демонстрируя схожие паттерны, игровые терапевты чувствуют себя более удовлетворительно с детьми и в рамках детской терапии и часто воспринимают взрослых, особенно группы взрослых, как нечто пугающее и подавляющее. Эти терапевты избегают иметь дело со старшими членами семьи, делают это только по необходимости, при отчетах о продвижении терапии и на заключительной встрече.



МИР ВЗРОСЛЫХ И МИР ДЕТЕЙ

Дети не полагаются исключительно на речь. Сперва их язык неразвит, поэтому они не могут выражать себя вербально и не рассчитывают на это. Ребенок, который начинает ходить, обращает свое лицо, сжимает кулачки и ударяет ими по кроватке, повторяя слово «ба-ба», является мастером общения, который, используя вербальную и невербальную коммуникации, добивается своей цели. Дети полагаются на мимическую экспрессию, интонации голоса, телесные движения, позу при общении, в то время как взрослые полагаются на вербальный способ коммуникации, значительно ограничивая свой репертуар.

Когда взрослые ограничивают себя, воспринимая и отвечая только на вербальные реплики детей, они навязывают им взрослый мир. Это неудачно и ненужно — теряется возможность полноценного и приятного контакта с детьми. Дети зависимы от других в том, что касается их выживания, но, когда взрослые ограничивают свое восприятие лишь словами, они часто не понимают или не замечают того, что нужно детям. Поведение детей требует толкования. Поэтому компетентные родители и профессиональные клиницисты ведут себя как детективы, они всегда спрашивают себя: что означает то или иное поведение и/или сценарий игры, вместо того чтобы всегда одинаково, необдуманно интерпретировать поведение ребенка. Взрослые, которые смотрят на детские слезы только как на индикатор «грусти», могут оказаться не способными понять ребенка, который плачет от радости или усталости. Следовательно, если родители жестко интерпретируют поведение детей, то может получиться, что они успокаивают



вают и утешают ребенка, хотя на самом деле ему необходимо вздремнуть или от души посмеяться.

Маленькие дети — прирожденные исследователи, которые с неутолимимым интересом изучают территорию. У них превалирует чувственное восприятие мира, в начале дети получают информацию через осязание, вкус, запах, слух. В особенности осязание поставляет детям очень много информации, когда они пытаются схватить, толкнуть, растянуть и попробовать на вкус предметы, которые их окружают. Когда взрослые лишают ребенка возможности такого исследования, наказывают, велят ему делать что-то другое, пытаясь сохранить порядок или контроль, они навязывают ребенку свой взрослый мир. Таким образом, дети оказываются лишены огромного опыта самостоятельного изучения мира и ограничиваются лишь теми вещами, на которые их направили родители, а они представляют собой очень ограниченную сферу опыта.

Дети обладают способностью к воображению, которая, к сожалению, снижается с годами. Они могут превратить простой стул в крепость, машину, поезд, дом, лошадь, на которой можно ездить, и бесчисленное множество других вещей. Печально, но взрослые теряют эту способность. Часто они не знают, как играть с детьми, которые наливают воображаемый чай в блюдца и настойчиво требуют, чтобы взрослый сказал им, нужно ли в чай положить сахар или он и так хорош. В ущерб себе взрослые (в том числе и клиницисты) с неохотой играют с детьми, так как они неспособны использовать свое богатое воображение. Когда они играют механически, отдаляясь от детей, они упускают возможность проникнуть в их яркий, живой мир. Когда



взрослые способны установить личный контакт с ребенком и войти в его мир, глубина контакта увеличивается, устанавливается взаимная привязанность или эмоциональная связанность. Поскольку родители и терапевты очень часто оказываются одинаково неспособны контактировать с ребенком на таком глубоком уровне, взрослый мир обычно торжествует. Дети прекращают играть сами по себе, играть легко и свободно.

Дети полностью используют свой жизненный опыт в создании фантазий и воображаемых историй. Кто сомневается в том, что ребенок, рассказывающий историю про принца, убивающего дракона, образно говорит о собственных стремлениях к власти, желаниях преодолеть страх и опасность? К сожалению, взрослые забывают о том, как использовать метафоры, чтобы научить чему-нибудь детей или чтобы прореагировать на проблему ребенка более эффективным способом. Взрослые обычно пасуют, когда их просят выдумать историю, и могут только обратиться за помощью к книгам, которые читают снова и снова, несмотря на то, что дети не перестают получать от этого удовольствие. Взрослые держат двери закрытыми, когда они уже не могут восстановить свои умения, они отказываются от прежних увлечений в пользу рациональной, целесообразной жизни взрослого мира.

Эта неспособность установить контакт с детьми может породить множество трудностей в детско-родительских отношениях, например, когда невосприимчивые или замкнутые родители позволяют детям играть в одиночестве, потому что чувствуют некомпетентность или неадекватность при игре с ними; или когда родители постоянно препятствуют желаниям ребенка, или



не знают, как утешить его, потому что они смотрят на его поведение с точки зрения линейного развития, или не могут растолковать различные варианты общения ребенка со взрослым. Родители могут обижаться, потому что они не чувствуют ответной благодарности от детей и поэтому избегают их. Родители даже могут быть очень назойливыми, стараясь понять игру ребенка, и прерывают его, спрашивают слишком часто, вместо того чтобы наблюдать и искать скрытые значения и символы игры. Все эти факторы, которые происходят от непонимания особенностей развития ребенка и стилей его общения, приводят к дисгармонии, чувству обиды и возмущения, отдалению и конфликтам, полному отсутствию значимых контактов, всему тому, чего можно избежать, если пытаться понять мир ребенка и уважительно к нему относиться.

К сожалению, не только родители испытывают эти трудности, это также справедливо и по отношению к терапевтам! Когда дети приходят на прием к терапевту с множеством проблем и забот, терапевты часто попадают в ту же ловушку, что и родители, — ограничивают свой диапазон знаний и контактов с детьми, ждут от них определенного поведения, и этим ограничивают возможности развития. Моя базовая точка зрения заключается в том, что взрослые должны перестать налагать на детей образцы взрослых взаимодействий и взаимоотношений и требовать от детей, чтобы они участвовали в том, с чем они не могут успешно справиться. Напротив, я поддерживаю такой способ работы, когда клиницисты проникают в мир ребенка и ориентируют на это же родителей, таким образом предоставляя детям возможности насыщенного и взаимного эмоционального контакта с миром взрослых.



Слияние миров

Взрослые функционируют в одной области, в то время как дети действуют в другой. Некоторые родители по мере взросления ребенка стараются помочь ему освоить сферу деятельности взрослых, в то время как другие родители испытывают сильный стресс, когда их дети взрослеют настолько, что добиваются высоких результатов в том, что раньше было приоритетом взрослых.

Как часто родители и другие взрослые радуются, когда понимают, что их ребенок способен поддерживать беседу, или когда его воспринимают как «настоящего человека» (подразумевая, что ребенок стал старше и может общаться вербально и взаимодействовать на более зрелом уровне)? Кажется, что, сталкиваясь со сферой деятельности маленьких детей, многие взрослые испытывают смятение, тревогу и отчужденность, хотя более естественным и продуктивным было бы сближение этих двух сфер, для того чтобы могло развиваться сотрудничество и сосуществование. Эти сферы не обязательно должны противостоять друг другу, и тем не менее наиболее часто предпринимаемая попытка сближения — уговорить ребенка войти в мир взрослых — обычно оказывается безуспешной и нерезультативной. Наибольший успех в слиянии миров возможен тогда, когда взрослые прикладывают усилия, чтобы проникнуть в мир ребенка. Все-таки все взрослые были когда-то маленькими, поэтому все они имеют опыт существования в детском мире. Взрослые могут восстановить в памяти некоторые свои детские мысли, ощущения, эмоции и детское видение мира, хотя некото-



рым взрослым будет проще предаться воспоминаниям о своем детстве или заново пережить свои давние ощущения.

К тому же взрослые обладают когнитивными способностями и навыками, благодаря которым они способны сопереживать чувствам и действиям других людей. Взрослые могут позволить себе действовать в соответствии с жесткими паттернами взаимодействия и когнитивными стилями. В действительности, у них есть все возможности выполнить эту задачу, в отличие от детей, у которых есть возрастные ограничения, которые могут сдерживать их вхождение в мир взрослых. Кроме того, усилия тех взрослых, которым удастся проникнуть в мир ребенка, будут вознаграждены. Клиницисты обнаружат, что качество и результаты терапии значительно улучшаются, если попробовать соединить их миры. У них появится прекрасная возможность диагностировать, а следовательно, и лечить поведенческие или эмоциональные проблемы детей.

Игровые терапевты соединяют два этих мира постоянно, пользуясь творческими методами. И тем не менее они часто оказываются не способны обучить родителей необходимым навыкам или помочь им обрести важный опыт, который позволил бы стать им достойными наставниками и дал прочную опору для функционирования во взрослом мире. Одна из самых оптимистичных игровых терапевтических техник — «филиальная терапия» — пытается вовлечь родителей как терапевтических агентов, обучая их специфическим навыкам игры с детьми и эффективным способам общения с ними. В этом виде терапии, разрабо-



танном Гернье (Gueneu, 1964), родителей учат эмпатии и полному принятию ребенка, что позволяет ребенку играть свободно и непринужденно, а также умению выражать свое понимание и принятие ребенка. В результате родители начинают чувствовать себя компетентными при работе со своими детьми, опровергая тем самым мнение специалистов, считающих, что только они способны обращаться с детьми успешно. Я уверена, что терапевт может научить родителей наблюдать за играми своих детей, расшифровывать их и даже принимать участие, благодаря чему возрастает их понимание детского опыта и становится возможным глубокий эмоциональный контакт с ребенком. Итак, в дополнение к целям филиальной терапии, описанным ранее, я советую родителям использовать игровые техники, чем просто эмпатийно наблюдать за детьми.

ПОЧЕМУ НУЖНО СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ НА ДЕТСКОЙ ИГРЕ?

Причина, по которой следует сосредоточиться на детской игре, проста и открыта. Игра — это детское средство общения, следовательно, она обеспечивает нас прекрасной возможностью для глубокого понимания ребенка и его семьи. В игре выражаются скрытые мысли и чувства, и в то же время, играя, ребенок и семья получают общее удовольствие. Игра — это универсальная для ребенка деятельность и, как мы уже видели в первой главе, в ней содержится много оздоровительных элементов. Кроме того, игра помогает специалистам оценить уровень развития личности ребенка, его пред-



ставление о себе и то, как он воспринимает свои тревоги и волнения, заботы и проблемы взаимоотношений. Игра также предоставляет ребенку возможность решить свои проблемы, освободиться от напряжения, найти альтернативные модели адаптивного поведения, вылечить эмоциональные раны и расширить свое понимание мира.

Через игру дети достигают чувства власти и контроля. Все согласны с тем, что детям необходимо почувствовать в себе силу и компетентность, чтобы у них сформировались положительный образ Я и самооценка. Более того, дети, которые пережили болезненный или потенциально травмирующий опыт, такой, как изнасилование, избиение, жестокое обращение, хирургическая операция, длительная госпитализация, отказ от них родителей, смерть родителей и другие проблемы, могут использовать игру, чтобы помочь себе ассимилировать этот опыт и компенсировать в фантазии реальные потери и трудности.

ПРИМЕНЕНИЕ ИГРЫ В ТЕРАПИИ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ

Клиницисты должны собирать данные, наблюдать, как проблемы выражаются в поведении и как они воздействуют на членов семьи, выдвигать гипотезы о происхождении существующих в семье проблем и причинах их сохранения, разрабатывать клинические методы вмешательства для их разрешения. Когда родители приходят к терапевту, чтобы обсудить с ним проблемное поведение детей, поражает то, что клиницисты часто берутся за терапию с семьей без встречи и общения с ребенком. Час-



то родителей просят привести ребенка, для того чтобы достаточно формально познакомиться с ним и посмотреть, как он общается с родителями. Потом клиницисты сообщают по секрету, что испытывали дискомфорт во время этой «сложной сессии», так как дети отвлекали и мешали взрослым вести разговор. Обратившись к семье с просьбой выполнить общее задание (нарисовать картинку или поиграть в настольную игру), терапевт получает возможность наблюдать, что предпринимают родители, как они планируют и организуют совместную деятельность, какие вербальные и невербальные навыки они используют, насколько честны и справедливы родители и дети по отношению друг к другу, как они преодолевают скуку, ограничения и так далее. Клиницист также может обнаружить проблемы взаимоотношений и зависимости и других аспектов общения.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ В СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

Помимо обеспечения широких возможностей для сбора информации, игровая терапия является эффективным и динамичным подходом при проведении лечения семей, имеющих маленьких детей. Игра способна вовлечь всех членов семьи в многозначительное терапевтическое взаимодействие. Если клиницист исключает детей, то часть семейной системы остается не включенной в работу, несмотря на то что некоторые результаты могут быть получены и при работе исключительно с родителями.

Когда в семейной сессии имеет место игра, клиницист относится к ребенку с тем же вниманием, что и к



другим членам семьи. Многие терапевты признают, что игра значима сама по себе, потому что она снижает уровень психологической защиты, помогает устанавливать общение и взаимодействие на более глубоком уровне, при котором могут проявиться фантазии, метафоры и символы.

Клиницисты также признают, что игра помогает сплотить людей, доставляет удовольствие и «растормаживает». Одна родительница, которая участвовала в создании семейной истории с помощью марионеток (смотрите 4 главу), была удивлена тому, насколько приятным было занятие:

«Сперва я думала, что все это несколько глупо, и старалась только ради детей. Постепенно, особенно когда мы начали реально разыгрывать историю, я действительно стала частью этой истории о потерянной овечке и бравом солдате. Это было весело... лучше всего так сказать... Я не просто наблюдала за игрой детей, а сидела на полу с кроткой улыбкой на губах, поглощенная игрой».

Когда я поддерживала эту мать в ее игре с детьми, то кроме этого (как семейный терапевт) я изучала их проблемы, основываясь на историях, которые они рассказали, их способности использовать игру, чтобы содействовать семейной сплоченности. Этот опыт был для них прекрасной возможностью по-иному увидеть друг друга, побывать в шкуре другого человека и посмеяться вместе. Установившееся позитивное взаимодействие было крайне продуктивным в плане терапевтического эффекта на протяжении следующих 3-х недель. Кроме того, получив этот позитивный опыт, они впоследствии предпринимали спонтанные попытки повторить семейную игру.



В следующих разделах я опишу игровые техники, при которых родители и дети могут общаться друг с другом более полноценно, достичь более полного взаимопонимания и эмоциональной привязанности и могут помочь клиницисту в его важной работе, и, таким образом, должны рассматриваться как центральная и продуктивная часть семейной терапевтической работы.

Применение игровых терапевтических техник и клинические примеры

Часть вторая

Метафоры могут иметь множество различных форм. Это могут быть аллегории, аналогии, сравнения, пословицы, анекдоты, притчи, сказки, предметы искусства, предметы (например, марионетки, игрушечные фигурки зверей, игрушечные машинки), карикатуры, стихи, музыка и игры...

Важное отличие между использованием метафор в терапии и использованием ее в других случаях состоит в цели. Метафоры вне терапевтических инструментов, такие, как истории рассказанные дедушкой или волшебные сказки, предназначены передать какое-то особое послание и дать определенные указания, советы. Цель терапевтических метафор — предложить новую альтернативу, показать различные пути восприятия, осознания ситуации, открыть разнообразие скрытых убеждений, установок и ценностей ребенка. Терапевт создает индивидуальные метафоры для ребенка, опираясь на его психодинамические особенности.

Дайана Фрей (1993)



Глава 4

СЕМЕЙНОЕ ИНТЕРВЬЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАРИОНЕТОК

Впервые использование марионеток было предложено Уолтмэнном (Woltmann, 1940) как ценная техника при работе с госпитализированными детьми, призванная помочь им справиться со своей болезнью, облегчить проведение медицинских процедур и отдаление от родителей. Некоторые другие (Linn, 1977; Alger, Linn, and Beardslee, 1985) также поддерживали идею использования марионеток при работе с детьми в больнице. Уолтмэнн считал марионеток полезными, потому что ими легко управлять, они богаты символическим материалом и позволяют играть спонтанно. Хауорт (цитируется по Bow, 1993) пишет, что игра марионетками «создает нереалистичную и безопасную атмосферу, способствующую процессам идентификации, что таким образом содействует проекции эмоциональных переживаний и межличностных отношений на действующие персонажи» (стр. 28). Уэбб (Webb, 1991) утверждает, что марионетки применяются в терапии, потому что дети легко отождествляют себя с ними или с куклами, проецируют свои переживания на фигурки, которыми играют; переносят на них свои конфликты — все это позволяет клиницистам и детям «говорить о переживаниях и мыслях, которые «принадлежат» кукле или марионетке и, таким образом, не воспринимаются ребенком как его собственные» (стр. 33). Боу (Bow,



1993) описывает креативную технику, называемую «спрятанные марионетки» и помогающую ослабить сопротивление ребенка лечению (стр. 27).

Ирвин и Шапиро (Irwin and Shapiro, 1975) разработали полуструктурированное интервью с использованием марионеток, предназначенное для диагностики (Irwin & Kovacs, 1979; Irwin, Portner, Elmer, & Petty, 1981; Portner, 1981). Ирвин (1993) описывал это интервью с использованием марионеток следующим образом: оно состоит из «разминки», когда терапевт показывает марионетки и наблюдает за реакцией детей, предлагает им выбрать действующих героев для их истории; потом дети разыгрывают с помощью марионеток сценку без участия терапевта; после чего терапевт задает вопросы марионеткам: «что» и «почему», касающиеся того, что происходило в сценке; в последующей беседе он приглашает принять участие детей, чтобы обсудить сыгранную историю. Терапевт оценивает такие аспекты содержания, как название, художественное оформление, персонажи, сюжет и темы истории; а также внешние, поведенческие аспекты: уровень креативности, последовательность и внятность, импульсивность, невербальные коммуникации и уровень самоконтроля. Ирвин также утверждает, что могут быть получены диагностические данные относительно защиты ребенка и его способов разрешения проблем, их предубеждений и конфликтов.

«Семейное интервью с использованием марионеток» («Family Puppet Interview» (FPI)) Ирвин и Мэлой (Irwin and Malloy, 1975) описывают как стратегию, которая стимулирует коммуникацию и демонстрирует, как семья мобилизуется при выполнении задания или



стремлении к цели. Ирвин и Мэлой полагали, что использование FPI приводит семью в более комфортное, свободное состояние, и оно особенно эффективно, когда имеют место трудности в общении или в случаях с высоко рациональными или аналитическими семьями. FPI может применяться как на диагностической стадии, чтобы оценить функционирование семьи, так и во время лечения, когда возникают определенные трудности.

FPI также предоставляет возможность общения на символическом уровне, такое общение может стать главным способом разрешения конфликтов и способом беседы. Символы предоставляют безопасный способ говорить зашифровано. Например, ребенок, который использовал специальную марионетку, символизирующую его гнев (например акулу), может просто достать эту марионетку, когда снова будет рассержен.

К тому же, FPI является уникальным способом установления контакта. Во время интервью члены семьи веселятся, изменяется их тон голоса и положение тела, реагируя уникальным и спонтанным образом на остальных, например, жестами и манерами, которые никогда не проявлялись ранее. В процессе развития истории участники взаимодействуют на двух уровнях: содержательном и процессуальном. Они слушают то, что придумывает другой, и пытаются создать общую историю. Это очевидное объединение в процессе создания единой истории может быть отклонением от установленных паттернов взаимодействия. Неспособность семьи объединиться, организовать для выполнения задания, выражение презрения при создании, а позднее и при совместной разработке истории может отражать



дисфункциональные расстройства или конфликты, которые могут предупредить клинициста о скрытых проблемах.

Семье FPI представляют как обычную, не требующую усилий деятельность, для того чтобы преподнести игру с марионетками как стандартную терапевтическую технику. Терапевты, беспокоящиеся о том, что семья будет сопротивляться этому виду работы, должны помнить, что это часто является выражением сопротивления самого клинициста, которое порождает нерешительность в осуществлении терапевтического вмешательства. Я нашла один способ снижения сопротивления: на первой же встрече надо сказать, что я использую разнообразные техники при работе с семьями, поэтому, возможно, я могу попросить их заняться художественной деятельностью или поиграть с марионетками и рассказать историю. При этом семья чувствует себя комфортно, так как они знают, что в лечение входит как вербальная терапия, так и экспрессивная, поэтому они не чувствуют себя неловко, когда я пользуюсь различными терапевтическими методиками.

Клиницист может представить игру с марионетками следующим образом:

«Я принесла сегодня несколько марионеток и хочу попросить вас подумать несколько минут и выбрать те из них, с которыми бы вы хотели работать. Затем я попрошу вас придумать историю, имеющую начало, середину и конец. Есть только два правила: вы должны выдумать историю, а не рассказывать известную сказку — про Золушку, Буратино или какую-нибудь еще, и вы должны разыграть историю с помощью кукол, а не проговаривать ее. Я дам вам 30 минут, чтобы придумать историю, и, когда вы будете готовы, вы мне ее покажите».



Эти первоначальные интервью обычно длятся немного дольше, чем обычная 50-минутная сессия. Как правило, бывает достаточно полтора часа.

Что касается того, какие марионетки должны быть в распоряжении детей, Ирвин (1993) говорит следующее:

Необходимо предоставить ребенку выбор из множества марионеток, для того чтобы можно было узнать о его мыслях и чувствах. По-видимому, достаточно 15—20 марионеток, подобранных по категориям, чтобы обеспечить адекватный выбор. Важно, чтобы марионетки представляли широкий диапазон эмоций, включая агрессивных, дружелюбных и «нейтральных» марионеток. В набор входят реальные и фантастические персонажи, то есть реалистичные фигурки членов семьи (мужчина, женщина, мальчик и девочка); марионетки королевской семьи (королева, король, принц, принцесса); марионетки, изображающие разные профессии (медсестра, доктор, полицейский, учитель); символические персонажи (привидение, колдунья, черт, скелет, пират, Иванушка-дурачок); марионетки животных, как диких, так и домашних (собака, птица, обезьяна, крокодил/дракон). Необходимо обязательно включить персонажи животных, поскольку они являются отдаленными и безопасными объектами для идентификации (стр. 71).

Я уверена, что такой набор марионеток в равной степени полезен и при работе с семьями. Хотя клиницист может пожелать увеличить набор марионеток до 30. К тому же я обнаружила, что интересно иметь второй набор марионеток. В семьях с размытыми границами и недостаточной дифференциацией или в случаях соперничества sibлингов дети или другие члены семьи могут стараться быть «такими же», как другие. Поэтому



при наличии дубликата эта проблема может быть преодолена терапевтом.

В добавление к марионеткам, предложенным Ирвином (1993), мне в моей работе с семьями в целом и с детьми, претерпевшими плохое обращение, пригодилось несколько других. Это черепаха с большим панцирем, под которым она может обрести убежище; тарантулы или другие пауки, которые могут напугать других, и, кроме того, напротив, могут быть безобидными пауками; акулы, которые способны наводить на других ужас; гусеницы, которые могут превратиться в бабочек; сказочная крестная мать, которая может исполнять желания; судья, который может выносить приговор; полицейский, который может защищать закон; и двойные куклы, с двумя обликами, символизирующими разные характеры. Также полезно иметь марионеток, представляющих различные этнические группы, так же как и куклы, которые могут способствовать выражению культурного символизма (например, туземные знахари, жрецы и так далее).

Когда члены семьи выбирают себе марионеток, выдумывают историю, терапевты могут наблюдать за ними через одностороннее зеркало. Этот процесс важно видеть, так как он демонстрирует и проясняет то, как семья организуется, чтобы взяться за задание и выполнить его. Терапевт должен оценивать: кто начал придумывать историю, кто придумал темы; как распределяются марионетки; кто навязывает свои темы или решения; кто лидирует и кто подчиняется; имеют ли место семейные стоворы или альянсы; кто ведет себя пессимистично по отношению к заданию, как на это реагируют другие; кому принадлежит власть и т. д. Если од-



ностороннее зеркало недоступно, терапевт также может незаметно сидеть в этой же комнате и наблюдать или может выйти и заснять подготовку истории на видеокамеру. Наблюдая за действиями семьи в комнате, записывая на магнитофон или наблюдая через одностороннее стекло, в любом случае необходимо получить на это разрешение семьи и ответить на все вопросы о характере этого наблюдения или записи. Так как маленькие дети не могут дать осмысленное соглашение, за них это делают родители и могут дать согласие от лица детей. Несмотря на это, я считаю, что важно объяснить процедуры записи или наблюдения детям простым языком, ответить на все их вопросы и позволить им самим дать согласие, хотя в действительности в этом нет необходимости, если получено согласие родителей.

Если сессия записывалась на видео, то позднее запись может служить для семьи в качестве обучающего средства. Семьи часто рассказывали мне, как интересно и полезно было наблюдать за собой, за тем, как они рассказывают историю, у некоторых в процессе наблюдения видеозаписи происходили инсайты по поводу их поведения. Клиницист наблюдает и документирует весь процесс интервью. В частности, он отмечает, каких кукол выбирали члены семьи, так как этот выбор дает клиницисту важные сведения. Марионетки выбираются по характерным причинам, которые очевидны сразу же или становятся понятными позднее. Также важно записать темы, предложенные членами семьи, чтобы посмотреть, какая тема становится доминирующей в семейной истории, а какая освещается слабо.

Когда семья определилась с историей, терапевт просит каждого участника представить свою марионетку



по имени, если оно есть, и сказать о ней пару предложений. После того как все представили своих персонажей, терапевт просит: «Не рассказывайте мне то, что говорят марионетки, позвольте им это сделать самим». Нет ничего необычного в том, что дети более естественно входят в роли своих персонажей и остаются в пределах этих ролей. Взрослым иногда трудно высказываться от первого лица, и они могут сказать что-нибудь вроде: «в это время он не был уверен в том, как он себя чувствует, и он попросил своего друга присоединиться к игре». В таком случае клиницист может вмешаться и представить образец: «Я не был уверен в том, как я себя чувствую, мистер Кроу, не могли бы вы поиграть со мной?» В действительности, терапевт может вмешиваться в игру и вносить коррективы. Клиницист также может прояснить значения, обращаясь напрямую к марионеткам и разговаривая с ними.

Когда история закончена, Ирвин и Маллой (1975) советуют терапевту задать вопросы о рассказанной истории и стимулировать дискуссию, прося каждого члена семьи дать название истории, обозначить ее, чтобы пояснить ее мораль или урок. Также каждого члена семьи просят сказать, какой марионеткой он хотел бы быть больше всего или, наоборот, какой бы не хотел быть.

Я пришла к заключению, что перед обсуждением истории, носящей познавательный характер, терапевту полезно включиться в семейную историю, управляя взаимодействием между персонажами, вызывая диалоги или обращаясь с просьбой прояснить или развить повествование. При этом не нарушается волшебство метафоры, придуманной семьей, клиницист сосредото-



чивается на наблюдении, ретроспекции или интерпретации. Таким образом, я уверена, что прежде чем обратиться к семье за обратной связью, которая изменит динамику игрового действия, установившегося в процессе рассказывания истории, терапевту будет полезно использовать различные взаимодействия, такие, как:

1. Определить суть или основную мысль истории и затем перестроить ее так, чтобы ввести те значения и смыслы, которые могут стать полезными с точки зрения терапии.

2. Создавать новые взаимодействия в контексте семейной метафоры. К примеру, двух марионеток, которые не разговаривали (отражая семейный конфликт или дистанцию), терапевт может попросить обсудить вместе некий вопрос или поделиться друг с другом чувствами и переживаниями.

3. Проявлять интерес. Если в истории воспроизводится некая ситуация или конфликт, поинтересоваться вслух, имели ли место другие случаи, в которых возникал такой же конфликт и что персонажи помнят об этом.

4. Формулировать вопросы. Попросите марионеток обсудить конкретные вопросы, касающиеся поведения или чувств, как их собственных, так и других кукол. Проникайте глубже в сказанное семьей, в то, что она сообщает, и дайте ей возможность по-новому взглянуть на ситуацию.

5. Оспаривать. Клиницист может поставить под сомнение убеждения, отраженные в истории. Он может оспаривать повествование истории, чтобы в дальнейшем объяснить или разрешить конфликт.



6. В соответствии с техникой совместного рассказывания истории (смотрите 6 главу), терапевт интересуется относительно окончания истории. Разрешат ли персонажи истории конфликт позитивным способом? Не следует ли пересмотреть конец истории? Терапевт может предложить другие, более позитивные окончания и попросить семью рассмотреть эти возможности.

7. Комментировать, высказывать свое мнение. Терапевт может отрефлексировать существующие в семье противоречия, обращая внимание на то, что одна половина семьи придерживается одного мнения, в то время как другая думает иначе. Тогда он должен обсудить — как можно разрешить этот конфликт.

8. Искать то, что «не включено». Согласно концепции нарративной терапии Михаэля Уайта (Michael White), я часто расспрашиваю о темах, «невключенных» в семейную историю. Например, если в истории фигурирует отец, покинувший семью, или отец вовсе отсутствует, я могу нацелить членов семьи, их персонажей, на то, чтобы они рассказали о том времени, когда родитель был с ними, и какие взаимодействия и реакции имели место в этой ситуации. Если действовать таким образом, говорит Уайт, то участники раскрывают истории своей жизни, интегрируя информацию, которую считали не значимой и исключали из сознания (White & Epston, 1990).

Когда клиницист «проникает» в семейную метафору, исследует, ставит под сомнение, поддерживает имеющие место взаимодействия, он выводит семью за пределы метафоры тем, что задает ранее упоминавшиеся вопросы, рассматривает название, обсуждает мораль



истории, расспрашивает членов семьи о наиболее и наименее предпочитаемых куклах. В результате каждый член семьи обнаруживает взаимосвязь между семейными проблемами или трудностями и историей, которую они рассказывают.

Эта техника может быть очень эффективна и может с успехом изменить ход терапии, которая стала вялой, однообразной и подавленной, участники которой остаются разобщенными и необщительными, а коммуникации между ними — напряженными и поверхностными, или предпочитают интеллектуальные размышления, которые способствуют динамическим изменениям.

Первый иллюстративный случай

Люси была матерью-одиночкой, последние шесть лет она жила одна со своими двумя маленькими дочерьми. За шесть месяцев до того, как она обратилась за терапевтической помощью, она встретила мужчину, в которого влюбилась и пригласила жить вместе с ней и своими дочерьми. С этого момента у девочек — восьмилетней Эшли и десятилетней Карен — начались тяжелые времена. Они стали замкнутыми, необщительными, доставляли матери много страданий, стали вспыльчивыми и нетерпимыми в отношениях друг с другом и с друзьями. Школьная успеваемость резко ухудшилась, в классе они стали демонстрировать склонность к агрессивному поведению. Они также отказались помогать матери по дому и, казалось, нарочно вели себя вызывающе по отношению к новому жильцу — Джиму. Джим был разведенным мужчиной, ирландцем по происхождению, он вырастил пятерых детей, которым в то время



было примерно по 20 лет. Он был авторитарен и полагал, что это его обязанность — быть отцом для этих двух девочек, которых он описывал как «неуправляемых». Он считал, что договориться с ними нелегко и предпочитал «метод большой палки». Люси уступила всю власть ему и, вероятно, отчаялась повлиять на поведение дочек. Отец воспитывал ее в строгости, и поведение Джима она находила схожим с поведением своего отца. Она рассматривала его попытки дисциплинировать детей как выражение его любви к ней и принятия определенных личных обязательств.

Первая сессия: начальное интервью

Я попросила Люси привести Джима и детей на первую сессию, на которой я могла бы собрать информацию, расспросив каждого о проблеме. Джим не пришел на сессию, потому что он не верил в терапию; его предыдущий брак распался, несмотря на год терапевтической работы и, как он считал, «из-за» терапии. Люси была готова расплакаться, когда рассказывала, насколько изменились девочки, как они стали эгоистичны, как она боится, что Джим может оставить ее, если она не сможет заставить девочек вести себя хорошо.

Обе девочки были вялые, подавленные, неотзывчивые. Их скрещенные руки и опущенные головы не выдавали их чувств; они выглядели недовольными, сердитыми и обиженными. Они не могли контролировать действия своей матери, но они решали, говорить им со мной или нет. Поэтому первая сессия состояла в основном из моего разговора с Люси, я поддерживала ее, когда она рассказывала о девочках, особенно о том, как



они вели себя до того, как появился Джим, также я получила информацию об их прошлом. Я узнала, что муж Люси, Патрик, бросил ее без всяких объяснений. Однажды ночью она пришла домой и обнаружила, что вся его одежда и личные вещи исчезли. Не было ни записки, ни прощания, ничего. Она сказала, что находилась в состоянии шока в течение нескольких следующих месяцев, — она не ожидала, что он может уйти, и не подозревала, что он может быть несчастлив с ней. Она рассказывала, что для нее это было большим ударом — обнаружить себя брошенной с двумя маленькими детьми. Хотя ситуация была тяжелой, она чувствовала, что это поможет ей и девочкам стать ближе, она проводила все свое свободное время с детьми, они вместе смотрели любимые спортивные соревнования или ходили в кино или по магазинам. Люси заметила, что девочки были дружны и сами вызывались помогать по дому, пока Джим не переехал к ним в дом. Хотя казалось, что девочки ладят друг с другом, между ними все равно происходили обычные для сиблингов ссоры и конфликты, но не было никаких неприятностей или жестокостей, появившихся позднее.

Люси говорила, что Джим очень хороший, порядочный, трудолюбивый человек. Она добавила: «Они должны благодарить свою счастливую звезду за то, что он терпит их, — любой другой человек на его месте собрал бы чемоданы и ушел так быстро, как смог бы». (Это, казалось, было похоже на завуалированную ссылку на отца девочек.) Как я уже говорила, девочки были неотзывчивы на слезы матери, на ее упреки и отчаяние, как будто бы они договорились непоколебимо следовать курсу неприветливого поведения. В конце



сессии я искренне сочувствовала матери: девочки были крепкой (сильной) командой, они упорно держались вместе и хранили молчание.

Вторая сессия: семейное интервью с использованием марионеток

На второй сессии у девочек был вызывающий взгляд, их скрытая агрессия проявлялась в положении тела. Джим снова отсутствовал. Я проводила их в кабинет, где на столе в центре комнаты поместила 12 марионеток. Девочки смотрели на них с еле сдерживаемым любопытством.

«Сегодня мы займемся кое-чем другим, — начала я, — я хотела бы, чтобы каждый из вас рассмотрел марионетки, лежащие на столе, и выбрал те, которые кажутся вам самыми интересными. Я бы хотела, чтобы вы выбрали тех марионеток, с помощью которых могли бы рассказать мне историю, у которой было бы начало, середина и конец». Девочки отошли от стола и опустились в кресла, выражая таким образом свое несогласие. Я продолжила:

«Есть всего несколько правил. Во-первых, вы должны сочинить историю вместе, вдвоем, она должна иметь начало, середину и конец, и это должна быть выдуманная история, а не какая-нибудь известная сказка, вроде «Буратино» или «Золушки». Во-вторых, когда вы будете готовы, вы разыграете придуманную историю с помощью марионеток, вы не должны рассказывать ее. Я покину комнату, чтобы вы могли обсудить историю, которую хотите рассказать, и присоединюсь к вам через 30 минут или раньше, если вы будете готовы, — откройте дверь и подайте мне знак».

На первой сессии я сообщила им, что я делаю аудиозаписи сессий и спросила их разрешения. Они согла-



сились на запись, поэтому я включила магнитофон, чтобы записать процесс их приготовления. После того как я покинула комнату, долгое время сохранялось молчание. В конце концов старшая девочка сказала: «Это глупо. Я не хочу этим заниматься. Я ненавижу приходить сюда. Я хочу уйти». Ее младшая сестра, как и следовало из описания Люси острого соперничества между ними, заняла противоположную позицию: «Ты тупица, вот что! И ты не знаешь ни одной хорошей истории». Мать показала себя во всем великолепии, отказавшись поддержать какую-либо сторону, и просто сказала: «Мне не нравится идея играть в куклы, но, может быть, в этом будет что-нибудь, что нам понравится». После длинной паузы выбор был сделан. Мать взяла марионетку полицейского офицера. Младшая девочка выбрала кролика и белку, тогда как старшая девочка выбрала медведя и филина. Они начали придумывать историю, несмотря на то что матери часто приходилось вмешиваться, потому что девочки начали спорить о том, как должна развиваться история. Они меньше спорили о содержании и больше о том, кто управляет, то есть о том, кто руководит тем, в какое русло повернет история. Мать становилась все более подавленной, когда девочки пререкались друг с другом. В итоге она отказалась от попыток остановить спор. Как только она сделала это, дети начали вести себя более кооперативно, и, казалось, им начал нравиться процесс создания истории. Вклад матери в историю был минимален — она находилась в фрустрации, и девочки не приглашали ее больше к участию. Совместное погружение девочек в историю отражало процесс раз-



деления, имеющий место дома, когда девочки объединяются вместе против матери (и Джима).

Через 15 минут девочки открыли дверь — подали знак, что они выполнили задание. Я вошла в комнату и села напротив. Девочки казались настолько же энергичными, насколько мать казалась подавленной, не выполнившей свои обязательства. Я попросила их рассказать историю. Карен начала с того, что сказала: «Я мудрая старая сова, самая старая в джунглях, и я здесь, чтобы рассказать, что там, ниже, замышляются беспорядки». Она разразилась смехом, низким голосом, который она выбрала, для того чтобы изображать сову. «Я слышу много шума, исходящего из того дома, и кое-кто еще может рассказать вам больше об этом». Она посмотрела на мать и показала жестом, что это ее очередь говорить. Мать сказала: «Я — полицейский, и я патрулирую эту улицу, я здесь, чтобы рассказать вам, что здесь, в одном из этих домов кто-то очень шумно ведет себя. Вон в том доме прошлой ночью кто-то вызвал меня, чтобы я пришел и пресек нарушение спокойствия».

Последовала пауза, и Карен пригласила жестом Эшли начать. «Мне не нравится здесь жить, — сказала Эшли. — Я живу на дереве, напротив окна спальни на верхнем этаже. И я могу заглянуть в окно и видеть всех неприятных и шумных людей. Иногда я бегаю навесить своих друзей, живущих на других деревьях, где гораздо тише. — Эшли вытянула другую руку, в которой у нее была марионетка кролика. — А я люблю прыгать; я прыгаю высоко-высоко, выше чем большинство кроликов моего размера. И когда я прыгаю, иногда получается так высоко, что я могу заглянуть в окна и вижу



детей, которые иногда смотрят телевизор, а иногда их шлепают. Я прыгаю и прыгаю дальше, в следующий двор, когда детей шлепают все больше и больше». Мать пропищала: «Моя работа — сохранить мир и порядок в окрестности и быть уверенным, что белки и кролики чувствуют себя в безопасности, им уютно на переднем дворе. Моя работа состоит в том, чтобы удостовериться, что люди ладят друг с другом и что правила не нарушаются». Карен добавила: «Иногда полисмен не успевает вовремя и случаются кровавые драки. Когда полицейский приходит и задает вопросы, то ему лгут, и он не знает всего плохого, что происходит. Иногда полицейский откровенно глуп и не все понимает».

Заговорила белка Эшли: «Это не всегда вина полицейского. Иногда люди лгут ему, говорят, что все нормально, хотя это не так». Карен закончила: «Я медведь, и я могу рассказать вам, почему я должен спать зимой. Мне нужно отдохнуть от всех сумасшедших людей. Я просто ухожу и сплю, сплю. Когда я просыпаюсь, иногда дела идут лучше. В другое время я могу бродить и наступать на крыши домов и разрушать их. Когда я рассержен, я могу расправляться с людьми, которые надоедают мне». И Эшли подытожила: «Конец».

После того как они рассказали историю, Эшли и Карен положили свои марионетки обратно на стол и сели в кресла. Люси продолжала держать марионетку полицейского. В результате произошел следующий диалог:

Терапевт: Мне кажется, что в этой истории много борьбы и всем это не нравится. Мне интересно, из-за чего все эти драки?



Полицейский (мать): Мне кажется, что люди позабыли, как ладить друг с другом.

Терапевт: Кто именно, мистер Полицейский, не ладит?

Полицейский (мать): Люди, которые живут в домах, они перестали ладить друг с другом.

Терапевт: Мистер Филин, самый мудрейший и старейший из всех филинов, как вы думаете, почему люди перестали ладить друг с другом?

Филин (Карен, надев марионетку филина на руку): Потому что раньше все было отлично, потом появился кто-то неприятный, и все разрушил, и все стало гадко.

Терапевт: А что думает Белка, способная забираться на высокие деревья и заглядывать внутрь домов?

Белка (Эшли): Я думаю, что Филин уже все сказал.

Терапевт: Вы согласны с Филином?

Белка (Эшли): Неприятные люди все разрушили.

Терапевт: Мистер Филин, каких неприятных людей вы знаете?

Филин (Карен): Главным образом большие, толстые, волосатые мужчины.

Кролик (Эшли): Они пытаются преследовать нас, но мы бегаем быстрее, ха-ха.

Терапевт: Итак, и Кролик, и Филин знают неприятных людей, и эти люди — мужчины.

Медведь (Карен): Я растопчу своей большой, воючей ногой.

Терапевт: Мистер Полицейский, что вы думаете о больших, толстых, волосатых мужчинах, которые гонятся за Кроликом?



Полицейский (мать): Я думаю, что даже если временами они большие, толстые и волосатые, они не противные, и иногда, если люди не убегают, то могут понять их.

Филин (Карен): Конечно-конечно, ты знаешь лучше. Большие, толстые и волосатые мужчины хорошие; мы, создания животного мира, не знаем то, о чём говорим (с вызывающей интонацией).

Полицейский (мать): Я думаю, ты знаешь достаточно. Но иногда люди не злые и не неприятные, они просто создают много шума, как лев, рычащий в джунглях. Он неприятный не всегда, просто у него есть вредная привычка рычать.

Филин (Карен): Да, конечно. Львы рычат, для того чтобы быть приятными... они хотят быть твоими лучшими друзьями до такой степени, что могут съесть тебя на десерт, после того как ты доверишься им.

Полицейский (мать): Но иногда львы дружелюбны, и они не съедят тебя и не поранят.

Кролик (Эшли): Если лев съест меня, я буду пинать его живот своими большими лапами, пока он у него не заболит.

Терапевт: Ты будешь продолжать сражаться, что бы ни случилось.

Кролик (Эшли): Потому что мои лапы большие и сильные.

Терапевт: Мистер Медведь, вы затопчете любого, кто попытается навредить вам?

Медведь (Карен): Затопчу их, потому что я больше.

Терапевт: Складывается впечатление, что каждый занят тем, что защищает себя. Как вы думаете, чем вы можете помочь, господин Полицейский?



Полицейский (мать): Иногда я думаю, что не могу много сделать. Я один. Все одновременно просят помощи. Кажется, больше никто никому не доверяет.

Терапевт: И что вы чувствуете из-за этого?

Полицейский (мать): Я будто выжата вся. Обессилена. Иногда мне просто хочется все бросить. (Слезы потекли по ее щекам.)

Терапевт: Мистер Филин, вы мудры и знаете все, а также чутки к переживаниям других, что вы можете сказать мистеру Полицейскому?

Филин (Карен): Ну... я не знаю. Это трудная работа. Ты должен слушать каждого и не обманываться, когда тебе будут говорить, что все в порядке, потому что это не так. Что вы думаете по этому поводу, мистер Белка?

Белка (Эшли): (Эшли пододвинулась ближе и прижала марионетку белки к марионетке полицейского.) Не надо, не надо грустить. Я могу тебе помочь. Ты можешь заглянуть в мой дом на дереве, и я поделюсь с тобой орехами. У меня их много.

Карен прервала историю — спросила: есть ли еще время. Я ответила, что у нас есть еще около 5 минут.

Терапевт: Мистер Полицейский, как вы думаете, как можно назвать вашу историю?

Полицейский (мать): «Патрулирование делает меня уставшей».

Терапевт: Каково ваше название, мистер Филин?

Филин (Карен): «Филин знает».

Терапевт: Ваше название, мистер Медведь?

Медведь (Карен): «Избавиться с помощью сна».

Терапевт: Какое у вас название, мистер Белка?

Белка (Эшли): «Орешки в изобилии».



Терапевт: И какое название истории у вас, мистер Кролик?

Кролик (Эшли): «Большая нога — самое лучшее, что может быть».

Терапевт: Спасибо вам всем за то, что рассказали историю. Я многое узнала из того, что слышала, в частности то, что вы все понимаете, что находитесь в одной лодке: вы знаете, что происходит много борьбы, вы не знаете, как остановить это, и вы все понимаете, как тяжело Полицейскому выслушать всех и попытаться помочь.

В течение недели, до нашей следующей встречи, я бы хотела, чтобы вы выполнили следующее домашнее задание: мистер Полицейский, пригласите Филина прогуляться вдвоем и выслушайте все, что он вам скажет. Мистер Филин, у вас много есть чего сказать; не говорите все сразу, но расскажите Полицейскому о том, что вы узнали, наблюдая за всеми.

Мистер Полицейский, я также хотела бы, чтобы вы приняли приглашение мистера Белки поделиться с вами орехами. Пусть она отведет вас куда пожелает, чтобы разделить с ней некоторые из ее самых излюбленных орехов. Вам не обязательно говорить о чем-то особенном, просто разделите ваши орехи вместе.

Еще у меня есть специальное домашнее задание для мистера Медведя и мистера Кролика. Вместо того чтобы топтать и пинаться, я бы хотела, чтобы вы использовали свою силу и проворность другим способом, я бы хотела, чтобы вы издали наблюдая за большим, волосатым и толстым мужчиной и замечали, делает ли он что-нибудь непротивное. Возможно, вам придется наблюдать долго и усердно, чтобы застать его делаю-



щим что-то непротивное, но ваша работа — наблюдать и слушать, слушать и наблюдать.

Теперь время закончить. Я увижу вас на следующей неделе, в это же время.

Комментарии

Дети недолго сопротивлялись заданию. Я сформулировала свои требования просто и без обсуждения. Иногда я работаю супервизором у терапевтов, которые применяют эту технику, и кажется, что они общаются с родителями так неуверенно, что семьи чувствуют неловкость терапевта и предпочитают не выполнять его указаний. Например, терапевт может сказать: «Не могли бы вы сделать это?» или «Есть нечто, о чем бы я хотел попросить вас подумать». Когда в работе участвуют дети, всегда лучше преподносить задание как свершившийся факт, чем предлагать им возможности, которые можно отклонить.

Также я представляю правила кратко, без излишнего усложнения. Иногда я слышу инструкции, которые слишком длинны и сложны для понимания детей. Если будет очень много правил, это не будет способствовать игре. Поэтому существует только два основных правила: история должна быть придумана, и она должна быть разыграна (а не рассказана).

Сразу после инструкции я покидаю комнату, вынуждая семью объединиться, чтобы выполнить задание. Если существует сопротивление, то терапевт обычно становится его мишенью. Иногда семейное разделение можно наблюдать в том, как выполняется задание, как в случае с этой семьей, которая демонст-



пировала те же трудности, с которыми сталкивается и дома: дети становятся агрессивными, и мать отступает, испытывая фрустрацию, таким образом, сохраняется существующий детский сговор против родителей. В домашней обстановке отстранение матери служит сигналом для ее партнера, чтобы он помог ей, он вмешивается в сценарий, чтобы взять под контроль агрессивное поведение девочек и, следовательно, помочь матери. Из-за отсутствия партнера на терапевтической сессии отдаление матери в конечном итоге вызвало объединение девочек друг с другом, но изоляция матери от ее детей сохранилась.

Дети сделали интересный выбор марионеток. Показательно, что старшая дочка, Карен, предпочла стать мудрым филином и сильным, потенциально деструктивным медведем. Наиболее вероятно, что она выбрала филина, потому что она старший ребенок и потому что последнее время ее мнению не придавали значения. Медведя она выбрала скорее всего потому, что он символизирует ее силу и непреклонную позицию, а также ее способность быть попеременно вредной и воспитанной с теми, кто окружает ее. Эшли выбрала быстрого и сильного кролика, а также белку, которая наблюдательна и предпочитает обосноваться в каком-нибудь уютном месте. Когда случаются неприятности, и белка, и кролик стремглав убегают. Так же, как и эти животные, Эшли пускалась в бега вокруг дома, чтобы скрыться от громких угроз старшей сестры и найти убежище где-нибудь в маленьком укромном уголке. Мать также сделала очевидно лучший выбор. Полицейский — это та роль, которую, по ее словам, она выполняет дома. Она видела себя в роли человека, пытающе-



гося сохранить мир и спокойствие. Во время сессии было интересно наблюдать, как она, исполняя роль полицейского, все сильнее погружается в состояние отчаяния, когда к ней обращаются за помощью и она понимает, что ничем не может помочь.

Тема, выбранная для истории, отражала тяжелое семейное положение: мать старалась сохранить мир между Джимом, который воспринимался как потенциальная угроза, и детьми, которые убегали от него или атаковали словесно. Оба ребенка продемонстрировали свою наблюдательность и полученные знания о том, что люди — существа ненадежные и пугающие. Они также продемонстрировали, что скорее будут бороться до конца, чем примут ту судьбу, которую считают опасной.

Борьба многое отняла у детей. Они настолько были поглощены самозащитой, что воздвигли вокруг себя защитную стену: ничто не могло причинить им вред, но стена также препятствовала и любым позитивным взаимодействиям. Построив защитную стену, они не только не допускали до себя потенциальную угрозу, Джима, но и не впускали полицейского — мать. Факт их объединения перед лицом опасности привел к тому, что мать перестала восприниматься ими в качестве источника защиты.

Мои вмешательства были направлены на то, чтобы способствовать эмоциональным изменениям в отношениях между матерью и девочками. В то же время я ориентировала сестер на то, чтобы они с помощью своих наблюдательных способностей добыли новую информацию о Джиме: мое предложение смотреть за ним, пытаясь заметить что-то хорошее в его поведении, бы-



ло вызовом их умению наблюдать. К тому же задание имело намерение направить их враждебную энергию в другое, более позитивное русло. После их ухода у меня создалось впечатление, что сессия с использованием марионеток оказалась более эффективной, чем предыдущая встреча, и я размышляла, как убедить Джима посетить будущие сессии, поскольку он является существенной частью семейной динамики.

Третья сессия

При следующей встрече девочки поприветствовали меня более тепло и стали ходить передо мной кругами, вероятно, в ожидании начала. Мать, казалось, не изменилась и просто молча последовала за нами, когда мы вошли в комнату. Девочки тут же попросили, чтобы я дала им куклы, и я ответила им, что буду рада принести их, но сначала я хочу узнать, как прошла эта неделя. Карен и Эшли сказали «нормально» и «ОК» почти одновременно. Мама добавила: «Все стало действительно лучше после первой нашей встречи...». Я спросила ее, что именно изменилось. Мать ответила, что девочки в течение четырех-пяти дней, похоже, были более дружны друг с другом, было меньше ссор. «Ну, — сказала я, — четыре или пять дней... это замечательно!» «Да, но потом все разрушилось, — продолжала она, — потому что Эшли попросила Джима помочь ей с домашним заданием и Карен занервничала».

Терапевт: Итак, Эшли, ты дала Джиму шанс выручить тебя.

Эшли: Да, он знает математику.

Терапевт: Ты узнала, что он знает математику.



Эшли: Да, Карен сказала мне убираться из ее комнаты, когда я попросила ее помочь.

Карен: Я не знала, что ты собираешься попросить его.

Эшли: Зато он помог мне больше, чем ты.

Карен: Гадина!

Мать: Карен, следи за своим языком.

Карен: Она такая.

Мать: Ты слышала, что я сказала.

Карен: Проклятье.

Мать: Карен, еще одно ругательство, и...

Карен: И что? Ты позовешь чудовище Джима, чтобы он наорал на меня?

Терапевт: Что ты делаешь, если Джим говорит с тобой вместо твоей мамы?

Карен: Я ненавижу это! Я ненавижу это больше всего на свете! Она, и только она — наня мама. Только она может говорить нам, что есть что и что нужно делать. Не он. Он никто. Он не мой папа. Он не может указывать, что мне делать.

Терапевт: Тебе не нравится, когда твоя мама не обращается к тебе сама.

Карен: Я ненавижу это! Она похожа на безответную мышь.

Терапевт: Если она мышь, то кто же тогда Джим?

Карен: Он как громадный тигр, который ест своих детенышей и рычит, рычит...

Мать: Карен, ты сильно преувеличиваешь. Он не постоянно рычит.

Карен: О да, но он ест своих детенышей, правда?

Мать: Нет, я этого не говорила.



Терапевт: Карен, ты боишься, что Джим съест тебя?

Карен: Да.

Мать: Я не понимаю, что это значит.

Терапевт: Карен, скажи маме, чего ты боишься.

Карен: (вытирая слезы): Что он собирается занять... (Она открыто плачет и запинаясь на словах.) Что он будет ответственный за нас, и ты, и мы уже никогда не будем жить так, как жили раньше.

Терапевт: Что с тех пор изменилось?

Карен: Раньше ты любила нас больше...

Мать (раздраженно): Карен, не будь смешной...

Терапевт: Люси, постарайся сейчас выслушать то, что чувствует твоя дочь, так или иначе, это то, что она все воспринимает.

Карен: Ты проводила с нами столько времени, играла с нами в игры, ходила куда-нибудь, теперь ты все время с Джимом... Ты обращаешься с ним так, как будто он теперь твой любимчик.

Терапевт (обращаясь к матери): О каких чувствах вам сейчас рассказала Карен?

Мать: Кажется, она думает, что я провожу слишком много времени...

Терапевт: Люси, поразмышляйте над этим, как вы думаете, что сейчас чувствует Карен?

Мать: Одиночество, я не забочусь о ней... не люблю, так?

Терапевт: Карен, это похоже на правду?

Карен: Да...

Терапевт: Эшли, ты внимательно все слушала, что еще чувствует Карен?

Эшли: Она напугана.



Терапевт: Чем напугана?

Эшли: Боится потерять маму.

Терапевт: А ты Эшли? Что ты чувствуешь?

Эшли: Я тоже испугана.

Терапевт: Чего ты боишься?

Эшли: Что мама уйдет и будет все время с Джимом.

Терапевт: Что-нибудь еще?

Эшли: Что она уйдет, как и папа.

Терапевт: Ты боишься, что она уйдет и не вернется?

Эшли: Да.

Терапевт (обращаясь к матери): Что вы слышали из того, что говорили ваши дети?

Мать: Что они боятся, что я брошу их так же, как это сделал их папа... (Мать тоже начала плакать). Но я хочу, чтобы вы знали...

Терапевт: Скажите им прямо.

Мать: Я никогда, никогда не оставлю вас, пока не умру, или если умру, но никогда этого не случится по моей воле.

Терапевт: Скажите им, что вы чувствуете по отношению к ним.

Мать: Неужели вы не знаете, как я люблю вас, девочки?

Терапевт: Скажите им.

Мать: Я люблю вас больше, чем что-либо и кого-либо на свете.

Карен: Больше, чем Джима?

Мать: Конечно, больше, чем Джима. Вы были до него и будете в моей жизни всегда, и неважно, что случится с Джимом, вы всегда будете моими девочками.



Терапевт: Когда последний раз вы обнимались?

Мать: Кажется, они уже давно выросли и не нуждаются в этом.

Терапевт: Так когда же последний раз?

Мать: Несколько месяцев назад.

Терапевт: Около семи месяцев?

Мать: Да, вроде бы.

Терапевт: Мне кажется, что большинство детей любят, когда их обнимают и целуют, даже когда они становятся большими и взрослыми.

Мать: Дети, вы любите обниматься?

Эшли сразу же ответила на раскрытые руки матери. Карен смотрела, как они обнимаются. Мать раскрыла руки шире, чтобы обнять и Карен, девочка ответила взаимностью, Эшли пододвинулась к матери. Я сказала им обниматься столько, сколько они захотят. Мать обнимала и держала девочек около 15 минут, когда они собрались уходить, я спросила, куда они собираются идти сразу после сессии. Карен сказала, что Эшли и мама нашли новый магазин мороженого и мама пообещала им лакомство перед ужином.

Я сказала, что надеюсь у них будет славное пиршество и что единственным домашним заданием на следующую неделю будет следующее: стараться обнимать друг друга, но не больше двух раз¹, и продолжать наблюдать за Джимом, вдруг они смогут заметить, что он

¹Я, конечно же, не хотела ограничивать их, но отдавала себе отчет в том, что это было нехарактерное для семьи поведение и его может быть нелегко будет воспроизвести вне ситуации терапии. Таким образом, я дала такую парадоксальную инструкцию, надеясь, что это понизит тревожность, вызовет несогласие (то есть «Мы будем обниматься столько, сколько хотим»). Для дополнительного описания парадоксальной интенции, смотрите Palazzoli, Boscolo, Cecchin & Prata, 1981.



делает что-нибудь хорошее. Эшли не сопротивлялась сказанному мной, потому что она уже дважды застала его за подобным делом. Я попросила ее записать два этих случая, чтобы не забыть, и мы поговорим о них на следующей неделе. Перед выходом Эшли сказала: «Мы забыли поиграть с марионетками». «Да, мы забыли, — ответила я. — Они будут здесь в следующий раз».

Комментарии

Это была удачная сессия. Я была удивлена, что все завершилось так быстро, но я приписываю эту заслугу матери, так как она привела детей в нужный момент. Было видно, что они несчастны, но они еще не приобрели жесткие паттерны поведения. Дети отчаянно искали внимания матери, но скрывали это. В действительности, отец бросил их очень рано, когда они были еще маленькие, поэтому, когда у матери наладились отношения с Джимом, это стало угрожающим фактором для безопасности детей. Девочки стали бояться, что мать откажется от них.

Моя главная цель заключалась в том, чтобы восстановить те эмоциональные связи, которые существовали между ними до появления Джима. В отличие от других семей, где конфликт порождал серьезные разногласия и разлад отношений между членами семьи, здесь ситуация была не настолько запущена. Я полагалась на тот факт, что, если эмоциональные связи удастся восстановить, другие проблемы решить будет несложно.

Эта семья пережила сильный эмоциональный кризис, вызванный появлением Джима. Девочки должны были привыкнуть, что их мать любит Джима, что те-



перь они проводят с мамой меньше времени, и должны были принять авторитет Джима, исполняющего отныне роль отца. В отношениях матери и Джима также имелось несколько неразрешенных вопросов. Пытаясь сохранить отношения, Люси утратила свой голос. Она передала все полномочия власти над детьми Джиму, не пытаясь сохранить равную ответственность за детей, поскольку боялась, что мужчина бросит ее, так как она не смогла сделать его счастливым. Она не ожидала распада предыдущего брака, и поэтому сейчас пыталась сделать все, чтобы Джим был счастлив, пожертвовав собственными желаниями и интересами.

Джим заметил, что положение в доме улучшилось, и сказал Люси, что рад тому, что ей повезло с терапией больше, чем ему. Он по-прежнему отказывался участвовать в терапии, но все-таки согласился по просьбе Карен прийти на одну из сессий. Карен пришла к заключению, что Джим нуждается в терапии, и решила, что пригласит его сама. Джима настолько поразило приглашение Карен, что он решил посетить одну сессию, на которой девочки могли рассказать ему, что много раз видели, как он делал что-то хорошее. Эшли принесла свою записную книжку, в которой было перечислено 14 разных пунктов.

Карен задала общую атмосферу сессии, поблагодарив его за то, что он пришел, несмотря на то что не верит в терапию. Она продолжила и попросила его просто послушать кое-что, о чем они хотят ему рассказать, и использовала куклу филина, чтобы объяснить, как она восприняла то, что мама стала так заботиться о Джиме. У Эшли наладились с Джимом более теплые отношения (как сказала мать). В итоге она взяла мари-



онетку белки и постоянно движениями привлекала внимание Джима, и он отвечал ей тем же, не отвлекаясь от того, что говорила Карен. Он был похож на отзывчивого отца, который страстно желает приспособиться к этой семье. После того как он всё выслушал, он сказал, что понял, как им было тяжело, когда он переехал к ним, и поблагодарил их за то, что ему дали шанс исправиться. Он добавил: «Вы не заметили, что я больше уже не кричу? Это потому что вы не бегаете больше, как две маленькие хулиганки». Затем он поблагодарил их за доверие и за приглашение на сессию. Они обсуждали другие всплывающие на поверхности проблемы, но, в общем, было похоже, что семья признала место Джима в семье. Джим сказал, что он понимает детей, их чувства и недоверчивое отношение к себе, и продолжил: «Я больше лаю, чем кусаюсь». Девочки ответили: «Ты больше рычишь, чем поедаетшь».

Заключение

В описанном случае интервью с использованием марионеток было хорошей стратегией, так как работать пришлось с необщительными и недружелюбно настроенными детьми. Проблема заключалась в агрессивном поведении детей, которое возникло после того, как партнер матери переехал в их дом. Мать и дети раньше радовались теплым и близким взаимоотношениям, но они испортились после переезда Джима, так как мать стала очень уступчивой, потакая во всем своему партнеру. Дети воспринимали Джима как угрозу и втайне боялись, что мать бросит их ради него. После того как



они пережили уход отца, их страх исчезновения матери был вполне понятен.

Дети хорошо отозвались на интервью с марионетками, и их первая история продемонстрировала основную проблему: дети заняли агрессивную позицию, чтобы защититься от воспринимаемой угрозы. После того как они отгородились от всех возможных угроз со стороны Джима, они также отгородились и от всех позитивных взаимодействий с матерью. Животные в истории (символизирующие основные переживания девочек) часто убегали и дрались.

Первой задачей было использовать метафоры в истории, чтобы способствовать установлению контакта между матерью и детьми. Например, в истории обнаружилось, что роль полицейского понадобилась Люси, чтобы занять позицию воспитателя и восстановить позитивный контакт. Если бы теплые отношения между матерью и девочками не восстановились, вероятно, не были бы решены и другие проблемы. Метафоры этой первой истории были перенесены в процесс терапии, который длился около шести месяцев. Хотя Джим посетил лишь одну сессию, метафора о том, что он больше рычит, чем кусается, выразила детские страхи, что на них кричат и могут съесть. Однажды установленные в семье метафоры дают возможность ссылаться на них и расширять их смысл в процессе терапии. При случае, я могла обратиться к белке, чтобы сослаться на врожденные инстинкты, или на медведя, чтобы сослаться на то, что иногда люди дерутся и властвуют только потому, что они сильнее других.

Неизвестно, сколько времени понадобилось бы на вербальную терапию, без использования игровых тех-



ник, но можно сказать, что с помощью игры можно было снять начальное сопротивление семьи, она обогатила терапию символами, с которыми можно было работать. Многие терапевты не решались вовлекать семьи в работу с марионетками, вероятно, потому, что сами испытывали при этом дискомфорт. Я уверена, что, поступая таким образом, терапевты подавляют собственную творческую энергию, так же как и свою способность веселиться и общаться не с помощью слов, а с помощью символов. Многие из этих терапевтов выражали страх по поводу того, что не знают, что делать или говорить, когда семья заканчивает историю, и/или боятся неверно истолковать значение услышанного. Задавая вопросы, терапевт может лучше понять возможное значение истории, и однажды, попробовав эту технику на практике, вы увидите, что гипотезы строить намного легче, рассматривая в совокупности значение выбора марионеток, затронутые темы и взаимодействия в процессе истории.

Терапевты, которые чувствуют нерешительность, неуверенность при использовании техники семейных историй могут попрактиковаться в работе с коллегами. Это можно делать практически с любой группой людей, и в группах с уже установившимися контактами, и в только что созданных группах, с короткой совместной историей. Можно собрать группу под предлогом проведения тренинга развития и затем попросить придумать историю с марионетками. Таким образом терапевты могут попрактиковаться в том, что можно было бы говорить и делать во время сессии.

Другой положительный аспект этой техники состоит в том, что терапевты могут вмешиваться в процесс



настолько, насколько теоретически готовы к этому. К примеру, терапевт, имеющий опыт работы с нарративными терапевтическими техниками или техниками гештальттерапии, может использовать этот уникальный опыт в интервью с использованием марионеток.

Второй иллюстративный случай

Ксавье, семилетнего южноамериканского мальчика, на терапию привела расстроенная мать. У мальчика были проблемы с лишним весом, они посадили ребенка на диету, когда ему было 4 года, но это не помогало, Ксавье продолжал постоянно прибавлять в весе. Ребенок явно страдал ожирением, и мать заметно беспокоилась о его внешности. Когда мать звонила мне первый раз, она говорила, что чувствует «себя на краю пропасти», и заметила, что надеется, что терапия поможет сбросить вес ребенку. Когда я попросила ее рассказать о семье, она сказала, что замужем за хорошим, но излишне мягким, покладистым человеком. Во время этой короткой беседы она рассказала о своем муже, Тони, что он был «равнодушен и безучастен» к проблемам семьи, так как постоянно был занят на работе. У них есть второй ребенок — Моника, шести лет, с нормальным весом, для них она была «ангелочком». Я пригласила всех членов семьи прийти на первую сессию, и мать с неохотой согласилась, она утверждала, что муж, вероятно, не придет. Я сказала ей, что важно, чтобы он пришел на терапию, поскольку я уверена, что будучи отцом мальчика, он может многое рассказать о сыне. Мать, казалось, сопротивлялась, но в конечном итоге согласилась, пообещав, что постарается сделать так, чтобы Тони пришел.



Первая сессия: начальное интервью

Когда я вышла, чтобы поприветствовать семью в приемной, я увидела такую сцену: отца в комнате не было, мать держала свою дочь на коленях, а Ксавье подпрыгивал вверх, создавая при этом много шума. Мать встала, поздоровалась со мной за руку и сказала: «Привет, я Фернанда, Тони курит за дверью... Я уговорила его прийти». Когда мать позвала его, отец потушил сигарету и вошел в комнату. Я поздоровалась с Тони, сказала ему, что рада его решению прийти, поскольку знаю, что он может многое рассказать мне о сыне. Он пробормотал что-то невнятно: «Посмотрим... в действительности я знаю немного».

В кабинете мать опять взяла Монику на колени. Моника засунула пальцы в рот. Казалось, что это было для нее привычным положением. Ксавье не сел, а стал бродить по комнате. Мать чувствовала себя неловко из-за этого. Пока Фернанда уговаривала мальчика сесть и не трогать вещи, отец молчал, вероятно, он уже привык к попыткам матери урезонить поведение сына.

Несколько минут мы разговаривали о тех трудностях, которые им пришлось преодолеть, пока они искали офис. Потом я попросила семью рассказать мне о том, что привело их ко мне. Тони посмотрел на Фернанду, и она немедленно приняла лидерство: «Как я уже говорила вам по телефону, мы очень обеспокоены тем, что Ксавье очень много ест и продолжает набирать вес». Как только она вслух проговорила это, Ксавье начал громко шуметь, выдувая воздух изо рта, Моника стала хихикать, на лице Тони промелькнула улыбка. Мать продолжала, не обращая внимания на Ксавье. «Кажется, он не воспринимает это очень серьезно...»



Я прервала ее, спросив, кого она имеет в виду — Ксавье или Тони. «Ксавье, конечно. Он думает, что это вроде шутки. Ему нужно понять, что если он не начнет уделять этому внимание, то сбросить вес будет все сложнее и сложнее. Уж я то знаю. Я всю жизнь весила больше нормы и знаю, как могут быть жестоки люди». Ксавье перестал шуметь и сказал: «Никто не смеется надо мной. Если они сделают это, я побью их». Мать тут же ответила: «Драка — не решение твоей проблемы». «У меня нет проблем», — прокричал Ксавье. «У кого-нибудь есть проблемы?» — спросила я. «Я не знаю», — прокричал в ответ Ксавье, держась руками за спинку кушетки и задирая ноги.

Матери не удалось успокоить Ксавье. Его поведение обостряло конфликт. Мать сказала, что Ксавье всегда был очень непоседливым и непослушным. Отец делал очень мало замечаний и говорил только тогда, когда у него что-то спрашивали, что случалось не очень часто. Когда я обратилась к нему, чтобы узнать, что он думает по поводу прихода на терапию, он сослался на жену. Когда я настойчиво попросила его высказать свою точку зрения, он с неохотой и тихо сказал: «Он постоянно ввязывается в драки, потому что другие мальчишки дразнят его». Когда я спросила Тони, для кого это является проблемой, он ответил: «В основном для Ферн» (то есть его жены). Когда я спросила, влияет ли каким-нибудь образом на Ксавье его вес, Тони ответил, что «в доме было бы спокойнее, если бы Ферн и Ксавье не ругались из-за того, что он ест». Тони добавил, что он тоже был «полнощеким мальчиком», потому что «его мать очень вкусно готовила, когда он был ребенком». Фернанда громко сказала: «Вкусная еда! Все это жир-



ное и жареное... весь этот картофель, и рис, и сладкое! Ужасно!» Отец молча слушал. Моника ничего не говорила, она не отнимала рук ото рта первые 30 минут беседы. Ксавье открывал и закрывал дверцы и ящики; срывал листья с растений; громко хрюкал и вскрикивал, казался полностью бесконтрольным. Я решила сократить сессию, так как конфликт в семье обострился и участники были подавлены и испытывали дискомфорт. Я полагала, что происходящее отражало типичные противоречия, существующие в семье, и решила пригласить их прийти для дальнейшей работы на следующей неделе. Я сообщила родителям, что получила много информации на этой встрече и хотела бы назначить вторую встречу на этой же неделе.

Вторая сессия: семейное интервью с использованием марионеток

Вторая сессия состоялась двумя днями позже. С самого начала Ксавье заявил о своем присутствии в приемной. Два других терапевта вышли в приемную и попросили его вести себя тише. Мать демонстрировала нетерпимость по отношению к его поведению и чувствовала себя не в своей тарелке. Отец, в свою очередь, курил за дверью. Когда все они вошли в кабинет, то увидели примерно 15 марионеток, разложенных на столике в середине комнаты. Ксавье искренне заинтересовался марионетками и спросил: «Зачем это?» «Молодец, что спросил. Это марионетки для тебя и твоей семьи». Ксавье посмотрел на меня снова и спросил: «Что вы имеете в виду?» Я попросила их сесть и устроиться поудобнее. «Я принесла сегодня куклы, потому что хочу попросить вас придумать с их помощью историю».



Моника слезла с коленок матери и села рядом с братом около столика.

«Я хочу, чтобы каждый из вас выбрал марионетку, с которой хочет поиграть, ту, которая по каким-то причинам привлекла ваше внимание». «О! — выдохнул Ксавье. — Я хочу эту». И он схватил марионетку, изображающую черта. «Мама, я тоже хочу марионетку», — сказала Моника. Я объяснила детям, что они могут выбирать любые марионетки, какие захотят, и что мама и папа тоже сделают свой выбор. «Папа собирается взять марионетку?» — закричал Ксавье. «Да, это так, — ответила я. — У каждого из вас будет своя марионетка». Я продолжала говорить, в то время как мать и отец начали рассматривать игрушки. «Я хочу, чтобы вы, выбрав себе марионеток, сочинили историю, у которой было бы начало, середина и конец. Это должна быть придуманная история, а не какая-нибудь известная сказка. Я хочу дать вам на это 30 минут, и затем, когда я вернусь, я хочу, чтобы вы разыграли для меня эту историю». Ксавье спросил меня, куда я собираюсь идти, и я показала на одностороннее зеркало, объяснив, что собираюсь пройти в комнату по ту сторону зеркала, где буду наблюдать, как они придумывают историю, и вернусь сюда, когда все будет готово.

Когда я начала наблюдать за ними через зеркало, то увидела, что Тони сел обратно в кресло, видимо, ожидая, пока другие выберут себе те игрушки, какие хотят. Чем больше мать ограничивала Ксавье одной марионеткой, тем больше он хотел взять себе все. Они спорили о том, могут или нет брать больше одной марионетки, пока мать не перестала настаивать на своем, заметив, что Моника выбрала себе три марионетки. «Хо-



рошо, хорошо», — сказала она Ксавье: «Бери столько, сколько хочешь, но проверь, чтобы остались и папе». Отец наклонился вперед и выбрал две марионетки, мать тоже выбрала.

Ксавье начал придумывать историю, и тут же начались споры с матерью, как ее продолжить. Отец не вмешивался, он, казалось, был согласен со всем, что предложит сын и жена. У Моники было мало идей по поводу истории. Мать включала время от времени ее в историю, но Ксавье доминировал. Через 20 минут они закончили придумывать историю, мать при этом постоянно смотрела на часы, чтобы удостовериться, что они успевают закончить задание в срок. Я вошла в комнату и сказала, что с нетерпением жду их рассказа. Я предупредила, чтобы они воспринимали меня как зрителя и показали мне то, что у них получилось. Ксавье начал:

Скунс (Ксавье): Я скунс, и везде, где я появляюсь, я распространяю ужасный запах, и все убегает прочь, затыкая нос. Я распространяю самый ужасный запах на свете. Никто не может кушать, когда так пахнет. Пи-Ю. Это мое имя — Пи-Ю.

Кит (мать): Итак, я кит, я очень большой и плаваю в огромном океане. Я самая большая рыба в море, и другие рыбы уважают меня, потому что я самая могущественная и самая мудрая рыба. Кстати, у меня очень питательная еда из морских водорослей. Я очень не люблю мусор, который люди выбрасывают из своих лодок. Я думаю, вы назовете меня кит-вегетарианец.

Щенок (Моника): Это хорошо, значит, ты меня не



съешь. Киты не любят есть щенков, потому что они едят только морскую пищу, морскую рыбу.

Волшебник (Ксавье): Я самый ловкий и хитрый, не то что ты, старый толстый кит. Я волшебник, не Оз, а Оооозззз. Я знаю такие вещи, которые не знают другие. Я знаю обо всем. Например, я знаю, что акулы на самом деле дружелюбны и они не едят людей, если люди не пытаются напасть на них, и тогда они начинают есть людей, иначе те не оставят их в покое, не так ли, мистер Акула?

Акула (отец): Я противная акула.

Щенок (Моника): Нет, папа, ты не противная акула, ты хорошая...

Акула (отец): Хорошо, я хорошая акула, кроме тех случаев, когда люди считают меня противной.

Волшебник (Ксавье): Потому что люди не знают всего...

Акула (отец): Да, люди не знают, какая я на самом деле. (Поворачиваясь ко мне, отец спрашивает: «Мы должны рассказывать историю, или что?» Я отвечаю: «Да, расскажите мне историю с началом, серединой и концом».)

Акула (отец): Однажды в море был рыбак, и он пытался поймать меня, но я уклонялся от гарпунов, которые он бросал в меня... они даже послали глубоко в океан человека в клетке, и они пытались обмануть меня, предлагая съесть большую рыбу, которая истекала кровью и пахла действительно великолепно, но я не дурак, я заметил, что это была ловушка.

Ксавье: Но, папа, мы придумали, что ты попадешься, тогда мы сможем тебе помочь.

Отец: Да, верно.



Акула (отец): Один раз, мне кажется, у меня болела голова или что-то в этом роде, я плохо соображал, и они спустили под воду клетку с красивой акулой-женщиной.

Кит (мать): Не хочешь ли ты сказать, красивого кита?

Акула (отец): Акулы не любят китов, Ферн, ты же знаешь.

Мать: Хорошо, вот до чего мы договорились.

Отец: Вы должны помочь мне спастись.

Моника: Да, вместе со мной, мама.

Мать: Хорошо, продолжайте.

Акула (отец): Как бы там ни было, у акулы-женщины были накрашены губы и у нее были большие сережки.

Моника: Папа, акулы не носят сережки, глупый.

Ксавье: Заткнись тупица... это часть истории.

Мать: Ты не мог назвать ее по имени, Ксавье?

Ксавье: Ладно, ладно, давай дальше, папа.

Акула (отец): Я всего-навсего подошел, чтобы сказать привет, и на меня упала другая клетка. Меня поймали, и мне это не понравилось, я закричал, чтобы позвать своего друга, волшебника.

Волшебник (Ксавье): Хорошенький подарочек ты сделал сам себе. Я помогу тебе выбраться.

Акула (отец): Рад слышать.

Волшебник (Ксавье): Отлично, я думаю, что собака может распугать рыболовов, и, когда они убегут, мы сможем украсть их ключи и освободить тебя.

Акула (отец): Великолепная идея. Давай сюда ту лающую собаку.

Ксавье: Давай же Моника, давай собаку.



Щенок (Моника): Гав-гав-гав-гав!

Мать: Громче, дорогая, ты должна напугать тех рыбаков.

Щенок (Моника): Гав-гав-гав-гав.

Волшебник (Ксавье): У меня есть идея получше, мистер Акула. Я собираюсь попросить самого большого, толстого и сильного кита в океане приплыть и разбить твою клетку.

Кит (мать): Я самый большой и самый сильный. Позвольте мне разобраться с этой клеткой. Где она? (Мать действительно пытается засунуть руку прямо в марионетку акулы, в то время как отец, по-видимому, не знает, как реагировать на это. Дети смеются, пока мать просовывает руку в марионетку акулы.)

Акула (отец): Хотя ты и сильный, Кит, ты недостаточно силен, чтобы помочь мне. Я хочу выйти. Мистер Волшебник, мистер Волшебник, какая у вас еще есть идея?

Волшебник (Ксавье): Не беспокойся, у меня есть еще одна идея. У меня есть друг, от него исходит самый ужасный в океане запах. Он вытащит тебя. Сейчас он придет.

Скунс (Ксавье): Будьте готовы все и каждый, сейчас вы почувствуете мой могущественный запах. Когда он дойдет до этого места, все в спешке убегут отсюда. Ок, сейчас, будьте готовы. Пуууууф. Получайте то, что заслужили, парни. Вы не можете держать мою акулу в своей тюрьме. Ух ты, стены клетки раскрываются... Эти рыбаки торопливо уезжают на своих моторных лодках... Пи-Ю здесь, чтобы спасти всех. Он выкинет всех прочь из океана и спасет Акулу.



Акула (отец): Спасибо, мистер Волшебник, за то, что освободили меня.

Волшебник (Ксавье): Ты благодаришь не того. Герой — Пи-Ю. Только он знает, как избавиться от кого угодно. Он могущественный скунс. Он сделал то, что не смогли сделать ни щенок, ни кит.

Моника: Мама, моя птичка не пыталась спасти акулу.

Ксавье: Ни одна птица не может спасти акулу.

Мать: Ксавье, позволь ей попробовать. Она хочет поиграть со своей птичкой.

Ксавье: Мама, акула уже свободна.

Мать: Акула может снова заплывать в клетку.

Ксавье: Мама, почему всегда все происходит так, как она хочет?

Мать: Потому что она маленькая... Ну же, Ксавье, ты теряешь время. Она уже могла бы это сделать. (Ксавье сел на стул, демонстрируя обиду, и Моника взяла марионетку птицы.)

Моника: Ксави, что я делаю?

Ксавье: Меня это не интересует.

Акула (отец): Я снова в клетке. О, нет, что мне делать? Мистер Волшебник сказал, что есть только одна минута, после чего он применит свое секретное оружие. О, да, Птичка собирается прилететь сюда и открыть замок.

Птичка (Моника): Да, папа, я лечу, чтобы спасти тебя. Я открою замок. Это слишком сложно. О, я не могу.

Мать: Ксавье, давай закончим историю заново.

Акула (отец): Сейчас давайте посмотрим, мистер Волшебник сказал, что есть секретное оружие... кто-то,



кто пахнет действительно плохо... (Отец повернулся к Ксавье: «Давай Ксавье, не будь таким упрямым. Просто сделай это снова».)

К с а вье: Хорошо, хорошо, приходит скунс и всюду распространяется неприятный запах, и все убегают, и клетка растворяется, и акула становится свободной.

К и т (мать): Хорошо, мистер Акула, я надеюсь, вы теперь будете умнее и не будете снова шалить.

А к у л а (отец): Ни за что. Ни за что не собираюсь возвращаться обратно в клетку. Приветствую вас также, мистер Кит. Что сегодня на обед?

К и т (мать): Как обычно, рыба и водоросли. Почему бы вам не заглянуть на обед, если будет время.

А к у л а (отец): У меня куча времени. Я свободная акула. Я приду на обед, но только если мистер Скунс и мисс Щенок, и мисс Птичка тоже придут. Они пытались помочь мне выбраться, и мистер Скунс ухитрился освободить меня...

К и т (мать): Все приглашаются на ужин.

К с а вье: Это значит, что мистер Волшебник тоже. Конец.

К и т (мать): Вот такой неожиданный конец.

Т е р а п е в т: Это конец вашей истории?

М а т ь: Думаю, да.

Обычно я оставляю вопросы о названии, морали и прочие на потом, но в данном случае мне не терпелось сделать это немедленно, возможно из-за того, что я ощущала потребность семьи или свою собственную в этом.

Т е р а п е в т: Мистер Акула, каково название вашей истории?



Акула (отец): Заголовок, хм. Я думаю «Свобода — это самое лучшее».

Терапевт: Кто еще может придумать название?

Мать: «Угадайте, кто придет на ужин».

Терапевт: Ксавье и Моника, а ваши названия?

Ксавье: «Вонючка-герой».

Моника: (хихикая) «Папа возвращается домой».

После этого я взяла паузу на несколько минут, чтобы решить, что делать дальше.

Впечатления

Я была отчасти ошеломлена богатством и разнообразием значений, представленных в этой истории. История отражала и раскрывала и очевидные, и скрытые проблемы этой семьи. В то же время история преподнесла несколько сюрпризов.

Я заметила, что поведение отца изменилось. Во время предыдущей сессии его осанка, поза, интонация голоса и сдержанность говорили о том, что он отдален от семьи. Внешне он, казалось, был не вовлечен в терапию, иногда выглядел враждебно настроенным, сопротивляющимся. Мать, похоже, демонстрировала парадоксальное поведение: казалось, что она принимала все решения, давала указания, но все попытки были безрезультатны, и она чувствовала себя подавленной, не справившейся со своими обязанностями.

На первой сессии Ксавье был неуправляем, старательно пытался отвлечь терапевта от беседы с другими членами семьи. Оглядываясь назад, можно сказать, что он вел себя героически: он пытался защитить отца и брак родителей. В то же время Ксавье, казалось, нуж-



дался в том, чтобы ему каждый уделял много внимания, и довольствовался негативным вниманием со стороны своей матери. Ключи к этим проблемам были получены во время интервью с использованием марионеток. Ксавье выбрал скунса, чей запах заставляет других разбегаться прочь, и волшебника, который может продвигать магические хитрости и решать самые трудные жизненные вопросы. Мать выбрала кита, потому что это отражало ее тревогу о своем весе и весе детей, а также ее желание доминировать и демонстрировать силу. Отец выбрал двух животных, оба эти животные представляли опасность — акула может убивать, и паук, который также представляет смертельную опасность. Выбор отца точно отражал его пассивное поведение. Моника выбрала три марионетки, которые, казалось, соответствовали ее личности: щенок, маленькая птичка и маленькая улыбающаяся девочка с косичками.

Было интересно наблюдать за тем, как они сочиняли историю. Мать и Ксавье яростно спорили, оба хотели сделать так, чтобы доминировать и контролировать содержание, направление истории и ее окончание. В этих людях содержалась большая часть энергии семьи. Они боролись так, как это только можно себе представить, и Ксавье упорно продолжал спорить, хотя обычно терпел поражение. Отец спокойно относился к происходящему, не вмешивался в спор. Моника не вынимала изо рта палочки, слушая активную дискуссию между матерью и братом.

Тема истории была простая: отца поймали в клетку, и нужно было освободить его, и только Ксавье обладал мудростью и особенными способностями и мог спасти его. Хотя волшебник одобрил и позволил киту (матери)



и щенку (Монике) попытаться помочь акуле, им это не удалось. Только Ксавье был в состоянии помочь и с помощью запаха скунса освободить отца. Моника чувствовала себя исключенной из истории и просила о равноправном участии. Ксавье не воспринимал ее просьбу и становился сердитым, когда она могла обратиться на себя внимание. Он неохотно принимал участие в самом конце, когда я попросила его придумать свое название истории.

Было очень много упоминаний пищи, еды и веса. Мать постоянно ссылалась на силу и мощь своих размеров. Также она постоянно говорила о здоровой пище, пользуясь случаем, чтобы навязать домашним свою точку зрения о полезном питании. Когда мать (кит) попыталась «помочь» отцу (акуле), она решила сделать это, пытаясь проникнуть своей марионеткой внутрь марионетки отца, в результате она не смогла прорваться сквозь его броню (то есть через прутья клетки). Кажалось, что, когда она помогает, она может причинить вред.

Выбор Ксавье скунса отражал его проблему. Из-за его веса люди часто избегали его. По рассказу его матери, Ксавье проводил все больше и больше времени один, друзья постоянно насмехались над ним. Мать сказала, что ее тоже обижали, когда она была ребенком, и она хотела, чтобы родители проявляли к ней больше интереса, когда она так нуждалась в их помощи. Видимо, она решила, что лучший способ оказать ему внимание заключался в том, чтобы помочь, достаточно грубым образом, изменить предпочтения в еде. К сожалению, ее способ помощи Ксавье лишь вредил



ему. Видимо, Ксавье нашел парадоксальный способ держать других на расстоянии от себя, набирая вес.

Множество подобных наблюдений и мыслей крутилось у меня в голове, и я пыталась решить, что делать дальше. Я думала о способности скунса отпугивать от себя, готовности щенка помочь, о размерах и слабости кита, о его чувстве безысходности и лишенной свободы акуле. В конечном счете, я решила сосредоточиться на акуле, отчасти чтобы утвердить и поощрить дальнейшее участие отца.

Терапевт: Мистер Акула, вы таким удивительным способом сбежали из тюрьмы. Скажите, что вы чувствовали, когда так много людей было заинтересовано в том, чтобы помочь вам?

Акула (отец): О, я не знаю. Непривычно.

Терапевт: Расскажите мне больше об этом, мистер Акула.

Акула (отец): Обычно люди боятся меня и не говорят мне больше, чем «привет, как поживаешь»?

Терапевт: Вы имеете в виду, что люди временами не замечают вас?

Акула (отец): Можно и так сказать.

Терапевт: Что бы вы еще могли сказать?

Акула (отец): Я бы сказал — игнорируют.

Терапевт: Расскажите Киту, на что это похоже, когда тебя игнорируют.

Акула (отец): Хорошо... (Избегая контакта глазами с марионеткой кита.) Иногда мне кажется, что мое мнение ничего не значит.

Мать: Хорошо, Тони, это потому, что ты никогда не говоришь, что ты чувствуешь.



Терапевт: Мистер Кит, могу я с вами минутку поговорить? (Мать снова надевает марионетку кита, в то время как дети, не двигаясь, наблюдают за происходящим.) Мистер Кит, вы были одним из тех, кто пытался помочь. Не могли бы вы оказать мне любезность и послушать одну-две минуты то, что скажет Акула.

Мать: Да, но я должна была отреагировать на утверждение о том, что его игнорируют.

Терапевт: Да, я уверена, что вам и акуле много чего надо обсудить. Но сейчас я интересуюсь, можете ли вы послушать акулу минуту или две?

Мать: Конечно.

Терапевт: Спасибо, мистер Кит.

Кит (мать): Конечно, хорошо.

Терапевт: (*Осознавая, что было бы более эффективно поддержать позитивный обмен между родителями, я изменила направление вопросов.*) Мистер Акула, мы говорили о том, каково это, чувствовать, когда так много людей пытаются тебе помочь выбраться из твоей клетки. Пожалуйста, расскажите Киту, на что это было похоже, когда он пытался помочь вам?

Акула (отец): Это было хорошо, что ты старалась... ты пыталась.

Кит (мать): Даже несмотря на то, что мне не удалось...

Акула (отец): На это можно не обращать внимание.

Терапевт: А что важно?

Акула (отец, обращаясь к терапевту): Вы же знаете, что она пыталась.

Терапевт: Говорите мистеру Киту, не мне.

Акула (отец): То, что ты пыталась, — вот что важно.



Терапевт: Что вы почувствовали, когда она помогла вам?

Акула (отец): — Смотрит на терапевта.

Терапевт: Говорите мистеру Киту, не мне.

Акула (отец): Было приятно, что ты пыталась.

Терапевт: А вы, мистер Кит, что вы чувствуете, когда вас благодарят за ваши старания?

Кит (мать): Не считая того, что я не достигла успеха.

Терапевт: Мистер Акула, скажите ей еще раз.

Акула (отец): Я признателен тебе за твои попытки.

Терапевт: И... *(смотря на мать)*.

Кит (мать): Спасибо. Я рада, что пыталась помочь.

Терапевт: Мистер Акула, могли бы вы сказать Щенку и Птичке, что для вас значила их помощь?

Акула (отец): Мистер Щенок, когда вы лааете, вы пугаете меня. Я удивлен, что вы не распугали всех тех рыбаков... Я думаю, вы лааете, как хороший сторожевой пес. Птичка была так любезна, пытаюсь открыть замок, ты всегда выручаешь меня. Спасибо большое. Спасибо за то, что помогли мне выбраться.

Моника: Спасибо, папа.

Акула (отец): Ты имеешь в виду грозная акула.

Моника: Мистер человек-акула.

Терапевт: И теперь расскажите Скунсу и Волшебнику, что вы почувствовали, когда они помогали вам.

Акула (отец): Вы, мистер Волшебник, вы просто молодец. Вы знали, что делать, и прятали ваше секретное оружие, мистера Пи-Ю (Ксавье тут же закричал: Пи-Ю!), вы хорошо скрывали его до последнего момента, и тогда он вышел и спас положение.

Скунс (Ксавье): Да, это я, Супер Пи-Ю.



Акула (отец): Благодарю вас за то, что вы старались помочь мне выбраться на свободу.

Терапевт: Скажите Скунсу и Волшебнику, что вы думаете о том, что они не оставляли своих попыток до тех пор, пока не стали уверены, что вы на свободе? (Мать позднее сказала мне, что восприняла это утверждение как осуждение того, что она не стала упорствовать и перестала пытаться помочь.)

Акула (отец): Скунс, твой друг Ксави действительно особенный ребенок. Он мое секретное оружие.

На этом моменте я решила остановиться и позволить каждому обдумать, что сейчас произошло. Эта семья, вероятно, уже долгое время не общалась так мирно друг с другом. Они сидели молча, теребили кукол и обменивались улыбками.

Терапевт: Время заканчивать. Я хочу поблагодарить вас за то, что все вы участвовали в создании этой истории. Мне кажется, ваша история была очень интересной, и я думаю, мы обсудим ее на следующей сессии. Увидимся на следующей неделе.

Заключение

Семья привела сына на терапию по поводу его «проблемы лишнего веса». Ребенок действительно страдал от избытка лишнего веса и переживал неприятие со стороны друзей. Мать и сын постоянно ругались из-за привычек в еде, в то время как сестра и отец молча наблюдали за этим и не вмешивались. Ксавье в семье уделялось много внимания; Моника была покладистым и спокойным ребенком. Отец Ксавье, Тони,



отдалился от семьи в поисках тихого уголка, он занимал как бы нейтральную позицию. Тони вырос в семье, где редко спорили, и его расстраивали постоянные ссоры, происходившие в доме. Родители Фернанды не уделяли ей и ее проблемам достаточно внимания, они старались покормить ее, когда девочка чего-то боялась, беспокоилась или грустила. Фернанда страдала от лишнего веса всю свою жизнь и беспокоилась, что ее сыну придется пережить те же страдания, что и ей. Стремясь уделить ему «достаточно» внимания, она стала вести себя навязчиво по отношению к сыну, она постоянно заботилась о том, сколько и что он съел. Борьба матери и сына за контроль над пищевыми привычками настолько завладела вниманием матери, что она не заметила, как муж отдалился от нее.

История с марионетками помогла выяснить, что Ксавье использовал проблему веса для того, чтобы привлечь внимание матери, чтобы она постоянно была сосредоточена на нем, а не на своем муже. Раньше она была полностью сосредоточена на отце, Тони же, наоборот, старался уединиться. Отец описал ощущения человека, запертого в клетке. Это объясняло то, почему он позволил сыну помочь ему выбраться из затруднительного положения. В рассказанной истории отец был признателен за то внимание, которое уделила ему семья, что все члены семьи так заботились о нем (Акуле), а также впервые возникла проблема игнорирования.

На последующих сессиях дети хотели повторить дословно ту же самую историю с марионетками, но я заметила, что Ксавье стало легче втянуть в беседу, когда я обращалась к марионеткам и просила их рассказать друг другу, что они чувствуют. Один раз Ксавье жестом



пригласил меня вернуться в комнату, хотя прошло только 7 минут с того момента, как семья собралась, чтобы обсудить историю. Семья использовала скунса, заключенную в клетку акулу, щенка и птичку и подавленного и беспомощного кита как метафоры, которые позволили им обсудить семейные проблемы. После их первой истории с марионетками мать перестала утверждать только о том, что ест Ксавье, и часто отец (как акула) делал замечания, что Ксавье лучше есть только морские продукты. Ксавье явно был более восприимчив к замечаниям отца о том, что он ест, и, видимо, дорожил вниманием отца. Когда Ксавье стал вести себя более спокойно, Моника начала имитировать самые возмутительные выходки Ксавье, причем родители реагировали на это не так резко, как в случае с Ксавье.

Как говорилось ранее, не все семьи оперируют таким количеством символов, как в описанном случае. Однако намного больше семей, чем мы можем подозревать, предрасположены «говорить знаками», через игру и истории, которые могут в слегка искаженной или явной форме выразить скрытые проблемы. Тем не менее метафора обеспечивает часто так необходимую дистанцию и безопасность, благодаря которым человек может раскрыться.

Некоторые семьи приходится уговаривать несколько дольше, и иногда мне приходится ждать, чтобы прошло какое-то время, прежде чем приступить к этой технике. Иногда требуется показать семьям видеозаписи занятий, где применялась техника, или самой рассказать историю с помощью марионеток. Если с помощью этой техники мне не удастся вовлечь семью в активную работу, я обращаюсь за помощью к другим.



Глава 5

СЕМЕЙНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ

Изобразительные искусства всегда интересовали психотерапевтов, потому что они представляют собой инструмент, с помощью которого человек может выразить свой внутренний мир. Остер и Гоулд (Oster and Gould, 1987) начинают свою книгу, посвященную рисунку и его применению в терапии, с «истории развития» рисунка как такового. Они пишут, что рисунок и другие формы искусства встречались уже в первобытной культуре в виде резьбы по дереву, наскальных рисунков; они служили символами, с помощью которых люди могли выразить чувства, записать порядок действий, передать мысли, отразить культурные и религиозные верования и практики.

Рисунок, как и другие экспрессивные виды искусства, эффективно использовался в обучении, физической реабилитации и психотерапии. В конце XIX века рисунки стали важной частью психоанализа, потому что предполагалось, что они раскрывают содержание бессознательного. В дальнейшем психоанализ и другие направления психологии делали попытки структурировать рисунки, чтобы в дальнейшем пользоваться ими при оценке интеллекта и диагностике личности. В 1920-х достаточно хорошо был разработан тест интеллекта, который основывался только на оценке рисунков (Kaufman & Wohl, 1922). Карен Маховер (Machover, 1949) в



основу своей проективной методики впервые положила рисунок.

Направление арт-терапии развивалось в контексте спора о потенциальной пользе, которую может принести искусство в терапевтический процесс. Некоторые арт-терапевты делали ударение на самой художественной деятельности, некоторые — на терапии. В данный момент арт-терапия рассматривается как самостоятельное направление. В действительности за последние 20 лет было написано множество книг по арт-терапии. Некоторые книги были посвящены рисункам детей, другие были направлены на использование рисунков в диагностике и лечении всех возрастных групп (Gravitz, 1967; Hammer, 1968; Oster & Gould, 1987), в последних работах исследовались рисунки детей, переживших сексуальное насилие, инцест (Wohl & Kaufman, 1985; Kaufman & Wohl, 1992). В дальнейших разработках (например, Burt, 1921; Kellogg, 1970) были задокументированы 20 видов детских каракулей, таким образом обеспечивающих клиническое понимание психологических аспектов рисунков детей и аспектов их развития.

Арт-терапия — отдельная дисциплина, выросшая из психоаналитических теорий, в которых предполагается, что символы репрезентируют забытые воспоминания и могут проявляться в сновидениях и художественной работе. Изначально клиентов просили нарисовать те символы, которые им приснились (привиделись в мечтах), и клиницист мог работать напрямую с образами, а не с их деформированными словесными трансляциями. Поэтому традиционно арт-терапия служила приложением к психоанализу. Маргарет Наумбург (Margaret



Naumburg) обнаружила, что «экспрессивная» терапия комплементарна психоаналитической терапии, поскольку:

Она допускает прямое выражение снов, фантазий и других внутренних переживаний, которые представляются скорее образами, чем словами... [потому что] нарисованные проекции бессознательного содержания меньше подвержены цензуре, чем вербальные выражения... [потому что] полученные продукты стойкие и неизменные, их содержание не может быть стерто забыванием и их авторство сложно отрицать... и [потому что] анализ переноса сделать гораздо легче. (Процитировано из Ulman, 1975, стр. 4—5.)

Наумбург (1966) говорит, что художественная работа помогает выявить и интерпретировать те специфические темы, которые волнуют человека. Крамер (Kramer, 1971) уверен, что художественный процесс сам по себе является исцеляющим даже при отсутствии вербальной рефлексии. Райн (Rhyne, 1973) считает, что творческая работа в малых группах способствует самовыражению, самоосознанию и позитивному внутригрупповому взаимодействию.

Остер и Гоулд утверждают, что одна из главных целей психотерапии состоит в том, чтобы «расширить экспрессивный и коммуникативный репертуар человека» (стр. 9). В дальнейшем «создание конкретного объекта — то есть рисунка — делает коммуникацию с другими более легкой, чем вербальное выражение человеком своих чувств, особенно если это пугающие чувства» (стр. 10). Они обосновывают многие клинические аспекты применения искусства, утверждают, что художественная работа может быть использована и как диагностический инструмент, и как средство когнитивно-



го развития, и как проективная техника. Вероятно, наиболее широко применяемые проективные техники — это «Дом — дерево — человек» («House — Tree — Person», Buck, 1978; Buck & Hammer, 1969); и разработанная для использования рисунков в качестве проективных показателей личности техника «Рисунок семьи» («Draw — A — Family», Hulse, 1951), методика «Кинетический рисунок семьи» («Kinetic Family Drawing», Burns & Kaufman, 1970, 1972), и более новая техника «Кинетический рисунок дом — дерево — человек» («Kinetic House — Tree — Person Drawing», Burns, 1987).

В данной книге мы хотим подробно рассказать лишь о тех арт-техниках, которые разработаны для работы с семьями и применяются в семейной терапии. В русле упоминавшейся выше техники Халса людей просили нарисовать семью, чтобы получить важную информацию о том, как они воспринимают семью. Инструкция Халса была простой: «Нарисуйте изображение вашей семьи». Остер и Гоулд (1987) утверждали: «Рисунки способны раскрывать отношение человека к членам семьи и его восприятие семейных ролей. Семейные взаимоотношения часто выражаются в размерах и расположении нарисованных фигур, замене и гиперболизации членов семьи. Иногда оказывается, что рисующий не включает себя в семейный рисунок, что обычно служит отражением отчужденности» (стр. 47). Бернс и Хаммер разработали технику «Кинетический рисунок семьи», которая вводит действие в рисунок семьи, что увеличивает объем качественной и количественной информации в рисунках. Инструкция следующая: «Нарисуйте себя и свою семью, где бы вы делали что-то вместе».

Остер и Гоулд отмечают, что некоторые рисуют се-



мы, члены которой заняты пассивной деятельностью, например, сидят за обеденным столом, помещая себя далеко или близко от других членов семьи; создают рисунки, на которых отсутствуют сиблинги, а также рисунки, на которых забывают изобразить себя. Они говорят, что введение рисуночных техник в сессию семейной терапии является альтернативным способом наблюдения за внутрисемейными взаимодействиями.

Рубин (Rubin, 1978) отмечает, что семейная динамика выявляется в рисунках через их содержание, символы, величину, размер, исполнение, местоположение объектов и фигур и процесс их создания. Остер и Голд поддерживают использование семейными терапевтами рисуночных техник, потому что новизна этой деятельности поможет им получить больше информации; прояснить направление дальнейших интервенций; разрушить неадаптивные способы общения между членами семьи; исследовать альянсы, которые могут вызывать нарушение семейного функционирования; улучшить взаимоотношения благодаря совместной работе; помочь выразить чувства, эмоции безопасным способом. К тому же, они предполагают, что клиницист узнает о семье больше, наблюдая за процессом рисования.

[Клиницист может] наблюдать, кто лидирует и кто подчиняется, кто напорист и самоуверен и кто пассивен, кто сопротивляется и так далее... Символы, используемые членами семьи, часто направлены на такие проблемы, как: что или кто важнее для них и как они относятся к другим членам семьи... Во время рисования могут наблюдаться деструктивные тенденции... То время, которое понадобится семье, чтобы завершить рисунок, также может быть важной информацией (стр. 115).



Несмотря на то что рисунок дает большое количество данных, Остер и Гоулд говорят, что «интерпретировать рисунки можно, только если семья наблюдалась достаточно долго, чтобы клиницист исследовал содержание символов, паттерны исполнения и так далее» (стр. 116). Ландгартен (Landgarten, 1981) утверждал, что «Определенные интерпретации не следует делать сразу же, они могут быть слишком преждевременны и неточны, могут оскорбить членов семьи, из-за чего они вообще могут отказаться от участия в терапии в будущем» (стр. 116).

Техники «Рисунок семьи» и «Кинетический рисунок семьи» были разработаны для того, чтобы предложить терапевтам и членам семьи более глубокое понимание распределения ролей и взаимоотношений в семье и средство улучшения экспрессивной коммуникации.

Первым человеком, который целенаправленно использовал арт-терапию в семейном лечении, была Кватковска. Ее работу описывают (Ulman and Dachinger, 1975) как объединение арт-терапии с новой, разработанной психотерапевтической техникой, названной «совместная семейная терапия». Хотя Кватковска приравнивает семейную арт-терапию к групповой арт-терапии, она также описывает ее как уникальную, поскольку:

Мы имеем дело с группой, члены которой связаны не только с их общей неспособностью к адаптации или общим симптомом. Семья жила как группа в течение многих лет... они разработали свои собственные паттерны внутреннего взаимодействия и целостную взаимосвязанную систему защиты. Члены семьи сформировали подгруппы в пределах се-



мейной группы, альянсы некоторых членов семьи против других, и разработали свои собственные паттерны мышления, которые продуцируют специфическую культуру и климат данной семьи (Kwiatkowska, 1976, p. 114).

Кватковска (Kwiatkowska, 1978) изначально использовала арт-терапию при работе с семьями, в которых жили шизофреники, и она обнаружила, что, хотя акцент в терапии был сделан на спонтанное самовыражение, те задания, которые были определенным образом структурированы, также принесли какие-то плоды. Например, она придумала технику «Совместные каракули» (Joint scribble), при которой семья создает общую картинку, как бы дорисовывая то, что нарисовали предыдущие, это оказывает хороший эффект. Кватковска (Kwiatkowska, 1976) отделяет семейную арт-терапию от других техник.

Члены семьи здесь вовлекаются в экспрессивную деятельность все вместе, одновременно, чего невозможно добиться при вербальной коммуникации. Неформальная ситуация, иносказательность в общении в арт-терапии ослабляет защиты и контроль суперэго. Символические образы выражают подсознательные чувства, эмоции и постепенно помогают обнаружить и прояснить противоречивые и спутанные отношения внутри семьи, эмоции, которые часто слишком сильны, чтобы их выражать словами. Таким образом, в некоторых случаях терапевтический процесс может быть ускорен с помощью программы семейной арт-терапии (стр. 37—38).

Она добавляет (1967), что стандартное двухчасовое семейное арт-интервью должно по возможности проводиться арт-терапевтом и наблюдателем (то есть специалистом по психическим расстройствам), который ра-



ботаает с семьей. Хотя роль «наблюдателя» определена не полностью, она приводит примеры, чтобы проиллюстрировать, как наблюдатель может стать катализатором изменений в рисунках семьи.

Стандартизованная процедура, применяемая Кватковской, состоит из того, что каждый участник создает изображение семьи, но этому предшествует этап свободного рисования, с которого начинается сессия: изображение абстрактного портрета семьи (то есть «что вы чувствуете по отношению к каждому из них» вместо «на кого каждый из них похож»); каракули; случайные спонтанные рисунки; портреты родителей/детей и, наконец, свободный рисунок в конце сессии. Многие аспекты стандартизированного интервью были предложены самими пациентами. Кватковска (Kwiatkowska, 1975) утверждает, что акцент в семейной арт-терапии всегда ставится на спонтанное самовыражение, хотя разработаны стандартизированные процедуры для более точного сопоставления различных реакций семьи.

Рубин (1978) включает три творческих задания в свое диагностическое двухчасовое семейное интервью: во-первых, картинка, созданная с помощью каракуль; во-вторых, семейный портрет, последовательно создаваемый членами семьи; в-третьих, совместный рисунок, создаваемый на листе бумаги, прикрепленном к стене. Лэндгартен (Landgarten, 1981) предлагает использовать творческие задания в форме «решения задач». К примеру, она дает членам семьи инструкцию нарисовать собственные инициалы максимально большего размера, затем, детально изучив их, посмотреть, на что это похоже, и попытаться найти в них какое-нибудь изображение, озаглавить картинку и поделиться с другим члена-



ми семьи своими впечатлениями. Кроме того, членов семьи просили создать общий рисунок на одном листе бумаги и при этом использовать разные цвета, чтобы можно было определить личный вклад каждого. Собо́л (Sobol, 1982) рекомендует использовать два вида арт-заданий: совместное рисование, которое разрушает внутрисемейные коалиции, и индивидуальное рисование, которое помогает отдельным членам семьи выразить себя. Она также предлагает использование определенных заданий на начальных стадиях лечения, таких, как «Нарисуйте картинку, чтобы изобразить почему, по вашему мнению, вы оказались здесь», или «Нарисуйте в чем, по вашему мнению, состоит проблема». Другие специфические техники описываются ниже.

Семейная арт-терапия в случаях семейных кризисов. Модель терапевтического вмешательства

Эта модель, которую Линиш (Linesch, 1993) разработала на основе своей работы с семьями, переживающими кризис, включает средства арт-терапии, направленные на то, чтобы достичь следующих последовательных целей:

1. Когнитивное изучение динамики кризиса (членов семьи просят нарисовать событие, повлекшее за собой кризис, и включить в рисунок то, что произошло за день или час до того, как они пришли к терапевту, и/или нарисовать семью до и после того, как произошел кризис).

2. Идентифицировать и выразить эмоции, связанные с кризисом (попросить членов семьи выбрать в журнале картинки, которые описывают то, что они



чувствуют в связи с кризисом, и/или попросить членов семьи нарисовать себя, то, как они воспринимают себя и как они представляют свое место в семье).

3. Исследование тех механизмов, с помощью которых семья раньше справлялась с возникающими проблемами (попросить членов семьи нарисовать, как они справлялись с похожими ситуациями в прошлом, попросить членов семьи выбрать или нарисовать образы, которые описывают различные возможные решения вопроса, и/или попросить членов семьи изобразить то, какие они сейчас и какими бы хотели быть в будущем.)

4. Предварительное планирование (попросить членов семьи выбрать картинки из журналов, которые представляют самые сильные семейные опасения, и/или нарисовать картинку, которая изображает, как они могут справиться с ними).

5. Подведение итогов. Обозначение достигнутых результатов (дать инструкцию членам семьи нарисовать свой портрет в начале и в конце лечения, сделать обзор проделанной семьей творческой работы).

Линиш говорит, что «процесс творчества, его содержание и взаимообмен, стимулируемый изобразительной деятельностью», являются необходимыми аспектами вмешательства (стр. 27). Линиш и коллеги предлагают специфические иллюстрирующие случаи с разнообразными семьями и рядом проблем (Linesch, 1993). Она предполагает, что «психотерапевтически направленный арт-процесс можно подобрать так, чтобы он идеально соответствовал потребностям семьи и был эффективен» (стр. 155). Она уверена в том, что арт-терапия «облегчает эмоциональное самовыражение членов семьи, поощряет искреннее общение между ними,



помогает членам семьи осознать свои роли в семейной системе, взять на себя ответственность за них и их изменение» (стр. 155).

Техника каракулей

После того как каждый член семьи создал свою картину из каракулей, им предлагают создать «семейные каракули». Один человек рисует каракули, и все остальные пытаются найти в них намек на рисунок. Затем каждый по очереди вносит в картину что-то свое, продолжая то, что нарисовали перед ним, с целью завершить этот рисунок.

История про каракули

Техника, разработанная Винникоттом (Winnicott, 1971), пытается установить контакт с внутренним миром детей, их мыслями и чувствами. Состоит она в том, что каждый член семьи продолжает каракули, нарисованные предыдущим участником. Ребенка потом просят выделить те каракули, которые ему понравились больше, и придумать о них историю. Кламан (Claman, 1993), адаптируя эту технику, дает следующие указания:

У каждого из нас будет лист бумаги и карандаш. Я нарисую каракули, и вы нарисуете все, что захотите в продолжение, затем вы придумаете историю о том, что нарисовали, а я задам вам несколько вопросов о вашем рисунке и истории. Потом вы нарисуете каракули, которые я продолжу, нарисую свой рисунок, расскажу вам об этом историю, и вы сможете мне задать несколько вопросов о ней (стр. 178).



Эта игра продолжается до тех пор, как предполагает Кламан, пока она «терапевтически продуктивна и доставляет удовольствие» (стр. 179).

Техника свободного рисования

«Свободное рисование» состоит в том, что каждого члена семьи просят нарисовать то, что он хочет. Потом каждого просят поделиться своим рисунком с семьей. Также может быть дана инструкция сообща нарисовать все, что они захотят, на одном листе. Когда семью просят создать свободный рисунок, им предлагается большой лист бумаги на мольберте.

Техника «Раскрась свою жизнь»

Изначально техника была разработана Кевином О'Коннором (Schaefer & O'Connor, 1983) для работы с детьми, с целью научить их выражать свои эмоции, а также собрать информацию об их эмоциональной жизни. Техника заключается в том, что терапевт просит детей подобрать каждой эмоции какой-либо цвет (красный = гнев, пурпурный = ярость, черный = тоска, зеленый = ревность, желтый = счастье), пока каждому цвету не будет соответствовать какое-то переживание. О'Коннор предполагает, что большинство детей может успешно справиться с 8 или 9 парами. (Я часто делаю таблицу цветов, где перечисляются цвета и связанные с ними эмоции и, таким образом, у детей есть подсказка.) Затем детям дают чистый лист бумаги и говорят, что бумага должна быть «заполнена цветами, которые бы демонстрировали те эмоции, которые были в их



жизни» (стр. 255). О'Коннор предлагает говорить нечто вроде следующего: «Если вы были счастливы половину вашей жизни, тогда половина вашего листа должна быть желтой», чтобы проиллюстрировать то, что терапевт ожидает от выполненного задания (стр. 255). Дети могут выполнить задание так, как им захочется, используя квадраты, круги, линии, шаблоны и так далее. Хотя главная цель этой техники состоит в том, чтобы способствовать вербализации эмоций, терапевт также поощряет активную дискуссию. Представляя эту технику семье, необходимо сказать, чтобы каждый придумал свою цветовую таблицу и создал свой рисунок жизненных переживаний. Затем членов семьи просят показать то, что получилось, друг другу, рассказать о рисунке столько, сколько им захочется, или если посчитают нужным, то о своем жизненном опыте.

Техника последовательного рисования

Джон Аллан (Gohn Allan, 1988) описывает «последовательное рисование» как сценарий, согласно которому на каждой еженедельной консультации создается рисунок. Таким образом, рисунки можно анализировать с точки зрения временной перспективы вместо того, чтобы просто рассматривать отдельные продукты. Соответственно, семья, которая по просьбе терапевта создавала кинетические рисунки семьи, может с их помощью размышлять над конфликтом или любыми другими особенностями актуальных межличностных взаимоотношений. Эта техника может хорошо работать при использовании других форм творческой экспрессии, таких, как игра в песочнице, драма, рисование, работа с глиной и так далее.



Кляксы на мокрой бумаге

Кляксы и капли, сделанные на мокрой бумаге чернилами, акварелью или другими водорастворимыми красками. Чернильные пятна можно делать, капнув на лист бумаги краску, согнув лист пополам и промокнув его. Можно несколько листков собрать вместе в общую картину, добавить блестки и т. д., чтобы добавить структуры, своеобразия рисунку. Семьи, используя эту технику, могут также экспериментировать, делая совместные «рисунки». Часто члены семьи рассказывают, что, выражая себя с помощью этой техники, чувствуют облегчение.

Техника «Три желания»

Членов семьи просят нарисовать три своих желания. Затем они делятся своими рисунками друг с другом и обсуждают их. Обсуждается сила желаний, как их можно исполнить, какими желаниями можно обменяться друг с другом и тому подобное.

Техника «Нарисуй себя в виде животного»

Членов семьи просят изобразить себя в виде животного, которым они больше всего бы хотели быть. Выбор каждого участника анализируется, он объясняет свои причины, по которым выбрал именно это животное, говорит о важных или привлекательных чертах, присущих этому животному. Членов семьи можно попросить сказать, какое животное из выбранных другими нравится больше/меньше всего и с каким животным они бы хотели провести больше/меньше всего времени.



Семейные автопортреты

Членов семьи просят нарисовать автопортреты и затем показать их остальным. Как вариант, все картинки можно положить рисунком вниз, участник выбирает из них одну и «представляет» человека, изображенного на картинке. Также членов семьи можно попросить нарисовать портрет соседа справа и затем показать рисунок остальным.

Семейные абстракции

Членов семьи просят создать абстрактное изображение того, как они воспринимают проблемы, разногласия, отношения. Клиницисты, предлагая такую возможность семьям, должны обеспечить их наборами цветных карандашей, ручек и пастелью, удостоверившись, что инструментарий предоставлен в достаточном количестве.

Техника «Кинетический рисунок семьи»

Методика (разработанная Burns & Kaufman, 1970) состоит в том, чтобы попросить членов семьи нарисовать себя и других членов семьи, занятых каким-либо делом. Потом члены семьи показывают свои рисунки друг другу. Терапевты могут стимулировать достижение инсайта, расспрашивая членов семьи о том, что они заметили в рисунках, что, по их мнению, является здесь важным, что они нашли удивительным и так далее. Пока семья обсуждает рисунки, терапевт наблюдает за тем, какие стили общения преобладают в семье, кто из



Рис. 5.1.

членов семьи доминирует, а кто подчиняется, какие существуют запреты, что подавляется, какие эмоции выражают члены семьи и т. д. Фиксируются темы и содержания рисунков. С помощью семейных рисунков может быть получена важная информация, как в случае рисунка 5.1. В этом семейном рисунке 13-летняя девочка отразила сильные и слабые стороны функционирования семьи: они могли слаженно действовать на интеллектуальном уровне, но были эмоционально отделены друг от друга. Изображенные на рисунке фигуры, у которых нет тел, можно интерпретировать по-разному. Малчиоди (Malchiodi, 1990) замечает, что многие авторы обратили внимание, что у детей, переживших сексуальное насилие, отсутствует на рисунках нижняя половина тела (например, Kelley, 1984; Cohen & Phelps,



1985); но нужно быть осторожными в таких предположениях. В действительности, девочка таким образом хотела выразить свое негативное отношение к семье. Тот факт, что все фигурки отдалены друг от друга на изображении, выражает «недостаток общения и изолированность» (Di Leo, 1983, p. 72). В добавление Кауфман и Уохл (Kaufman and Wohl, 1992) замечают, что отсутствие шеи предупреждает нас о вероятности того, что девушка «может испытывать трудности с тем, что касается телесных импульсов»; более того, шея связывает голову с телом и «символизирует регуляцию между мыслями и влечениями» (стр. 28). 13-летнюю девушку привели на прием с жалобами на ожирение, у нее также наблюдались мазохистские тенденции в поведении (она резала себе руки острыми предметами). Из исследования рисунка стало ясно, что ее ожорство, нанесение себе вреда было средством борьбы с эмоционально бессодержательным, пустым окружением. Ее симптомы помогали ей привлечь семейное внимание, заблокировать чувство деперсонализации.

На рисунке 5.2 одинокий и замкнутый 14-летний мальчик пытался сообщить о своем чувстве изолированности. На рисунке его семья уходит от него в сторону парка развлечений. Он же остается позади. Он считал, что его родители чрезвычайно заботились о страхах и почему-то совершенно не обращали внимания на него. Как выяснилось позднее, его восприятие ситуации соответствовало истине. Родители вскоре рассказали, что их первенец умер в возрасте 8 месяцев от обезвоживания, и они очень боялись, что их следующего сына постигнет та же участь. Поэтому они «держались от него на расстоянии» и старались не привязыв-

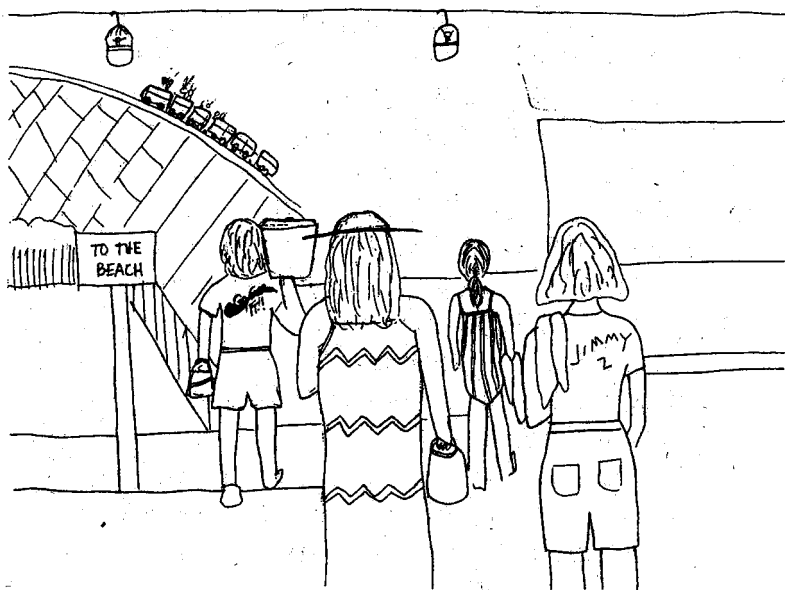


Рис. 5.2.

ваться к нему. Когда родились их дочери, они уже не боялись выражать свою любовь к ним и старались заботиться о них так, как могли. Мальчик чувствовал себя «брошенным и забытым». Семье пришлось пройти длительный курс терапии, чтобы изменить свое двойственное отношение к сыну. Их попытки включить мальчика в семью были не очень успешными. Интересно, что он ушел из дома и женился в возрасте 17 лет. Он и его молодая жена обратились к терапевту по поводу «интимных проблем». И в этот раз терапия закончилась успехом.

Рисунок 5.3 был нарисован 12-летним мальчиком Дэнни, на которого жаловались, что он не поддается родительскому контролю. Когда его мать почувствова-

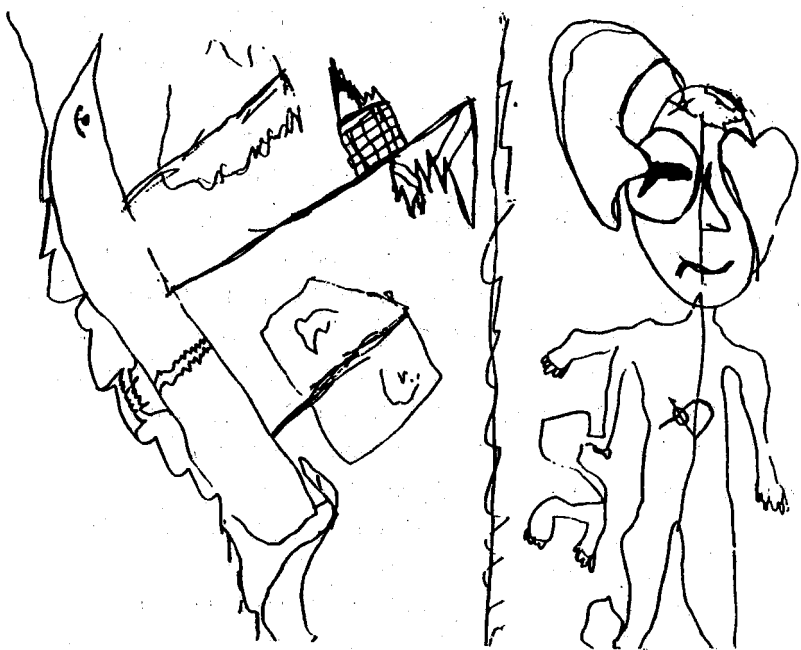


Рис. 5.3.

ла, что больше не способна контролировать его неуправляемое поведение, его поместили в детский дом. Дэнни претерпел физическое и сексуальное насилие в раннем детстве и какое-то время жил с физически больной матерью. У него постоянно менялось окружение, он поменял много мест жительства и школ. Мальчик был очень неразговорчив и сопротивлялся вербальному общению. Во время третьей сессии я попросила Дэнни нарисовать автопортрет. Его рисунок рассказал мне многое о том, что он чувствует. Автопортрет, казалось, отражал внутренний конфликт между «хорошей» и «плохой» половинами его Я. Более показательной была его «плохая» сторона. Его рука была похожа на



скопление дубинок. Также на его голове и сердце были символы нанесенных ему ран. Через рисунок, размер и расположение этого символа Дэнни смог сообщить, насколько ранимым он себя чувствует.

Другая половина его рисунка также представляла интерес. Корабль, изображенный здесь, не мог плавать, так как паруса были разорваны на куски, а корпус корабля был разбит на две части. Послание, казалось, состояло в следующем: «Я тону». Выразить свои истинные чувства более прямым способом препятствовал страх того, что никто не заботится о нем и никто ему не поможет. Его прошлый жизненный опыт научил его надеяться только на себя, и он думал, что лучшей защитой является драка и отталкивание других от себя. Таким образом создавалось впечатление, что ему ни до чего и ни до кого нет дела. Школа рекомендовала для него прохождение терапии из-за его агрессивного, вспыльчивого поведения, и поэтому его приемная мать начала водить Дэнни на сессии. После того как он выполнил свой автопортрет, я попыталась выяснить его мнение по этому поводу, но он не реагировал. Так как было ясно, что он испытывает душевные страдания, и поскольку я хотела обеспечить безопасное окружение, я сказала Дэнни о том, что встречаюсь с его приемной матерью, и о том, что хотела бы показать ей его рисунок. Через неделю он уступил моей просьбе показать рисунок своей приемной матери. Я задала ей при встрече несколько вопросов, и она ответила следующее:

Терапевт: Что вы думаете об этой лодке?

М.: Я думаю, для нее настали тяжелые времена.

Терапевт: Почему?



М.: Ну... во-первых, она пытается плыть в гору.

Терапевт: Это действительно было бы трудно.

М.: Да, и я не знаю, сильный ли там ветер, но эти паруса не помогут.

Терапевт: Почему?

М.: Ну, их не много... вряд ли они могут помочь лодке плыть... Они, как бы это сказать, бесполезны; никуда не годятся, что-то в этом роде.

Терапевт: Что вы еще заметили?

М.: Лодка, возможно, тонула.

Терапевт: Почему вы так считаете?

М.: Потому что, похоже, у нее пробоина.

Терапевт: Почему это может быть помехой?

М.: Если дно разбито, лодка не способна держаться на плаву...

Терапевт: О-о.

М.: Я надеюсь, что у лодки на борту есть хорошая рация.

Терапевт: Что еще может помочь?

М.: Ну... если в кладовке есть запасные паруса.

Терапевт: Хорошая идея, что-нибудь еще?

М.: Ну... я не вижу капитана, но надеюсь, у него есть хороший первый помощник.

Терапевт: Итак, есть много способов помочь этой тонущей лодке.

М.: Да, если капитан хочет этого...

Терапевт: Итак, капитан должен испытывать желание вытащить лодку из беды.

М.: Что касается сказанного...

Терапевт: Дэнни, что ты думаешь?

Дэнни: Мне нет дела.



Т е р а п е в т: Тебе нет дела? До чего? Какой был вопрос?

Д э н н и: Я не знаю, и мне нет дела... Сколько она еще будет здесь оставаться вместе с нами?

Т е р а п е в т: Хорошо, я думаю, она внимательно рассмотрела твой рисунок, и у нее есть несколько интересных мыслей о нем... Я думаю, она может идти и подождать снаружи.

М.: Да, я сейчас ухожу...

В течение следующих недель мать сказала мне, что пару раз неосознанно назвала Дэнни «капитаном». Также она сообщила мне, что на нее произвел впечатление рисунок Дэнни и та дилемма, которая была на нем представлена. Я тоже очень заинтересовалась его рисунком и символизмом «тонущей лодки». Я направила его на психиатрическую экспертизу, рассматривающую суицидальные попытки, и постоянно возвращалась к проблеме с лодкой, говоря Дэнни о том, как много есть способов спасти ситуацию и снизить ощущение перенесенной боли. Вначале он, казалось, не интересовался тем, что я говорю, но позднее стал включаться в разговор, когда я предложила ему сконструировать на терапевтических сессиях модель парусной шлюпки. Внезапно, когда символ стал реальным, он стал проводить значительную часть времени, обсуждая маршруты плаваний, экипаж корабля, проблемы ремонта и ухода за кораблем и так далее. Пока он тщательно конструировал свою лодку, его агрессия, казалось, несколько рассеивалась. Терапия продолжалась два года. В течение этого времени он сменил две приемных семьи, пока его мать медленно выздоравливала. Было очевидно,



что Дэнни будет оставаться под опекой приемных родителей гораздо дольше, чем ожидалось, скорее всего до достижения совершеннолетия. Неспособность матери в результате ухудшения физического состояния заботиться о мальчике, постоянная смена местожительства осложняли лечение, так же как и неудовлетворенная потребность в родительской фигуре и проблемы в сфере социальных взаимодействий и импульсивность. В процессе психотерапии были периоды сопротивления, неоднократных кризисов и краткой госпитализации по поводу сильной депрессии.

Рисунок 5.4 — один из последних рисунков Дэнни. Это был первый рисунок, на котором он изобразил не себя, а другого человека. На протяжении всего лечения Дэнни держался от меня на расстоянии, сопротивлял-



Рис. 5.4.



ся моей помощи. У него также было двойственное отношение к своему приемному отцу, но он признавал, что пытался «привязаться» к нему. На рисунке, свойственный Дэнни символ раны (барометр чувств уязвимости и отчаяния) явно указан — это центр цветка, который поливает садовник. Моя интерпретация этого рисунка была очень оптимистичной: Дэнни в конце концов стал открыт заботе и воспитанию. Была надежда на его дальнейший рост и развитие. Интересно, что садовник — мужчина. Может быть, мужчина представлял отца, которого Дэнни никогда не знал, или его приемного отца, и к тому же на нем была надета фуражка моряка, которая напоминала о его первой приемной матери, которая купила себе и ему морские фуражки вскоре после сессии, где был объяснен его первый рисунок.

Арт-терапия может быть полезна как приложение к другим формам терапии или как самостоятельный вид терапии, в зависимости от опыта и образования терапевта и того, чувствует ли он себя комфортно при такой работе. Хотя большинство арт-терапевтических техник применялись при работе с отдельными индивидами, есть широкие возможности применения этих техник при работе с семьями. Арт-терапия может быть направлена на получение информации, поддающейся интерпретации, или для того, чтобы исследовать восприятие детьми внутрисемейных отношений.



Глава 6

ТЕХНИКА СОВМЕСТНОГО РАССКАЗЫВАНИЯ ИСТОРИЙ

Разработанная и описанная Ричардом Гарднером, техника совместного рассказывания историй (the Mutual Story-Telling Technique (MSTT), Gardner, 1971) схожа с интервью с использованием марионеток. Основное различие состоит в том, что в данной методике марионетки не используются. Вместо этого ребенок устно рассказывает придуманную историю с началом, серединой и концом. Согласно этой технике, «терапевт, слушая историю, делает предположение о ее психодинамическом значении, выделяет одну или две важные темы и затем создает свою собственную историю с теми же действующими героями в похожей обстановке... Однако история терапевта отличается от истории ребенка тем, что представляет более здоровое разрешение конфликтов и более зрелую адаптацию» (Gardner, 1993, стр. 200).

Хотя эта техника широко признана как креативная и эффективная, некоторые терапевты ставят под вопрос ее терапевтический потенциал (с психоаналитической точки зрения), утверждая лишь диагностический. Эти терапевты склонны, в целом, оспаривать «директивные» техники, предполагая следующее: «Психоаналитическая концепция терапии опирается на создание терапевтического климата, который обеспечивает естественное, развернутое, спонтанное самовыражение че-



рез игру и вербализацию с *минимальным* структурированием и вмешательством терапевта. Работа терапевта состоит в том, чтобы помочь пациенту раскрыть то, чему он положил начало, а не представить что-то новое» (Levenson & Herman, 1993, p. 227). Эти авторы отстаивают мнение, что клиницисты должны выбирать те техники, которые соответствуют теоретическим системам, которых эти клиницисты придерживаются. Поэтому неудивительно, что терапевт, обученный в русле психоаналитической парадигмы, может оспаривать большинство «директивных» техник.

Согласно данной методике, терапевт взаимодействует с детьми более активным образом, слушая их, определяя, какое из действующих лиц истории представляет ребенка, идентифицируя главную тему истории и способ разрешения проблемы. Часто способность ребенка разрешать конфликты, представленные в истории, может быть усилена, если ему предоставить альтернативные, возможно, более здоровые стратегии решения. Эта техника эффективна при работе с большинством детей, так как она работает в рамках привычной для детей ситуации, основного способа коммуникации, которыми являются истории и сказки. Так как ребенка просят рассказать историю, а не напрямую рассказать о себе, то его сопротивление снижается. Дети зачастую больше расскажут о самом себе таким, более комфортным для них образом. В действительности, выбор темы, главных героев и их соперников, конфликтов и их решений — все связано с волнениями, проблемами, страхами ребенка и теми способами, с помощью которых они пытаются справиться с ними.



Гарднер вовлекал детей в игровое действие, разыгрывая шоу, в процессе которого брал у ребенка воображаемое интервью, которое записывал на магнитофон. Интервью помечалось заголовком, которое ребенок придумывал для своей истории, и помещалось в архив. Таким образом ребенок получал четкое доказательство, что рассказанная им история — это нечто обычное и естественное для других детей. Эта техника называется «совместной», потому что, после того как ребенок рассказывал свою историю, терапевт рассказывал свою. Терапевты повторяют истории детей максимально дословно, насколько позволяет их память. Детей это обычно озадачивает, и они могут сказать, что история, которую рассказывает клиницист, — это их собственная история. Это пересказывание их истории захватывает внимание детей. Задача клинициста состоит в том, чтобы воссоздать историю до места конфликта и затем представить стратегию разрешения конфликта, которая могла бы быть более конструктивной. Таким образом клиницист проникает в метафору ребенка, чтобы вмешаться в нее. Так как используются символы, созданные ребенком, интервенция может быть воспринята на более глубоком, метафорическом уровне.

Первый иллюстративный случай

Маркус — восьмилетний мальчик, афроамериканец, воспитывающийся в третьей приемной семье. Его переход из родной семьи к приемным родителям был спровоцирован его учительницей. Она сообщила начальству о крайне агрессивном поведении мальчика,



которое тот демонстрировал в отношениях со сверстниками. Маркус находил множество возможностей обидеть одноклассников, у него наблюдались вспышки агрессии, которые часто не были спровоцированы никакими внешними ситуациями. Учительница заметила, что агрессивное поведение Маркуса прогрессировало как по частоте, так и по интенсивности. Соответственно ее беспокойство по поводу Маркуса росло. Персонал школы пытался связаться с матерью Маркуса, чтобы обсудить сложившуюся ситуацию, но ее, по-видимому, не тревожили их заботы. Она утверждала, что, если поведение ребенка стало проблемой для учителей, значит это их, а не ее проблема. К тому же, она так и не пришла ни на одну встречу, из назначенных учительницей Маркуса для того, чтобы обсудить его успеваемость и поведение, и отказалась открыть дверь, когда учительница позднее решила без предупреждения посетить их дом.

Инцидент, который спровоцировал школьный звонок начальству, заключался в том, что Маркус сломал нос ребенку, младше его по возрасту, потому что тот не обратил внимание на указание Маркуса убраться с его дороги. Когда ему сделали выговор, он спокойно ответил: «Меня не волнует, что я поранил его. Кто просил его торчать на моем пути?» Враждебность по отношению к другим и дерзкая позиция стали типичными для Маркуса. При психологическом тестировании в школе обнаружили, что его интеллект развит нормально, но потенциалы не реализованы, функционирование намного ниже возможного. Его академическая успеваемость резко ухудшилась за полтора года, до того как он пришел на терапию. Снижаться же успеваемость нача-



ла после того, как отца Маркуса убили во время налета на его магазин. Его матери было тяжело справиться с трагической смертью мужа, и у нее развилась сильная зависимость от алкоголя, с помощью которого она хотела облегчить свои страдания.

В школе решили, что необходимо отстранить Маркуса от посещения уроков, и, когда служба по защите детей посетила его дом, было отмечено, что его мать не способна позаботиться о сыне надлежащим способом. Была предпринята попытка поселить Маркуса у родственников, но они отклонились. Маркуса поместили в приемную семью, где он поранил их домашнее животное. Приемные родители потребовали, чтобы его перевели в другое место, так как думали, что он представляет потенциальную угрозу для их младшего приемного ребенка. Во второй приемной семье он находился менее двух недель, он устроил там маленький пожар в спальне. Его отправили в другую семью на условиях временного пребывания. Все это время он требовал встречи с матерью, на которые она не приходила. Маркуса направили на терапию по поводу «нарушения поведения» и потенциально опасных агрессивных склонностей.

Формулировка проблемы

Нынешнее агрессивное поведение Маркуса скорее всего связано с насильственной смертью отца, а также неспособностью матери воспитать его и утешить после пережитой трагедии. Пристрастие матери к алкоголю скорее всего привело к тому, что она заботилась о сыне крайне редко и к тому же неудачно. Мать Маркуса, казалось, была подавлена потерей и, по-видимому, не



способна позаботиться даже о себе, не говоря о сыне. Как нам известно, она не отзывалась на приглашения в школу, чтобы встретиться и обсудить проблемы поведения сына. Маркус, вероятно, знал о пристрастии матери к алкоголю, ухудшении ее состояния и двойственных чувствах к нему. Я решила, что будет важно сразу связаться с матерью, чтобы оценить ее состояние, установить возможность воссоединения и способность присоединиться и принять участие в терапии сына.

Первая сессия

Маркус был самым враждебным и дерзким ребенком из всех, которых я когда-либо встречала. Его основной установкой было нападение: он обзывал меня, бросался игрушками, на все вопросы реагировал неприятием и в целом сохранял высокий уровень напряженности. Он смеялся, когда я пыталась обсудить «правила» поведения в кабинете, и проявлял враждебность, когда я говорила ему, что не допущу, чтобы он навредил мне или себе. Он бегал из одного угла комнаты в другой, пинал игрушки и сбрасывал их с полок. «Это не подходящее для твоего пребывания место, — сказала я. — Иди за мной».

Мы поднялись наверх по лестнице в другую комнату, которой пользовались, когда дети считали меньшую игровую комнату слишком тесной. Эта комната была большая, в ней было мало мебели, много маленьких игрушек и материалов для работы. Здесь стоял большой диван с несколькими большими подушками, на стене висела большая доска для рисования мелками, возле дивана лежала кукла Бобо. Мягкая кукла без черт



лица. «У тебя не получится запереть меня в ящик», — кричал он, неохотно идя за мной и топая ногами. «Я не собираюсь никуда тебя запирать... мы идем в более просторную комнату». Когда он взял Бобо, он немедленно бросил его на землю, пнул и начал бороться с ним, тем самым он выпустил огромное количество энергии. Маркус посмотрел на меня и сказал: «Я могу делать все, что я захочу. Я могу пинать его, я могу сделать так, чтобы у него пошла кровь, я могу выколоть ему глаза». «Да, ты можешь это сделать, потому что он игрушка, а не человек», — сказала я. «Я мог бы сделать, это даже если бы это был человек». — «Ты мог бы, но это плохая идея. У тебя будут неприятности, и ты навредишь другому». «Меня это не волнует», — сказал он, опять ударяя по Бобо. «Я понимаю, что сейчас тебе это неважно, но это нехорошо, бить других, потому что ты попадешь в беду, у тебя будут неприятности». Он не отреагировал словами, но, казалось, немного успокоился и начал бродить по комнате. Он подошел к доске и начал рисовать Барта Симпсона¹. Он оказался хорошим художником, и его изображение Барта было очень похоже на прототип. «Он выглядит в точности, как Барт Симпсон», — сказала я. — «Я знаю, я хороший художник». — «Да, так и есть», — подтвердила я и увидела легкий налет улыбки на его лице. Я нарисовала облако над головой Барта, после чего, не говоря ни слова, он написал на нем: «Я пну тебя под зад».

Это было демонстрацией того, что он еще доставит мне неприятности, несмотря на то что мы пережили спокойный момент около доски. Перед тем как он ушел, я спросила его о ящике: «Что ты имел в виду, ког-

¹ Персонаж мультипликационного сериала.



да говорил мне о ящике?» — «То, что другое ничтожество держало меня в ящике». — «Какое другое ничтожество?» — «Доктор Пелтс». — «Что ты подразумеваешь под ящиком?» — «Никто больше не сделает этого со мной». — «У меня нет никаких ящиков, не беспокойся об этом!» — «Ты девчонка, ты все равно никак не сможешь запереть меня в ящике». Он выбежал за дверь, и служащий, который привел его на сессию, в тревоге побежал за ним. Первая сессия была трудной.

Начальные сессии

Следующие четыре или пять сессий были аналогичны первой. Маркус установил для себя ритуалы, которые были довольно предсказуемы. Он шел сразу в большую комнату, безжалостно пинал и толкал Бобо и затем шел к доске. Слов за это время было сказано не много. Маркус рисовал картинки, похожие на комиксы, в основном Барта Симпсона, вероятно, он гордился тем, что так хорошо умеет рисовать. Пару раз я просила его нарисовать маму и папу Барта, но он отказывался. «Может быть, когда-нибудь ты нарисуешь», — сказала я. Я хотела обратиться к проблеме, касающейся его матери и отца. До настоящего времени он отказывался отвечать на какие-либо вопросы, касающиеся его матери, или говорил: «Я не знаю», или «Меня это не волнует».

Я узнала, что ранее, до того как мальчика направили ко мне, он один или два раза встречался с другим психологом, доктором Пелтсом. Мне дали его телефон, и, когда я позвонила ему, он сказал, что вряд ли сможет мне помочь, так как видел Маркуса лишь од-



нажды. Я спросила, как прошла сессия. Доктор Пелтс ответил, что ребенок был неконтролируемым, и он поместил мальчика внутрь игрушечного ящика, на который сел сверху, чтобы закрыть его на какое-то время. Я была ошеломлена. Доктор Пелтс спросил о моей квалификации, где я обучалась, и посоветовал мне набраться опыта работы с детьми, страдающими серьезными эмоциональными расстройствами, перед тем как начать работать с Маркусом. Казалось, он занимал оборонительную позицию и держался враждебно, затем он заявил, что «это все, что я могу вам рассказать».

В следующий раз, когда я увидела Маркуса, я сказала ему, что разговаривала с доктором Пелтсом. Он посмотрел на меня с широко раскрытыми глазами. Я сказала: «Он был не прав, посадив тебя в ящик. Никому не понравится сидеть внутри коробки». «Он ничтожество... я его ненавижу», — ответил Маркус, на что я сказала: «Посадить тебя в коробку — это была нелепая идея». Он стал спокойным и начал что-то рисовать.

Я чувствовала крайнюю необходимость в том, чтобы обеспечить Маркусу такую окружающую обстановку, которая позволила бы ему раскрыться и принять поддержку и помощь с моей стороны. В то же время я не должна была нарушать его оборонительную позицию. Я продолжала пытаться установить контакт с его матерью, но она не отвечала на мои телефонные звонки. Я поинтересовалась у людей из службы по защите детей, оказывают ли они ей какие-либо услуги, и они сказали, что каждую неделю посещают ее и возят на встречи анонимных алкоголиков, они не слишком оптимистично отзывались о ее перспективах. Они обра-



тились к ней с просьбой о том, чтобы встретиться с Маркусом, но она отреагировала на это плачем и сказала, что Маркусу лучше без нее. Она пришла к выводу, что не способна заботиться о сыне. Положительным моментом было то, что мать осознала свое состояние, — это был явный прогресс. Я узнала ее адрес и решила навестить ее вечером.

Я подумала, что если попросить Маркуса рассказать мне историю, то это может способствовать прогрессу в терапии. Он с неохотой отвечал на вопросы напрямую, и один раз, когда я спросила его, что еще он делает хорошо, кроме рисования, он сказал, что «рассказывает хорошие истории». В тот момент он отказался рассказать мне что-нибудь, и я сказала: «Может быть, ты захочешь это сделать в следующий раз».

«Как насчет того, чтобы рассказать мне историю? — спросила я. — Помнишь, ты говорил, что рассказываешь интересные истории». «О чем?» — спросил он. «О чем хочешь... просто придумай историю, у которой было бы начало, середина и конец. Потом, может быть, я тоже расскажу тебе историю». Он сел на стул с мелком в руках и рассказал мне следующую историю.

«На одной ферме, не в городе, был большой дом. Его жители не выращивали там животных, чтобы потом убивать их. Они выращивали только овощи, чтобы потом есть их, и еще хозяйка дома любила выращивать цветы. Цветы были разные: черные, зеленые, красные, желтые. Она любила их. Она заботилась о них, подкармливала их витаминами, чтобы они росли лучше. Но однажды большой лысый тип пришел в дом с большим шлангом и большим длинным ножом. Он сказал ей, что собирается полить растения, но тут он вытащил свой большой нож и срезал все цветы. Хозяйка плакала и плакала и ни разу больше не взглянула на свой сад. Конец».



«У твоей истории есть название?» — спросила я. Ему не понравился вопрос, и он решительно заявил: «У нее нет названия. Это просто история». «Хорошо, теперь послушай мою историю», — ответила я.

«Когда-то на ферме, не в городе, был большой голубой дом. Животных, которых выращивают, чтобы потом убить, — там не было. Живущие там люди выращивали овощи, которыми питались. Хозяйка этого дома любила цветы, она выращивала много разных цветов: черных, зеленых, красных, желтых, оранжевых. (*Маркус прервал меня на этом месте и сказал: «Только не оранжевых. Я ненавижу оранжевый». Я поправилась.*) Хозяйка любила все свои цветы и заботилась о них: поливала и давала им витамины, и они вырастали большие и красивые.

Однажды в дом пришел большой лысый тип с большим шлангом и длинным ножом. Он сказал хозяйке, что польет ее сад, но на самом деле пошел и срезал все цветы. Хозяйка сильно-сильно печалилась из-за своих цветов и плакала, плакала, плакала.

Позднее, одним солнечным утром, произошло вот что. Леди проснулась, умылась и увидела, как ярко светило солнце. Она выглянула в окно и посмотрела на свой сад. Она не смотрела туда уже давно, потому что каждый раз, когда она вспоминала про свои цветы, она начинала плакать и грустить из-за того, что потеряла их. Она посмотрела в окно и открыла от удивления рот. Она поспешила к своему саду. Она боялась, что ей все привиделось, когда она смотрела на сад из окна наверху, и, может быть, ее глаза обманули ее.

Когда она подошла ближе, она увидела, что ее глаза не лгали. Это было правдой. Цветы были там. Еще очень маленькие, с крошечными зелеными листочками. Срезанные цветы кто-то убрал, и сад был таким, как и раньше: полным надежды. Она побежала обратно в дом и спросила кухарку, что случилось. «Ну, — медленно сказала кухарка, — мне было так плохо из-за того, что случилось, что я подумала, может быть, я смогу сделать так, чтобы сад снова расцвел.



Я собиралась вам все рассказать, но не успела». Хозяйка крепко обняла кухарку и поблагодарила ее от всего сердца. «Я не могу дождаться того момента, когда увижу свои цветы снова выросшими. Спасибо вам за то, что вмешались, моя грусть не позволяла мне позаботиться о них». Она взяла свои старые садовые перчатки и побежала в сад ухаживать за новыми цветами. Конец».

— Знаешь, как называется моя история? — спросила я.

— У нее нет названия. Не хочу знать.

— Хорошо, если передумаешь, можешь спросить у меня.

— Она похожа на мою историю, — заявил он.

— Да, она действительно похожа.

— Я придумал эту историю.

— Да, ты придумал.

— Моя история не такая, как твоя.

— Да, они немного отличаются.

— Моя лучше.

— Ты думаешь, твоя история лучше, чем моя?

— Да... она была лучше.

— Моя история немного отличалась от твоей, не совсем, а чуть-чуть.

— Я могу идти?

— Да.

— Интересно, чтобы твоя мама подумала про твою историю.

— Она бы ей не понравилась.

— Трудно сказать. Может быть, когда-нибудь ты сможешь рассказать ей свою историю.

— Я уйду, — сказал он, побежал вниз по лестнице и выбежал за дверь.



Комментарии

История Маркуса иллюстрировала его беспокойство по поводу матери и его собственное чувство заброшенности. Все в его истории шло хорошо, пока не пришел угрожающий мужчина с шлангом и ножом. Мать была обманута предложением этого человека полить растения в саду и позволила ему находиться рядом с ними, в ответ на что он все разрушил. В результате мать была раздавлена своей потерей и отказывалась смотреть на свой сад, дабы избежать страданий. Сад, скорее всего, представляет жизнь Маркуса и его отца. Жизнь отца прервалась насильственным путем, и, хотя мать любила Маркуса, она оказалась неспособна найти силы на его воспитание и заботу о нем, так как не могла справиться с горем. Маркус также служил видимым напоминанием о своем отце, и мать не могла вынести его присутствия рядом с собой.

В своей истории я не отрицала событий, которые произошли в жизни Маркуса. Ночные взломщики действительно вторглись в спокойное, мирное окружение Маркуса и убили его отца. История Маркуса была сосредоточена на чувстве потерянности его матери, вызванном смертью отца, хотя смерть отца также нашла свое отражение. В своей истории я предложила идею, что мать будет горевать какое-то время и кто-то другой может заботиться и ухаживать за садом, пока она не будет готова к тому, чтобы вернуться обратно к своим обязанностям. Я отвела кухарке роль человека, присматривающего за хозяйством. Без ведома матери кухарка ухаживала за садом и возвращала его к жизни. Таким образом, когда мать нашла силы выглянуть в окно, она увидела в саду новую жизнь, и вместо того чтобы про-



должать грустить, наполнилась надеждой и ожиданием будущего.

После того как я рассказала историю, я поняла, что была слишком оптимистична. В то время, пока за Маркусом присматривал альтернативный опекун и его мать была парализована горем, было неясно, пересилит она свое горе или будет жить с ним. Другими словами, я не знала, будет ли она способна выйти из состояния депрессии и начать думать о будущем. Я решила установить параллельные контакты как с приемной семьей, так и с матерью Маркуса, которая до настоящего времени не отвечала ни на какие запросы.

Контакт с приемной семьей

Маркус жил с приемными родителями с того времени, как начал ходить на лечение, которое длилось уже 4 месяца. Он был единственным ребенком в этой семье и, следовательно, получал столько внимания, сколько ему было нужно. Сперва он демонстрировал негативное отношение ко всему, разбивал вещи, сквернословил и вообще вел себя дерзко. Когда он осознал, что его приемные родители не делали ему ничего плохого, его поведение стало немного сдержаннее. Он все еще вел себя непредсказуемо, и его приемные родители были сбиты с толку его спорадическими вспышками агрессии.

Приемные родители посещали те же богослужения, куда ходил Маркус вместе со своей матерью. Маркус казался тихим и грустным после богослужения, и родители думали, что он извлекает пользу из обычной религиозной службы.



Я установила с ними контакт в течение первого месяца лечения. Когда мы встретились, они были заинтересованы тем, как можно помочь Маркусу. Я видела в них членов лечащей команды и поддерживала контакт с ними каждую неделю. Я дала им бланки, чтобы они ответили на вопросы, касающиеся поведения Маркуса, и написали любые волнующие их вопросы. Каждую неделю Маркус приносил бланк и передавал его мне. В первый раз он отказался отдать мне его, пока не прочтает. Я сказала, что это было бы прекрасно, и в дальнейшем предложила его родителям писать записку вместе, чтобы от Маркуса у нас не было никаких секретов. Маркус был увлечен заполнением листов и напоминал своим родителям все свои плохие поступки, в то время как они напоминали ему все то хорошее, что он сделал.

Приемные родители сообщали, что иногда Маркус выглядел несчастным и спрашивал о своей матери. Он беспокоился, что без него она может умереть. И в то же время он говорил, что ему будет все равно, если мать умрет, демонстрируя таким образом свое двойственное отношение к ней.

Контакт с матерью Маркуса

Узнав адрес матери Маркуса, я решила посетить ее и, придя около 11 часов дня, стала настойчиво стучать в дверь. Спустя минут 15 мать Маркуса, Соня, в конце концов вышла поздороваться со мной. Она очень сопротивлялась тому, чтобы я вошла, и просила меня зайти завтра. Я решила сделать все возможное, чтобы поговорить с ней в этот день, и в конечном итоге она



уступила. Она пила все время, пока мы говорили, и мне было непонятно, как она могла обработать и удержать так много сведений. Моя задача состояла в том, чтобы оценить, насколько мать интересуется сыном, и вероятность того, что она захочет добиться воссоединения с ним.

Я начала с того, что рассказала ей, что знаю о ее ситуации. Я осветила факты, которые были мне известны, что, насколько я знаю, она посещает встречи анонимных алкоголиков, хотя и нерегулярно. Я сказала, что с того момента, как начала работать с ее сыном, я контактировала с врачами, и они сообщили мне о ее состоянии и о прогрессе в лечении. Когда я заговорила о Маркусе, мать стала слушать более внимательно. Она спросила, как он поживает, как учится и был ли он «хорошим мальчиком». Я ответила, что Маркус пережил такой же шок и травму, что и она, и сейчас у него тяжелые времена. Мать сказала, что для Маркуса это совсем другое и что он скоро забудет отца, так как еще маленький. «Я же переживаю совсем другое, — продолжала она. — Это то же самое, как если бы остановилась моя жизнь». На что я сказала следующее: «Ваши переживания и переживания Маркуса отличаются. Вы потеряли мужа, и, поверьте мне, я знаю, каково это для вас. Маркус же потерял и отца, и мать».

Она поднялась и пошла к бару, чтобы налить себе еще выпить. «Он не потерял меня... Я все еще здесь», — сказала она. «Настолько далеко, что он боится, что потерял вас, — добавила я, — Он не видит вас, не разговаривает с вами и временами интересуется, живы вы или нет». «Ему лучше не жить со мной, я не способна ни на что, я не могу дать ему даже то, в чем он боль-



ше всего нуждается — его отца», — сказала она резко. «Это не так, — ответила я, — Маркус любит вас и очень скучает. Вы оба пережили ужасную потерю и горе. Вы могли бы помочь друг другу». «Сейчас я никому не смогу помочь», — ответила она. Я могла сказать, что наша встреча подошла к концу, так как глаза матери были едва открыты. «Ваш сын нуждается в вас, он уже потерял одного родителя, — сказала я. — Пожалуйста, представьте себе, каково это — потерять двух родителей одновременно». Я спросила ее, могу ли прийти еще раз и поговорить с ней, и добавила: «В какое время мне лучше прийти, чтобы мы могли поговорить на трезвую голову?» Мать открыла мне дверь и сказала, что около шести утра было бы нормально.

Я приходила к ней еще четыре раза, и мать каждый раз спрашивала о Маркусе. Я повторно выражала свое беспокойство по поводу его состояния и в итоге сказала ей, что приходила к ней за тем, чтобы узнать, собирается ли она снова стать матерью Маркуса. Она настаивала, что ему лучше без нее, а я говорила, что Маркусу нужна его мать и что, пока он не будет рядом с матерью, он не сможет справиться со смертью отца. В конце концов я сказала матери Маркуса, что она позволяла мне приходить к ней только потому, что какая-то часть ее стремилась установить контакт с сыном. Потом я сказала ей, что хотела, чтобы она пришла на семейную сессию с Маркусом на следующей неделе. И добавила, что назначу встречу рано утром, чтобы она могла прийти трезвая. Я сказала ей, что пора Маркусу увидеть, что его мать жива, так же как и ей пора увидеть своего сына. Я утверждала, что не скажу Маркусу о ее приходе, чтобы он не расстроился, если она не по-



явится. Также я сказала ей, что уверена — в душе она готова к тому, чтобы снова установить связь с Маркусом и стать его матерью, хотя какая-то ее часть не была готова к тому, чтобы выполнить обязательства по отношению к сыну. Я добавила: «Я держу пари, та часть, которая готова быть матерью Маркуса, победит, и вы придете на встречу».

Я не сказала Маркусу, что его мать придет на сессию, чтобы ему не пришлось чувствовать себя обманутым, если она не появится. Вместо этого я решила быстро подготовить его к встрече с матерью, если она все-таки появится. Я нервничала по поводу того, придет или нет мать Маркуса. Спустя 20 минут после начала сессий секретарь позвонил мне в кабинет и сказал, что мать ждет внизу. «Маркус, твоя мама внизу», — сказала я. Он застыл. «Я пригласила ее прийти сегодня, но не сказала тебе об этом заранее, так как она могла не прийти». «Я подожду здесь. Иди, встретить ее», — попросил Маркус. Ему нужно было время, чтобы взять себя в руки, он еле сдерживал волнение, и я видела, что он колебался.

Мать Маркуса выглядела хорошо, такой я ее ни разу не видела. Она, видимо, позаботилась, чтобы выглядеть прилично перед сыном. Ее кожа выглядела посвежевшей, на ней были темные очки, которые, я думаю, скрывали ее налитые кровью глаза. «Он здесь?» — спросила она. «Да, он попросил меня прийти за вами и проводить наверх». — «Он хочет меня видеть?» — «Он не знал, что вы можете прийти, поэтому он возбужден и удивлен», — ответила я. Когда я вошла в кабинет, Маркус сидел на стуле. Когда он увидел мать, он вскочил и подбежал к ней, обняв ее за талию. Оба не ска-



зали ни слова. Они стояли, обнимая друг друга, довольно долго.

В конце концов мать первой нарушила молчание и сказала: «Дай мне посмотреть на тебя». Она подняла его голову, чтобы видеть его лицо. «Какой милый мальчик». Маркус снова крепко обнял ее, и мать повела его к дивану. Они сели вместе, держась друг за друга и тихо плача. Мне показалось, что они засыпают, и я прервала их: «Маркус, я подумала, может быть, ты расскажешь маме историю про сад». Он повернулся в мою сторону: «Я не хочу». «Может быть, я расскажу эту историю?» — спросила я. «Я не хочу». Вмешалась мать: «Мне нравится слушать истории, давай, Маркус, расскажи мне свою историю». Маркус сказал: «Помнишь, как я рассказывал истории папе, и он смеялся?» «Да, я помню, как ты мог рассмешить его. Расскажи мне историю». Маркус повторил ту же историю о саде, которую рассказывал в первый раз. Я добавила: «Маркус, расскажи маме ту историю, которую я тебе рассказала». Маркус сказал: «Ее история такая же, как и моя, кроме того, что кухарка заботится о саде, пока мама грустит». Я уточнила и повторила свою историю. (Я записала рассказы Маркуса и свой, поэтому могла прочесть их.) Мать, казалось, поняла смысл моей истории. «Как насчет вас? Вы не хотите рассказать Маркусу свою историю?» — спросила я мать. Она тихо ответила:

«В моей истории мать долго-долго болела и даже не могла выглянуть в окно, чтобы взглянуть на свой сад. Но в моей истории матери очень сильно повезло, потому что есть люди, которые хотят помочь ей, и медленно, очень медленно она начинает выздоравливать. Она решает... позволить господе помочь ей, потому что, Маркус, господь никогда не



дает нам больше того, чем мы можем выдержать. Со временем хозяйка стала способна хорошо заботиться о своих цветах, потому что она научилась заботиться о себе, но это заняло много времени, Маркус, потому что это не легко, заботиться о себе».

Они просидели обнявшись последние пять минут сессии, после чего я сказала, что время вышло и Маркусу нужно возвращаться в школу. Он громко протестовал, и мать сказала: «Я скоро увижу тебя снова. Я могу вернуться сюда и повидаться с тобой, или я приду в дом твоих приемных родителей». Маркус широко улыбался, пока мы назначали дату следующей встречи.

Комментарии

После этой сессии Маркус и его мать встречались в моем кабинете еще около 10 раз. К тому же, мать навещала его в доме приемных родителей раз в неделю и иногда даже чаще. Специалисты из службы по защите детей сообщали о значительном улучшении ее состояния. Мать самостоятельно посещала встречи анонимных алкоголиков два или три раза в неделю и получила работу на неполный рабочий день торговым агентом. Также она начала ходить на индивидуальные консультации в расположенную поблизости клинику психического здоровья, где посещала группу для людей, перенесших тяжелую утрату, и группу для тех, кто стал жертвой (или жил в семье, член которой был жертвой) непреднамеренного насилия. С этого момента она определилась и стала стремиться к объединению семьи. Она была восприимчива ко всем предложениям.

Эта женщина была внимательной и заботливой ма-



терью, преданной и любящей женой до трагической смерти мужа. Некоторое время она была неспособна выполнять свои обязанности из-за охватившего ее горя и алкогольной зависимости, но в конечном счете приняла решение вернуться к сыну и стать ему матерью, в которой он так нуждался. В процессе работы она нашла в себе мужество начать жить без мужа. Сессии, в которых участвовали мать и Маркус, не всегда были легкими. В Маркусе накопилось много злобы, которую ему надо было выплеснуть, казалось, он проверял мать, чтобы удостовериться, что мать сможет с ним справиться.

Маркус также привязался к приемным родителям, и хотя был счастлив, что возвращается домой, ему было грустно покидать приемную семью. Приемные родители очень помогали ему во время этого переходного периода. Они заботились о нем, когда мать была занята, или приглашали их прогуляться вместе время от времени. У матери привязанность Маркуса к приемным родителям не вызывала чувства ревности. Напротив, она была им очень признательна за то, что они присматривали за ним и заботились, пока она отсутствовала.

Процесс воссоединения занял шесть месяцев. В течение этого времени мать навещала Маркуса все чаще и чаще, сначала эти визиты кто-то контролировал, но позднее они стали действовать самостоятельно. Мать восстановила свои силы, она осознавала, что ей необходима поддержка со стороны окружающих. Она ясно понимала, что ее добровольная изоляция способствовала ее алкогольной зависимости, и это побудило ее окружить себя друзьями, с многими из которых она познакомилась на встречах анонимных алкоголиков, и ее



попечитель из группы АА, пожилая женщина, которая также пережила трагическую насильственную смерть мужа, была рада стать бабушкой для Маркуса.

Заключение

Техника совместного рассказывания историй была эффективной стратегией при работе с этой семьей. Основную мысль истории, рассказанной ребенком, можно было передать матери и предоставить ей возможность понять, что произошло после смерти ее мужа. Изначально Маркус не мог выражать свои чувства вербально. Наиболее эффективным способом выражения своих переживаний было для него его поведение. Но, используя историю как средство, используя метафору забытого, оставленного без ухода сада, он смог рассказать как о страхе, вызванном насильственной смертью отца, так и о своих чувствах заброшенности и покинутости. К счастью, мои догадки насчет матери оправдались. Мне бы пришлось изменить свою историю, если бы мать так и не ответила на мое вмешательство. Так как у матери с сыном были теплые, позитивные отношения до трагического, травмирующего происшествия, я надеялась, что их связь будет восстановлена.

Я сделала матери несколько провокационных заявлений, когда посетила ее в первый раз. Мать позднее призналась мне, что ее разозлили мои слова о том, что Маркус потерял и отца, и мать, в то время как она потеряла только мужа. Ее раздражение, вызванное заявлением, что она умерла для сына, стало движущей силой, давшей возможность сопротивляться и сражаться. В действительности, ее начальное намерение состояло



в том, чтобы жить только ради своего ребенка; со временем у нее появилось стремление жить и для себя. С того момента, как мать Маркуса взяла на себя обязательства, она непреклонно следовала тем путем, который приближал ее к цели — воссоединению с сыном.

Второй иллюстративный случай

Мэнди — шестилетняя девочка, у которой возник страх, связанный с родителями, Лупе и Мюриель. Родители — две женщины, латиноамериканки, влились в культуру и предпочитали разговаривать на английском. Лупе и Мюриель пришли на первую сессию и рассказали, что Мэнди с рождения была очень «легким» ребенком. Лупе описывала беременность как «приятную и спокойную», протекающую в основном без осложнений. У нее были недомогания по утрам в течение двух месяцев беременности, и, фактически, больше никакого дискомфорта она не испытывала. Она сказала, что они с Мюриель планировали эту беременность, таким образом Мэнди была «одним из самых желанных детей на планете». Мюриель, которая присутствовала при родах, заметила, что «даже во время своего рождения Мэнди вела себя хорошо... она родилась быстро, не причиняя особых неудобств». Лупе согласилась, что рождение ребенка было достаточно безболезненным, совершенно отличающимся от ее ожиданий; ее мать всегда говорила ей, что роды — это божье наказание для женщины.

Обе женщины описывали Мэнди как очаровательного, беззаботного, впечатлительного и ранимого, жизнерадостного ребенка. Они никогда напрямую не раз-



говаривали с ней о своей гомосексуальности, но открыто демонстрировали в ее присутствии любовные отношения. «В то же время, — добавляет Лупе, — будучи воспитаны в семьях католиков и обладая высоким чувством нравственности... мы никогда не ведем себя некорректно в присутствии Мэнди и скрываем от нее свою частную жизнь».

Мюриель рассказала, что Мэнди изменилась за последние шесть месяцев. Она стала несговорчивой, сосредоточенной на себе и тихой. Как будто бы ее обычное спонтанное и естественное поведение что-то стало сдерживать. Мюриель сказала: «Раньше мы считали, что Мэнди всегда готова повеселиться, она смешила нас... рассказывала смешные истории... она всегда была готова пойти на прогулку или покататься... теперь она гуляет около дома в подавленном состоянии и выглядит не такой свободной и жизнерадостной, как раньше». Когда я спросила родителей, произошло ли что-нибудь особенное в течение последних нескольких месяцев, что могло бы объяснить эти перемены, Мюриель ответила, что умер ее отец и что они все вместе присутствовали на похоронах. «Мы чувствуем себя виноватыми, — добавила она, — нам не следовало показывать ей мертвое тело... гроб был закрыт, службу проводил священник нашего прихода... Мэнди знала его и хорошо знала церковь. Мы не можем понять, что могло ее так расстроить». Когда я спросила, насколько близки были Мэнди и отец Мюриель, Лупе тихо сказала: «Он никогда не принимал наших отношений, и хотя был дедушкой Мэнди, никогда не уделял ей внимания. Я сожалею, что приходится говорить, что он не был ей близок». Мюриель добавила: «Это-то нас и



удивляет... почему его смерть могла так расстроить ее... Он никогда не приходил к нам в гости, мне приходилось встречаться с ним где-то вне дома, если я хотела его увидеть».

Я попыталась выяснить все самое существенное из того, что происходило в последнее время. Только информация о том, что приблизительно 7 месяцев назад Мэнди начала ходить в школу, привлекла мое внимание. Когда я спросила, как проходит ее учеба, Лупе сказала, что Мэнди любит свою школу, ей нравится учитель и что большинство ее одноклассников посещали тот же детский сад, что и она, поэтому она хорошо их знает. Лупе рассказала, что у нее много хороших друзей в классе. Ее лучшим другом был Мартин, он живет по соседству, ему 9 лет, и у него есть семилетняя сестра Стефани. Еще она общалась с близнецами Лоиз и Лани, жившими через дорогу, им по 10 лет. Лупе и Мюриель описывали своих соседей как «дружелюбных» и «спокойных». Мюриель сказала: «Каждый год мы собираемся на вечеринку всем кварталом. Мы обычно остаемся на улице до трех часов ночи. На нашей улице не очень большое движение». Лупе добавила, что большинство соседей знает и любит их, и они отвечают им тем же. Она сказала: «Мы не ладим только с парнем по соседству, который не убирает свой двор. Он становится просто сумасшедшим, когда мы приходим к нему с просьбой очистить двор от рухляди».

Лупе и Мюриель было почти по тридцати лет. Лупе была родом из Коста-Рики, но большую часть жизни прожила в этой стране. У нее были хорошие отношения со своей семьей, хотя она не имела возможности навещать их регулярно. Лупе сказала: «Мои родители



стали настоящими бабушкой и дедушкой для Мэнди, они приезжают раз в год, чтобы побаловать внучку». Мюриель родилась в Панаме, она утверждала, что ее отношения с семьей не очень гладкие. Ее отец был очень отдален от нее, ее братьев и сестер. Мюриель хорошо ладит со своим братом Скоттом, который был донором спермы для зачатия Мэнди. У Скотта постоянные гомосексуальные отношения, Скотт и его партнер были любящими дядями Мэнди. У Мюриель были несколько натянутые отношения со своей сестрой Роуз, она реже встречалась с ней. Мюриель не разговаривала со своей матерью с 15 лет, когда та бросила детей и мужа и уехала в другую страну. Скотт поддерживал с ней связь, но взаимоотношения между Мюриель и ее матерью никогда так и не восстановились.

Первая сессия

Мэнди оказалась маленькой, изящной и дружелюбной девочкой, которая, войдя, поздоровалась, сказала, что предпочитает разговаривать на английском языке, и последовала за мной в игровую комнату. Ее родители сказали ей, что я консультант, который работает с детьми и помогает им, если у них появляются какие-то проблемы. Я показала Мэнди игровую комнату, и она сразу же начала играть с кукольным домиком, обставляя мебелью по порядку гостиную, кухню, спальню и детскую. «Где же семья, которая здесь живет?» — спросила я. Я протянула ей маленьких куколок, и она поставила маленькую девочку и щенка в спальне. «У этой девочки есть щенок. А у тебя?» — спросила я. «Нет. Но я бы хотела большую собаку, которая могла бы присма-



тривать за мной», — ответила она. Она взяла две женские фигурки и поместила их в спальню, посадив одну из них за стол возле зеркала. «Они собираются спать», — сказала она. Она стала изображать, как куколочка около зеркала расчесывает волосы. Затем обе куколочки легли спать и она накрыла их бумажным носовым платком. Мэнди заметила: «У этого дома нет крыши». «Это точно. У него нет крыши», — сказала я. «О, о, о, нет... они сейчас попадут в беду».

— Что с ними случится?

— Они простудятся.

— А что потом?

— После того как простудятся?

— Да, после этого.

— Они... они...

— Что тогда произойдет? — Мэнди внезапно оставила кукольный дом и не ответила на мой вопрос. Она увидела бумагу и карандаши и спросила, можно ли ей порисовать. Она нарисовала несколько кругов на бумаге и раскрасила их в разные цвета. После этого она спросила, может ли она раскрашивать книжки-раскраски. Незадолго до окончания сессии она посмотрела на меня и спросила: «Какие еще дети приходят сюда?»

— Много разных детей.

— Кто они?

— Мальчики и девочки.

— Сколько им лет?

— Такого же возраста как ты, есть младше и есть постарше.

— Они играют с кукольным домиком?

— Некоторые из них играют

— Они будут играть с ним и все разрушат там?



- Ну, они могут там все переделать.
- Не позволяй им, хорошо?
- Я не могу пообещать этого... Здесь игрушки для всех детей, они все играют ими.
- Ладно, тогда я разрушу все это сама.
- Конечно, ты можешь это сделать.
- Я сделаю это сама.

Она вернула всю мебель в маленькую коробочку, в которой она хранилась, и поставила макет обратно на полку.

- Ты будешь здесь, когда я приду в следующий раз?
- Да, буду.
- Это твоя комната?
- Да, моя комната.
- И кукольный домик здесь тоже будет?
- Да, будет.

Мэнди выбежала и крепко обняла Лупе. Она сказала, что время идти домой и махнула мне на прощание рукой.

На следующей сессии Мэнди играла с кукольным домиком, оставаясь озабоченной по поводу отсутствия у него крыши. Она также играла в песочнице, рисуя пальцами круги и пересыпая песок в формочки и обратно. Она раскрашивала книжки и на каждой сессии задавала много вопросов о том, кто приходит в кабинет, кто раскрашивает эти книги, будут ли здесь цветные карандаши и мелки, когда она вернется, пользуется ли кто-нибудь теми же игрушками, которыми играет она, и случилось ли, что бы кто-нибудь сломал какую-нибудь игрушку. Ее озабоченность постоянством была очевидна. Она также задавала много личных вопросов о других детях, приходящих на терапию: о том, кто их родители, го-



ворят ли они по-испански, где они живут и почему они приходят ко мне. Я давала ей нечеткие ответы: «У некоторых из них двое родителей, у некоторых один... Некоторые из них живут далеко, некоторые намного дальше; некоторые говорят по-испански, некоторые нет; некоторые из них приходят, потому что у них есть проблемы или что-то обидело их или расстроило...»

Лупе и Мюриель рассказывали, что дома все оставалось по-прежнему. Мэнди продолжала вести себя неестественно тихо, была замкнутой. У нее не возникало никаких особых вопросов, не появилось никаких новых интересов, она продолжала учиться также хорошо в школе, хотя учителя также заметили изменения в ее манере поведения, то, что раньше она была более общительна. Я попросила Лупе и Мюриель прийти на сессию вместе с Мэнди, я хотела посмотреть на ее поведение в присутствии родителей.

Во время совместной сессии Мэнди невозмутимо провела родителей по игровой комнате и показала все, что там находится, рассказала им о том, во что мы играли вместе во время сессий. Кукольный дом она приберегла напоследок, показала родителям, как она расставила мебель и что она могла положить на ночь всех в кровать. Лупе спросила о щенке, и Мэнди сказала: «Это Дэниел, собака, которая охраняет маленькую девочку и заботится о ней».

— Хорошо, она охраняет маленькую девочку... А что случилось бы, если Дэниела не было бы там? — спросила Лупе.

— Было бы грустно, — ответила Мэнди.

— А что бы случилось?

— Ей было бы очень одиноко.



- Дорогая, ты чувствуешь себя одинокой ночью?
- Не я. Эта девочка в кровати.
- Я понимаю.
- Дэниел охраняет ее.
- От чего он ее охраняет?
- Может произойти что-то плохое.
- Что?
- Я не знаю. Просто придумываю.

Лупе забеспокоилась и посмотрела на меня, как бы спрашивая — как понимать слова Мэнди. Я решила не вмешиваться, а понаблюдать способность Лупе и Мюриель справиться с тревогой и обсудить с девочкой все откровенно. Мюриель позвала Мэнди к себе, и она с неохотой залезла к ней на колени. «Этой маленькой девочке повезло, что у нее есть собака, которая охраняет ее», — сказала Мюриель. «Да, — ответила Мэнди и спросила: — Мы можем завести собачку?» Мюриель ответила: «Дорогая, ты же знаешь, мы не можем. Мы живем не в своем доме, и его владелец не разрешает нам держать собаку». «Я знаю, знаю», — ответила Мэнди. Мюриель качала Мэнди несколько минут на коленях. Потом время сессии истекло. «Мне нравится, когда вы приходите со мной в эту комнату», — сказала Мэнди своим родителям. Я вставила свое замечание: «Это хорошо, потому что я бы хотела, чтобы вы втроем пришли в следующий раз».

Применение техники совместного рассказывания истории

Я решила использовать технику совместного рассказывания истории и попросила семью сочинить какую-нибудь историю, которая имела бы начало, сере-



дину и конец. Они посмотрели друг на друга, и Лупе предложила кому-нибудь начать. Вызвалась Мэнди:

«Давным-давно жила-была (*длинная пауза*) рыбка. (Мэнди выглядела очень довольной, затем она нахмурилась.) Две рыбки, пусть это будут две рыбки. Одна из них была прелестной оранжево-красной рыбкой, другая коричнево-белая, она была рыбой-охранником. (*Все улыбнулись.*)

У рыбок было любимое место, где они плавали. Они выпрыгивали из воды и ныряли обратно, плавали кругами, пили газированную воду, когда были голодны... (*Она взглянула на Лупе и спросила: «Что потом?» В этот момент в историю включились другие участники.*)

Лупе: Они были самыми счастливыми рыбами на свете. Они так любили друг друга и никуда не плавали по одиночке, только вместе.

Мюриель: Они были очень счастливы, что они рыбки и живут в прекрасной чистой воде. Они играли и играли целыми днями.

Мэнди: Но вдруг пришли рыбаки. Они закинули сети и пытались поймать их.

Лупе: Но рыбка-охранник защитила свою подругу, она велела ей спрятаться под камнями в глубине озера и не высовываться, пока не уйдут рыбаки.

Мэнди: Но она все равно хотела выглянуть и посмотреть, что творится вокруг, и ее рыбка-охранник не могла уговорить ее не прыгать высоко.

Мюриель: Но рыбаки так их и не поймали, они в конце концов проголодались и пошли к себе домой ужинать. Конец.

И Лупе, и Мэнди, казалось, были немного возмущены, что Мюриель решила закончить историю, но ни



одна из них не протестовала, и я спросила у них, как бы они назвали эту историю. Мюриель ответила: «Рыбки навсегда». Лупе назвала историю «Рыбка и ее защитник». Мэнди сказала: «Ты не можешь всегда оставаться живой». Ее ответ вызвал беспокойство у женщин, но я отложила их вопросы на потом, добавив, что сейчас тоже расскажу историю.

«Давным-давно жила рыбка... нет, пускай две рыбки. (Мэнди посмотрела на своих родителей и улыбнулась.) Это была красивая красочная рыбка и ее коричнево-белая рыба-защитник. (Мэнди, казалось, собирается что-то сказать и я поспешила остановить ее.) Подожди, это моя история... Рыбки жили в маленьком озере, и им там очень нравилось. Им доставляло радость прыгать, прыгать так высоко, что они могли осмотреть то, что происходит вокруг, посмотреть то, как живут люди.

Рыбки были очень счастливы, пока не пришли рыболовы, чтобы поймать рыбу, и тогда рыбка-охранник, которая была очень хорошей защитницей, предупредила другую рыбку, чтобы та не прыгала высоко, а наоборот, спряталась под камнями на дне озера. Но рыбка не обратила внимание на предупреждение, вместо этого она выплыла на поверхность и подвергла себя опасности. Рыбка-охранник спросила ее: «Почему ты подвергаешь себя опасности? Ты же знаешь, что случится, если они тебя увидят. Ты умрешь. Разве ты хочешь умереть?»

(Мэнди стала плакать, Мюриель и Лупе обнимали и успокаивали ее. Никто из нас не знал причины этих слез, такой бурной реакции. Мы ждали, пока она успокоится.)

«Мэнди, я рыбка-охранник, и я хочу знать, что я должна сказать рыбе, которая причиняет себе вред».

(Мэнди взглянула на меня и сказала слабым, робким голосом: «Она не должна подвергать себя опасности... она должна остаться и быть с тобой... Скажи ей, что будешь по ней очень-очень скучать, если она уйдет от тебя... скажи ей, чтобы она этого не делала... скажи, чтобы не делала этого».)



«Итак, моя история заканчивается тем, что рыбка-охранник снова и снова напоминает другой рыбке, чтобы она берегла себя. Рыбка-охранник очень беспокоилась за нее. Они продолжали жить в маленьком озере, красочная рыбка прислушалась к словам рыбки-охранника и пообещала больше заботиться о себе».

В этот момент на меня нашло озарение, я, кажется, поняла мир Мэнди: она беспокоилась о родителях и пыталась сделать все, на что была способна, чтобы им не было плохо. Она выбрала двух рыбок, чтобы репрезентировать дилемму, когда одна рыбка ведет себя беззаботно, не обращая внимания на опасность, а другая рыбка пытается охранять и защищать ее. Говорила ли она о защите родителей? От чего? Угрожало ли что-либо семье? Был ли это символический взгляд на то, что ее семья отличается от других? Вела ли ее семья такой же образ жизни, как и эти рыбки, только изредка выглядывавшие из воды, чтобы посмотреть, что происходит снаружи? Представлял ли для них внешний мир некую угрозу. Я попросила Мэнди: «Расскажи мне об охраннике. Кого он защищает?» «Я не могу», — ответила она.

— Что случится, если ты это скажешь?

— Мама рассердится. (*Оба родителя испуганно смотрели на нее.*)

— Дорогая, никто не рассердится. Расскажи Элиан все.

— Моя мама собирается заболеть и умереть. (*Она вздохнула.*)

— Кто-нибудь из вас болен?

— Нет. (Внезапно родители посмотрели друг на друга и все поняли.)



— Дорогая, ты имеешь в виду, что я курю? — спросила Мюриель.

— Да, мама

— О господи!

— В чем дело?

«Я курю. На самом деле я заядлая курильщица. Я курю с 15 лет, Лупе и Мэнди очень расстраиваются по этому поводу. Мы очень много ссорились из-за этого, но в последнее время почти не говорили об этом. Это намного лучше, чем ругаться — особенно когда Лупе была беременна... Если что-нибудь и могло разрушить нашу семью, так именно это. У нас было много скандалов по этому поводу. Мэнди была еще маленькая, я никогда не думала, что она все знает».

Мэнди обняла маму и рассказала ей, что у одной из ее одноклассниц мама умерла от рака легких. Еще она рассказала о том, что их учитель рассказывал о вреде курения. «Когда я пыталась сказать это тебе, ты сердилась и кричала на меня... ты велела мне замолчать», — продолжила Мэнди.

По щекам Мюриель потекли слезы, когда она поняла, что причины возникших у Мэнди проблем заключались в ее чрезмерном беспокойстве о здоровье мамы и в том, что она не могла сказать об этом родителям, потому что это была запретная для разговоров тема. Мюриель взяла лицо дочери в руки и сказала: «Ты будешь хорошим защитником мне и маме, ты слышишь меня... хорошим и заботливым защитником. И я обещаю тебе, что брошу курить завтра же и буду очень стараться, чтобы не начать снова». «Не будешь курить даже не дома?» — спросила Мэнди. «Даже не дома, не бу-



ду прятаться или еще что-нибудь». Лупе поцеловала Мэнди, и затем все трое крепко обнялись.

Все они горячо поблагодарили меня, и я заметила, что всегда непросто бросить курить и что Мюриель может понадобиться помощь. Я сказала, что могла бы направить ее к другому консультанту, который помогает тем людям, которые хотят бросить курить, и она ответила, что позвонит мне, чтобы узнать его телефонный номер. Я сказала Мэнди, что хотела бы увидеться с ней одной в следующий раз. Обещание Мюриель сдержать было непросто, и у нее было много рецидивов, прежде чем она полностью избавилась от зависимости. По своей собственной инициативе Лупе сказала Мюриель и Мэнди, что настала ее очередь быть защитником и что Мэнди может сбросить с себя эти обязанности, так как «маленькая девочка должна использовать всю свою энергию на то, чтобы становиться больше и сильнее». Лупе и Мюриель не купили Мэнди настоящей собаки, но они купили ей игрушечную собаку, такую же большую, как настоящая, она сидит у нее на окне.

Заключение

Мэнди была жизнерадостным и энергичным ребенком, но внезапно испугалась, стала беспокоиться о том, что ее мать курит, несмотря на то, что мать ее подруги умерла от рака легких. Так как курение было причиной сильных конфликтов между родителями Мэнди, все в семье решили просто избегать этой темы, чтобы всем было спокойнее. Беспокойство Мэнди о матери усиливалось со временем, ее тревожила мысль, что она может потерять маму из-за рака (эта возможность, по-ви-



димому, стала представляться ей реальной после смерти дедушки). В школе также акцентировалось внимание на вреде курения и связанных с этим опасностях. Все это стало причиной возникшего у Мэнди сильного страха. Она стала выдумывать различных защитников.

Я хотела понаблюдать за общением между родителями и Мэнди, заметив заинтересованность девочки темами постоянства и стабильности. Я желала знать, как общаются родители с девочкой по отдельности и вместе. Я предполагала, что что-то тревожит ребенка, но было непонятно, что именно, пока она не рассказала историю, в которой возникли темы опасности и защиты. Родители никогда не рассказывали о беспокойстве по поводу здоровья или курения, поэтому мне было неизвестно до этого момента о тревоге, существующей у ребенка. Я заметила, что, когда Мэнди включила в рассказываемую историю конфликт, Мюриель поспешила закончить историю, возможно, подсознательно понимая связь между метафорой и реальностью. В конечном счете, Мэнди, при поддержке родителей, чувствуя себя защищенной, смогла справиться с силами и высказать свой скрытый страх по поводу курения Мюриель.

Глава 7

ДРУГИЕ ТЕХНИКИ РАССКАЗЫВАНИЯ ИСТОРИЙ

Несмотря на популярность того варианта техники совместного рассказывания истории, который был разработан Гарднером, возникло достаточно мало разработок более общих терапевтических техник с примене-



нием рассказывания историй. В ранних исследованиях, проводимых в 1936 году (Despert & Potter, 1936), психологи пришли к заключению, что истории могут служить подходящим средством для вербализации фантазий. Через них дети раскрывают свои тайные желания и конфликты. Десперт и Поттер рассказывают, что в историях могут быть обнаружены основные эмоции, включая такие, как тревога, чувство вины, исполнение желаний и агрессия. Поэтому если темы периодически повторяются, то это является указанием на базовый конфликт или тревогу. Они также считают, что истории максимально полезны, когда дети сами находят в них смысл, тогда они могут служить средством как диагностики, так и лечения.

Брэнделл (Brandell, 1984) утверждает, что большинство техник, применяемых в детской психотерапии, направлены на то, чтобы выявить фантазии. После тщательного обзора литературы по этой теме он также обнаружил, что в очень немногих случаях рассказывание историй используется систематически и независимо от других психотерапевтических техник. Некоторые игровые терапевты-психоаналитики считают, что рассказывание историй может принести вред детям, так как это может нарушить обычный баланс в бессознательном. Другие отмечают, что эта техника достаточно ограничена, так как основывается на вербальных способностях детей. Гондор (Gondor, 1957) подчеркивает, что клиницисты должны предоставлять детям просторную комнату, где есть много различных игрушек и средств для самого широкого круга занятий, чтобы те сами выбирали наиболее подходящий им способ коммуникации, одна и та же техника не может подходить всем де-



тям, Мне кажется, что моя задача как клинициста — сохранить открытыми множество возможностей.

Робертсон и Барфорд (Robertson and Barford, 1970) утверждали, что использование историй полезно при работе с хронически больными детьми. Критцберг (Kritzberg, 1971) разработал два терапевтических средства — «Терапевтический набор для сочинения историй» и «Набор «Сочини историю», которые помогают сочинять и рассказывать историю тем маленьким клиентам, которые испытывают трудности в условиях свободной игровой ситуации. Хотя изначально Критцберг разрабатывал свои игры при сотрудничестве с Ричардом Гарднером, его подход отличается от подхода последнего. Вероятно потому, что он больше интересовался реакциями хорошо адаптированных детей и не использовал игру произвольно, Критцберг был убежден, что истории должны строиться на основе заданного терапевтом стимула, должны иметь подкрепление и анализироваться на основе четких категорий. Кроме того, он считал, что история не должна включать наставлений, а темы обсуждения должны ограничиваться только историей, рассказанной ребенком. Как мы заметили в предыдущей главе, техника Гарднера стимульно-независима, представляет собой дополнительную технику, которая завершается наставлением, выведением морали и опирается на содержание, представленное ребенком.

Рассказывание историй — очень эффективный способ установить коммуникацию с ребенком. Этот метод применяют в работе очень многие: воспитатели, педагоги, психотерапевты, гипнотерапевты, родители и многие другие, для того чтобы научить детей чему-то, воздействовать на них, вдохновить или наоборот, при-



грозить, порадовать, привить детям ценности. Большинство детей первый раз слышат истории от родителей, которые читают им сказки и рассказы из книжек. К сожалению, в последнее время это случается все реже и реже, потому что большинство детей слушают сказки, записанные на аудио, или смотрят их на видео.

Вебб (Webb, 1991) отмечает, что в процессе рассказывания истории — слушают ее, читают или смотрят — происходит дистанцирование, идентификация и проекция: «Когда дети слушают истории, они учатся использовать свое воображение, они представляют себя животным или каким-нибудь героем, включаются и разрешают ситуации, которые могут произойти в их повседневной жизни» (стр. 34). Вебб предостерегает, что, хотя техника рассказывания историй может обманчиво показаться простой, «реакция терапевта на откровение ребенка основывается на полном понимании развития ребенка, его типичных реакций на стресс и на понимании символической коммуникации» (стр. 35). Поэтому для начинающих терапевтов она предлагает регулярное супервизорство.

Рассказывание историй используется терапевтами как орудие, которое позволяет более открыто и свободно общаться с детьми, снизить их сопротивление и развить их способность пользоваться метафорами, чтобы справляться с болезненными аспектами жизненных ситуаций. В шестой главе мы увидели, что, когда ребенку давалась возможность придумать и рассказать свою историю, клиницист мог вмешаться в ее выдуманный мир и создать другие варианты развития ситуации, которые являются более здоровыми и альтернативными стратегиями, чем те, которые озвучены ребенком. Од-



нако некоторые дети с неохотой придумывают истории — они могут быть скованны, зажаты, могут опасаться наказания за рассказ «неадекватной» истории. При работе с такими детьми терапевты могут перейти к другим применениям историй. Некоторые клиницисты используют рассказывание историй в сочетании с игрой в куклы. Хоффман и Роджерс (Hoffman and Rogers, 1991) описывают технику, где ребенку, пережившему катастрофу (например, землетрясение), дают «книгу», обложку которой рисует ребенок, а содержание представляет собой запись рассказанной им истории. Также терапевты могут просить детей, чтобы те записывали истории дома в тетради. Совместное рассказывание историй может также проводиться в форме завершения предложений (Saravay, 1991). Например, детям дается инструкция рассказать историю, начало которой уже известно: «Однажды моя мама была очень счастлива, потому что...» или «Дети почти всегда боятся...» и т. д. Клиницисты к тому же могут рассказывать историю, которая потенциально значима для детей. Когда терапевты выбирают тему, представляют главных героев, конфликты и возможные их решения — это является приглашением для детей присоединиться к метафоре.

Брукс (Brooks, 1993) использовал технику, называемую «Придуманые герои», когда терапевт выделяет основные эмоциональные проблемы, с которыми столкнулся ребенок, и придумывает героев (обычно животных), которые включаются в ситуации (уже разобранные, детально разработанные ребенком и клиницистом во время лечения), отражающие центральные вопросы терапии. Брукс применяет эту технику на раз-



личных стадиях лечения, иногда записывая истории заранее, иногда в присутствии ребенка. Когда дети слушают историю, Брукс предоставляет им возможность комментировать рассказ и использует их комментарии, чтобы детально разобрать историю. Брукс также поддерживает детей, если они рисуют портреты главных героев или моделируют ситуацию, проигрывая историю. Он говорит, что следует максимально приближать выдуманное к реальной ситуации, например, он может использовать имена, которые отражают основную проблему детей, такие, как «Злой Билл Торнадо», или которые представляют терапевта, как «Мудрого Филина», «Мудрого Старца» или даже как «Детектива». Цель этой техники состоит в том, чтобы «распространить то, что происходило в истории, те стратегии решения проблем, которые там применялись, на реальные жизненные ситуации» (стр. 214). Далее Брукс отмечает, что эффективность этой техники основывается на способности ребенка использовать замещение и метафору, чтобы «обсуждать эмоциональные конфликты, понимать их и справляться с ними» (стр. 220); способности детей справляться с тревожным состоянием, сосредотачиваться на истории и развивать ее; готовности детей стать «важными участниками» в безопасной «атмосфере решения проблем» (стр. 222).

Терапевты могут быть такими же нерешительными и робкими в применении техники рассказывания историй, как и их маленькие клиенты. За время, пока я работала супервизором, я заметила, что студенты испытывают трудности при создании такой истории, которая могла бы «разговаривать» с помощью символов. В то же время большинство студентов в конце концов очаровы-



вают возможности, заложенные в рассказывании историй. Многие клиницисты развивают свою способность рассказывания историй во время практики, другие же предпочитают пользоваться терапевтическими историями, написанными коллегами (Gardher, 1972; Mills & Crowley, 1986; Davis, 1990). Баркер (цитируется по Frey, 1993) предлагает клиницистам, придумывающим истории, придерживаться следующих положений:

1. Вы должны приготовить историю заранее.
2. Варьируйте темп и стиль подачи материала. У вас достаточно времени.
3. Уделяйте особое внимание тому, на что необходимо сделать ударение, на ключевые фразы, замедляя повествование или меняя его интонацию и манеру.
4. Рассказывайте историю так, чтобы она была интересной.
5. Отмечайте ответные реакции клиента и изменяйте манеру повествования в соответствии с ними (стр. 223).

Баркер также подчеркивает, что важно быть лаконичным и учитывать невербальную экспрессию. Он утверждает, что жесты, мимика, смех и интонации голоса могут сделать историю более живой, яркой. Зигельман (Siegelman, 1990) предостерегает, что излишняя увлеченность метафорами может привести к ошибочному пониманию тонких или скрытых сообщений, которые посылает клиент.

Критцберг (Kritzberg, 1975) говорит, что история должна быть ориентирована на действие, в ней должны быть одушевленные и неодушевленные герои, сюжет и итог, заключение, смысл и мораль, которые со-



держат в себе идею того, как ребенок может справиться со своими проблемами. Он предполагает, что существует три категории терапевтических историй.

1. История — «зеркало», она повторяет историю ребенка с минимальными изменениями.

2. «Суггестивно-директивная» история, в которой представлены темы, поощряющие к тому, чтобы овладеть реальными жизненными ситуациями.

3. «Недирективно-интерпретирующая» история, которая сосредоточена на текущей проблеме ребенка.

Критцберг поддерживает терапевтов, которые рассматривают психодинамику проблемы, обдумывают те виды символов, которые используются, как переживаются и понимаются те или иные эмоции, уровень когнитивного функционирования, для того чтобы более полно понять истории и рисунки детей.

Рассказав историю однажды, клиницист может ссылаться на нее на протяжении всего процесса лечения. Временами дети и/или их родители спонтанно вспоминают метафоры из истории или просят рассмотреть их еще раз, иногда клиницист сам решает заново представить истории. Не все рассказываемые истории захватывают воображение слушателей. Поэтому клиницистам, возможно, придется рассказать больше, чем одну историю, пока он не придумает такую, которая полностью увлечет слушающих.

Первый иллюстративный случай

Сара была красивой, радостной и творческой девочкой 10 лет. Она оживала в игровой комнате: рисовала, рассказывала истории с марионетками, играла в игры,



говорила о своих самых потайных мыслях, тревогах, радостях, страхах. Иногда она становилась словно взрослая, но главным образом была приятным, энергичным и творческим ребенком. На терапию Сару привела испытывающая беспокойство мать.

Сара «чересчур много» мастурбировала, по мнению матери, которая была испугана и потрясена поведением дочери. На первой сессии, на которой мать присутствовала одна, она рассказывала, что Сара мастурбирует все время. Когда я попросила ее объяснить, что значит «очень много» и «все время», она ответила, что Сара часто мастурбировала, когда они вместе по утрам принимали душ и что она не раз обнаруживала Сару, подставляющую свои бедра под кран с текущей водой во время приема ванны. В заключение она сказала, что обнаружила Сару мастурбирующей в постели, хотя с момента, когда она легла спать, прошло много времени.

Миссис В. была матерью-одиночкой, она забеременела, когда ей было около 40. Беременность была незапланированной, и она приняла решение оставить ребенка только потому, что была уверена, что биологический отец Сары не будет принимать участие в воспитании ребенка. В действительности миссис В. встречалась с отцом Сары всего один или два раза, и больше она никогда его не видела. Миссис В. владеет собственной компанией уже 15 лет. Она унаследовала страховой бизнес от своего отца и была очень горда и довольна тем, что стала главой правления компании в столь молодом возрасте. Она работала очень усердно, чтобы заслужить уважение со стороны своих 200 подчиненных.



Когда Сара была младенцем, миссис В. наняла на работу няню, которая стала словно родная Саре. Когда Сара достигла 5 лет, миссис В. отдала ее в детский сад, и с того времени она изменила свой график, чтобы каждый день после 16:30 быть дома вместе с дочерью. Миссис В. отметила, что она внезапно осознала, что ее маленькая девочка выросла и она хочет наверстать потерянное, проводя с ней вместе все свободное время. Мать миссис В. умерла, когда ей было 5 лет, ее воспитывали очень заботливый, но сдержанный, неэмоциональный отец, со склонностями трудоголика, и старая нянечка, которая умерла, когда миссис В. была подростком. Миссис В. сказала, что ей было очень грустно, когда умерла нянечка, как будто она потеряла родную мать. Когда же умерла ее мать, она не сильно горевала, следуя стоическому примеру отца. Миссис В. мало помнит о своей матери и нашла только одну фотографию, на которой они были сфотографированы вместе.

После того как я выслушала жалобу матери по поводу склонности Сары к мастурбации, я спросила ее, чем, по ее мнению, можно объяснить такое повышенное внимание дочери к сексуальности. Мать высказала свои опасения, что, возможно, Сара подвергалась сексуальному насилию в школе, так как она слышала, что чрезмерная мастурбация часто является следствием сексуального насилия. Я быстро развеяла такое представление, сказав, что важно разбирать каждую ситуацию в отдельности, учитывая ее уникальность. Я сказала ей: «Большинство детей наслаждаются своей сексуальностью даже в очень раннем возрасте». Услышанное ее напугало, и она ответила, что уверена — ее дочь



слишком мала, чтобы быть увлеченной этим. Я сказала матери, что была бы рада оценить ситуацию.

Как уже упоминалось ранее, Сара была очень разговорчивой и искренней. Когда я спросила ее, знает ли она, почему мама привела ее ко мне, она ответила: «Она думает, что я очень много мастурбирую». Еще не зная о поразительном развитии Сары в плане владения языком, я спросила, что значит слово «мастурбация». «Вы знаете, это когда ты трогаешь свой клитор», — ответила она. Желая удостовериться, что мы понимаем друг друга, я спросила, что такое «клитор». «Ты спрашиваешь, потому что думаешь, что я маленький ребенок и не знаю этого, да?» — «Просто я хотела удостовериться, что я знаю, в каком смысле ты используешь это слово». Она улыбнулась и, приняв позу профессора, сказала: «Клитор — это женский пенис!»

После того как мы прояснили терминологию, я спросила ее, что она думает по поводу своей мастурбации. «Ничего. Я имею в виду, что это мое тело и она не может запретить мне», — ответила она. Я спросила ее, пыталась ли мать остановить ее, и она подтвердила, что да, она «постоянно» пытается это сделать. «Иногда мне кажется, — сказала она спокойным голосом, — что моя мать хочет забраться внутрь меня и узнать все мои мысли и чувства... Как будто бы она хочет быть мной».

Когда я попросила Сару подробнее описать отношения с матерью, она восприняла это негативно и со сдерживаемой злостью. Она описывала мать как навязчивую, контролирующую, стремящуюся управлять. Она сказала, что ее мать привыкла быть «нормальной», но сейчас это невозможно и даже странно. «Что она говорит или делает, что кажется тебе странным?» — спро-



сила я. Сара ответила: «Почти все... Никто из родителей моих друзей не похож на нее».

Сара заявила, что она устала от разговоров о ее матери и хотела вместо этого порисовать. Она хотела нарисовать не что-то особенное, а просто каракули, разной формы и цветов. В конце концов у нее получилась прекрасная картина, полная живых цветов, которые казались живыми. Она сказала, что время проходит очень быстро. Сара немного нахмурилась, когда я сообщила ей, что в следующий раз мы встретимся вместе с ее матерью.

Когда Сара и ее мать пришли вместе, она вела себя так, как будто это был совсем другой ребенок. Осанка Сары, интонация голоса заметно изменились. Она держала голову опущенной, как будто бы с неохотой пришла на прием. Она плюхнулась на диван и сквозь зубы сказала «привет». Во время этой сессии я могла убедиться, что отношения между матерью и дочерью очень тяжелые. Мать без конца жаловалась на нежелание Сары разговаривать с ней или гулять вместе. Видимо, Сара пряталась от матери дома, мать часто искала ее и находила на чердаке, в туалете, в запасной ванной комнате. Сара была недовольна и грубила матери. Когда я задавала вопросы, она отвечала зло, и я была озадачена столь резкой переменной поведения.

Мать также изменилась. Вместо деловой женщины, четко выражающей и уверенной в себе, которую я встретила на первой беседе, передо мной была беспокойная женщина, скрыто агрессивная, которая выглядела беспомощной и отчаявшейся. Было очевидно, что и мать, и ребенок несчастливы в отношениях друг с другом. Ближе к концу встречи Сара смогла выразить



основную проблему: «Я — не ты. Я отличный от тебя человек. Я чувствую не то, что чувствуешь ты. Мне не нравится все, что ты делаешь. Я не хочу быть такой, как ты. Я — это я. Я устала от твоих постоянных попыток залезть в мои мысли. Я не допущу этого. Ты не можешь стать мной!»

Когда я спросила мать Сары, что она поняла из того, что было сказано ее дочерью, она была поражена: «Я не понимаю, о чем она говорит. Я провожу с ней столько времени, сколько могу. Я стараюсь дать ей все, что она хочет. Я не понимаю, почему она кричит. Я бы хотела, чтобы моя мать проводила хотя бы половину того времени, которое я провожу с ней». Я взглянула на мать и на дочь: и та и другая сделали страстные заявления, которые остались не услышанными.

«Вы обе хотите построить какие-то новые отношения друг с другом, отличающиеся от нынешних. Все, что вы пытаетесь делать сейчас, только увеличивает дистанцию между вами. Миссис В. беспокоится из-за этого. Тебе, Сара, кажется, что твоя мама хочет все время залезть тебе в душу, и это также беспокоит тебя». Обе кивнули головой в ответ. Сессия к тому моменту была почти завершена, и я напомнила, что в следующий раз жду Сару одну.

Я еще два раза повторила такой метод работы: совместная сессия родитель — ребенок, следующая за одиночной сессией. Я была убеждена, что и мать, и дочь находятся в критическом положении и что-то необходимо быстро изменить. К сожалению, первая совместная сессия была информативной, но непродуктивной. Мать отказалась от участия в каких бы то ни было домашних заданиях, назвав их глупыми. Я прокомменти-



ровала это так, что, вероятно, часть ее хочет изменить-ся, а другая часть не желает этого. Она доверилась мне и сказала, что лучше уж она будет ругаться с дочерью, чем совсем никак с ней не контактировать.

Во время сессии с Сарой я рассказала ей историю, написанную Нэнси Дэвис и включенную в ее книгу «Давным-давно... Терапевтические истории для работы с детьми, перенесшими насилие» (Nancy Davis, «Once Upon a Time... Therapeutic Stories to Heal Abused Children», 1990, стр. 411). Она называлась «Сиамские близнецы».

Давным-давно жили-были сиамские близнецы. Хотя сиамские близнецы всегда одинаковые, эти были не такие. Один из них был очень большим, а другой — очень маленьким. Они были скреплены таким образом, что всегда должны были делать все вместе. Так как один из них был больше, чем другой, они всегда делали то, что хотел он. Когда больший хотел смотреть телевизор, а меньший нет, они смотрели телевизор; когда больший близнец хотел отдохнуть и поспать, они отдыхали и спали. Больший близнец всегда мог решить, чем они будут заниматься, и всегда таскал с собой меньшего туда, куда хотел сходить.

Меньший близнец очень устал, оттого что никогда не делается так, как хочет он, но не знал, что ему делать, и боялся сказать что-то против. Он боялся, что если он выскажется, то больший близнец разозлится и поранит его. Даже если ему не нравилось то, что они делали, меньший молчал и ничего не говорил.

Случай этих сиамских близнецов был столь странным, что доктора со всей округи приезжали посмотреть на них, понаблюдать за ними и сфотографировать. Однажды приехал очень известный доктор, и после того как внимательно изучил их, он воскликнул: «У меня есть для вас хорошие новости. Я могу отделить вас друг от друга и сделать из вас двух совершенно независимых людей».



Большой близнец не хотел этого, потому что ему нравилось контролировать меньшего и принимать решения за обоих. Из-за этого он чувствовал себя сильным и могущественным. Меньший согласился, несмотря на то что совершенно не знал, что произойдет после того, как их разделят, настолько он устал от старой жизни, и сказал: «Да! Да! Разделите нас!»

Большой близнец продолжал настаивать на том, что они не будут разделены. После того как доктора выслушали различные мнения о разделении, они устроили большое совещание и решили, что большой близнец не имеет права решать за меньшего. Несмотря на желание большого близнеца, доктора разделили их на двух совершенно независимых людей. Когда их отделили друг от друга, меньший близнец был очень счастлив. Он мог бегать и прыгать так быстро или медленно, как ему хотелось. Он мог делать все, что пожелает. Как прекрасна свобода, думал он. Но большой близнец был очень грустным и подавленным. Он был мрачным и угрюмым, ворчал, потому что глубоко внутри он чувствовал страх. Если бы он не мог управлять младшим близнецом, чтобы он делал? Как бы он тогда мог чувствовать себя могущественным?

«Все очень просто. Большой близнец мог бы уделять больше внимания себе и так проводить время, чтобы ему самому было весело и хорошо, чтобы он был счастлив», — сказала Сара. Когда я спросила, чтобы он мог делать, Сара ответила: «Проводить время с другими большими близнецами, которых недавно отделили от своих меньших братьев». Сара прыгала по комнате, танцевала, размахивала руками и кричала. «Я свободна, я свободна, я могу летать, я могу танцевать, я могу ходить туда, куда хочу, я свободна».

Она спросила, сама ли я придумала историю или прочитала в книге. Потом она мне рассказала, что ког-



да была маленькой, то поймала мать на том, что та придумывает историю, хотя делала вид, что читает книгу. Я ответила, что не сочинила историю, а прочла ее в книге. Она попросила дать ей эту книгу, чтобы прочитать историю самой и, когда закончила, попросила взять книгу домой. По окончании сессии Сара, уходя из кабинета, улыбалась. В эту ночь, как она рассказала потом, Сара положила книгу на подушку матери и написала записку: «Прочитай это».

Следующая сессия началась с того, что мать стала жаловаться на то, что сказала Сара в прошлый раз. Сара перебила ее и спросила, прочла ли она историю. «Да, прочтала», — ответила мать, немного испуганная прямым вопросом Сары. «Что ты думаешь по этому поводу?» — настаивала Сара. «Я думаю, что это было грустно», — ответила мать. Сара вскочила со стула: «Грустно? Грустно? Как для маленького близнеца может быть грустно быть свободным?» Мать прямо посмотрела на Сару и сказала: «Свобода одного из них значит ужас и страх для другого». Сара была вне себя. Она кричала: «Почему ты такая странная? Почему ты не можешь думать о них обоих, не только о большем?»

Мать внезапно изменила интонацию и спросила у Сары: «А ты не думаешь, что меньший близнец будет скучать по своему близнецу?» Сара к этому времени была полностью вовлечена в разговор с матерью: «Но, мама, только то, что их отделили друг от друга, вовсе не значит, что они не будут друг друга видеть. Когда меньший близнец свободен, он может видаться с большим близнецом, когда захочет». «А что если он никогда больше не захочет видеть большего близнеца?» — спросила мать. «Нет, нет, нет, — настаивала Сара —



меньший близнец всегда будет связан с большим, потому что они семья. Даже если он куда-нибудь уедет, он может хранить память о своем брате. И к тому же он, вероятно, захочет приехать и повидаться с братом, если пройдет достаточно времени. Если они всегда вместе, как они узнают, скучают они друг по другу или нет?» Мать была тронута заявлением Сары. Мне тоже ее выступление показалось замечательным.

На следующую сессию Сара пришла одна. Она принесла письмо, которое написала ее мать: «Дорогой маленький близнец, мне кажется, я поняла, что хотела от тебя очень много и пыталась оказать на тебя давление. Я постараюсь дать тебе больше свободы в надежде на то, что ты найдешь способ вернуться ко мне». Сара была в восторге. «Она поняла это! Она наконец-то поняла это!» Потом она спросила, нет ли у меня еще какой-нибудь истории. Я хотела еще поговорить с ней о записке и ее реакции на нее, но она просто схватила книгу с полки. История называлась «Голодный дикобраз», Сара начала громко читать ее вслух (Davis, 1990, стр. 235).

Давным-давно в глубине леса жило много разных животных. Там были еноты, опоссумы, дикие кошки и медведи, скунсы и дикобразы. В конце весны, когда уже приближается лето, у всех животных появляются детеныши. Природа вкладывает в животных мудрость, чтобы они заботились о своих детенышах, помогали им расти. Но один дикобраз не знал, что нужно заботиться о своих детенышах. Поэтому, когда родились детеныши, мама-дикобраз не понимала, что нужно перегрызть пуповину. По счастливой случайности игла дикобраза воткнулась в мешок и проткнула его, он порвался, и детки смогли сами найти способ как выбраться наружу.



Когда мама-дикобраз была рядом со своими детьми, она не складывала свои иголки, она не понимала, что так надо, а расправляла их, как будто бы готовилась к драке с диким кабаном. Иголки дикобраза были очень острыми, и, если тебя уколёт одна из них, ты поймёшь, что они действительно могут поранить. Поэтому, когда детеныши этой матери пытались приблизиться к ней покушать молока, они кололись об её иголки. Когда детеныши подросли, им пришлось принять трудное решение: пить молоко и колотиться об иголки или находиться подальше от мамы и быть голодными. Как вы могли догадаться, детеныши росли не так быстро, как они росли бы, если бы у них было достаточно молока. К тому же у маленьких дикобразов по всему телу были ранки, потому что они постоянно натыкались на острые иголки матери. Они стали уверенными в том, что все дикобразы воспитывались так же и что быть дикобразом вообще не приносит счастья.

Однажды один из маленьких дикобразиков один ушел в лес. Он устал от постоянных ран от иголок и от того, что был постоянно голодный. Он был очень зол и очень изранен и совсем не знал, в каком направлении ему идти. Он знал, что ему нужно найти другой способ добывания пищи, иначе он непременно умрет. Пока он шел, случайно встретил самку енота со своими детенышами, но она не обратила на него никакого внимания, и он пошел дальше по тропинке. Потом на своем пути он встретил дикую кошку. У этой дикой кошки были детеныши, и она знала, что о них нужно заботиться, кормить и воспитывать. Маленький дикобраз был очень голоден, но он боялся дикой кошки. Он расправил свои иголки, думая, что может напугать дикую кошку, и она даст ему немного еды. Это был очень глупый поступок, но эта дикая кошка была необычной. Ее вырастили и воспитали люди, а потом отослали обратно в лес. Она разговаривала на языке, который мог понимать дикобраз, и она сказала маленькому зверьку, иголки которого торчали во все стороны: «Ты никогда не получишь того, в чем нуждаешься, или того, чего хочешь, если будешь выставять свои иголки и пытаться уколоть тех, кто вокруг тебя».



Маленький дикобраз не поверил этому, поэтому ошети- нился еще сильнее. Он даже пытался рычать на дикую кош- ку, но она понимала, что происходит и сказала ему: «Важ- но, чтобы ты знал, кому можно доверять. Ты никогда не по- получишь то, что хочешь, пока твои иголки колют того, кто может помочь тебе. Тебе нужно свернуть их и довериться, тогда ты получишь столько еды, сколько захочешь».

Маленький дикобраз все еще сомневался. Он думал, что, возможно, дикая кошка ждет, пока он расслабится, чтобы напасть на него. Вскоре, тем не менее, он так проголодался и устал, что понял — больше он ждать не может. Он прижал иголки к телу и сделался беззащитным. Дикая кошка, уви- дев это, пригласила его поесть вместе с ее детенышами и выпить столько молока, сколько ему нужно. Как это было вкусно! Маленький дикобраз напился молока и ненадолго заснул. Это было так приятно, но маленький дикобраз бес- покоился. Он любил свою маму, но он знал, что ему никог- да не будет хватать молока, если он все время будет оста- ваться рядом с ней. Кроме того, что он выставлял свои игол- ки, когда был с матерью (и получал мало молока), он пони- мал, что она может поранить его.

Он и дикая кошка обсудили это и решили, что он смо- жет вернуться к ней, когда ему будет нужно, и она накормит его, даст все, что требуется. Теперь он проводил часть вре- мени с матерью, братьями и сестрами, а часть времени с ди- кой кошкой, которая понимала его. У нее он нашел пони- мание, любовь, заботу и воспитание — все то, что ему было нужно, чтобы вырасти здоровым и хорошо приспособлен- ным дикобразом. У дикой кошки он научился кое-чему осо- бенному: он узнал, что острые иголки очень нужны для за- щиты от других животных, которые хотят навредить ему, иголки полезны, когда он в опасности. Но если постоянно выставлять их наружу, то это только отдалит его от того, в чем он нуждается. Он понял, что это неправда, что на него постоянно кто-то хочет напасть, поэтому он мог знать, ког- да опасности нет и можно прижать иголки к телу и быть ближе к тем, кто заботится о нем.

Маленький дикобраз вырос и прожил жизнь, зная, как



обращаться со своими иголками, зная, как получить то, чего он хочет, как найти любовь и много друзей. Другие животные часто говорили, что этот дикобраз отличался от всех других из его семьи, особенно когда он мурлыкал, как кошка.

Сара размышляла над этой историей, и я не мешала ей, а ждала, когда она обдумает ее. В конце концов она посмотрела на меня и сказала: «Вы знаете, с мамой я выставляю свои иголки. Временами я почти не даю ей шанса». «Я заметила, что иногда так и происходит, — ответила я. — Как ты думаешь, почему в присутствии мамы у тебя так быстро появляются иголки?» Сара задумалась: «Я думаю, потому что она как будто всегда что-то хочет от меня... обычно она пытается придраться ко мне». Когда я спросила, чего обычно хочет мама, Сара ответила: «Большого!» Дальше она объяснила, что ее мать никогда не довольна тем, что есть, и всегда ожидает лучшего: «Как в прошлом месяце, когда мы ставили пьесу. Мне нравилась моя роль, но она хотела знать, почему я не играю главного героя. Она даже пожаловалась учителю и сказала ей, что я больше подхожу, чем та девочка, которой отдали эту роль! Она не сказала ни слова о моей роли». Затем Сара чуть изменила тему, заявив: «Но моя мама никогда не была меня или что-нибудь в этом роде, я ем столько, сколько хочу, и у меня хорошая одежда. Она нанимала на работу хороших людей, которые заботились обо мне. Одна из них была мне как вторая мама, но она умерла. Моя мама достаточно хорошая. Только когда я стала ходить в школу, она изменилась или что-то произошло, она



старается провести со мной вместе каждую минуту и знать обо мне все. Это так утомляет меня».

— Сара, а как бы ты хотела?

— Обычно.

— Как это, обычно?

— Я просто хотела бы, чтобы она была на работе, и я могла бы приходить домой и быть сама собой. Многие мои друзья приходят домой и находятся там одни, пока родители не вернутся с работы. Она могла бы оставлять меня с миссис Эллиот. Она все равно там, она готовит еду. Она не преследует меня.

— Что еще было бы иначе?

— У моей мамы были бы свои друзья — может быть, даже мужчина. У мамы Грейс есть сейчас парень, и ее постоянно нет дома, и Грейс говорит, что ей и маме сейчас лучше, они вместе веселятся.

— Итак, у твоей мамы была бы своя собственная жизнь?

— Да, может быть, хобби.

— Какое хобби?

— Когда-то она занималась парусным спортом. Ей это так нравилось! В колледже она входила в команду по теннису. На чердаке даже сохранилась старая ракетка.

— А как насчет ваших с ней отношений? Что-нибудь бы изменилось в них?

— Ну... если бы она занималась чем-нибудь еще, может быть, она была бы более счастливой и смеялась бы иногда.

— Что ты чувствуешь, когда она смеется и выглядит более счастливой?

— Тогда, я думаю, мы не были бы такими серьезны-



ми или злыми... если бы она только не задавала мне все время вопросы.

— Если бы она не задавала вопросы, что бы она могла делать, по-твоему?

Сара поразмышляла и сказала:

— Она могла бы рассказывать о себе. Она могла бы рассказывать мне о папе, как она его встретила, какой он. Я никогда ничего о нем не слышала.

— Итак, ты хотела бы, чтобы мама рассказывала тебе о себе, о своих мыслях, чувствах, вместо того чтобы сосредотачиваться только на тебе.

— Да, да... что-то в этом роде.

— И ты бы хотела узнать что-нибудь о своем отце?

— Да, это так.

Сара снова открыла книгу, лежащую у нее на коленях, чтобы найти историю про дикобраза.

— Могу я сделать копию этой истории для мамы?

— Конечно. Есть другой вариант — ты можешь прочитать ее маме, когда она придет сюда на следующей неделе.

— Нет, я бы лучше дала ей прочитать.

Сара взяла историю с собой и снова положила ее на подушку матери. Мать позвонила и попросила срочно встретиться до назначенного времени. Она прочитала историю, и это расстроило ее. Когда она пришла, она спросила, не я ли посоветовала Саре дать ей прочитать этот рассказ.

— Нет, миссис В., это была идея Сары, — ответила я.

— Я не знаю, что мне теперь делать, — сказала она, сдерживая слезы: — Что она пытается мне сказать?

— Как вы думаете, что она пытается сказать вам?



— Я думаю, что она пытается сказать мне, что я плохая мать.

— Как вы это поняли?

— Из истории о маме-дикобразе, которая ранила своих малышей и не знала, как позаботиться о них.

— О чем еще эта история?

— О том, что маленький дикобраз нашел кого-то другого, кто мог воспитывать его, потому что понял, что его мама этого сделать не может.

— И как вы это объясняете?

— Что Сара пытается найти кого-то другого, кто будет заботиться о ней.

— Миссис В., на самом деле, у истории существует множество значений, и я не могу говорить за Сару, но, возможно, она дала вам эту историю, потому что она означала для нее нечто важное.

— Я не знаю, что еще она могла значить.

— Скажите, что, по-вашему, она значит и какова была ваша реакция?

— Я осознала, что я была вовсе не совершенной матерью. Еще я поняла, что в действительности я не знаю, как быть хорошей матерью, потому что моя мама умерла, когда я была очень маленькой, и все детство мне было очень одиноко.

— И вы хотели сделать так, чтобы Сара никогда не была так одинока, как вы в детстве?

— Поэтому я взяла за правило быть дома, когда она приходит из школы. Это нелегко, потому я должна перестроить свой график, все встречи приходится назначать на утро. Это не просто. Но для меня это было самое ужасное время — ждать после школы, когда придет отец, я ненавидела это.



— Поэтому вы задаете ей все эти вопросы?

— Да, никто никогда не спрашивал меня, что я думаю по какому-либо поводу.

— Если бы вы не спрашивали, это было бы знаком того, что вы не заботитесь о ней.

— Да, абсолютно.

Я сочувствовала положению миссис В. Стараясь защитить своего ребенка от одиночества, которое она пережила сама в детстве, она прикладывала невероятные усилия, чтобы быть с ней рядом, справляться о ней, сопровождать ее. Но, стараясь таким образом быть внимательной, она стала очень навязчивой, как раз в то время, когда Сара нуждалась в уединении. Мать и дочь отдалены друг от друга и разрозненны. Чем больше Сара хотела остаться одна, тем больше мать старалась наладить контакт, опасаясь, что дочь одинока. Никто из них не рассказывал другому о том, что ему на самом деле необходимо, поэтому казалось очевидным, что мать проинтерпретировала эту историю как способ Сары отвергнуть ее.

Я не могла нарушить доверие Сары и рассказать миссис В., что Сара в основном была сосредоточена на той части истории, где говорится о ней самой и ее негативных реакциях по отношению к матери.

Во время следующей совместной сессии я попросила миссис В. рассказать Саре о своей реакции на рассказ о дикобразе. Она рассказала, а потом сказала девочке, что приходила ко мне (что заставило Сару повернуться и посмотреть на меня с недоверием), что история напомнила ей многое о собственной маме и о горе, которое она испытала, когда ее мама умерла. Она рассказала Саре, что все вещи, принадлежащие матери,



были уничтожены после ее смерти, и ей никогда не разрешали в доме называть ее имя. Сара, казалось, была очарована историей матери. Миссис В. также рассказала о своем одиночестве в детстве и что никто не спрашивал ее о том, что она думает или чего хочет. По ходу рассказа она вставляла замечания о том, как ведет себя сейчас. Она сказала: «Вот почему, как я думаю, я задаю тебе так много вопросов, — потому что хочу удостовериться, что ты не чувствуешь себя так подавленно и одиноко, как я когда-то в твоём возрасте». Когда миссис В. закончила рассказ о своей столь сильной реакции на эту историю, я попросила рассказать Сару, почему она оставила именно эту историю на подушке у мамы. Сара пристально посмотрела на меня и вызывающе спросила, должна ли она говорить. Она была явно недовольна тем, что мы встречались с мамой без ее ведома.

После недолгого молчания Сара уступила и сказала спокойным голосом:

— Мама, я выбрала эту историю, потому что я всегда выпускаю иголки, когда нахожусь рядом с тобой. Я так поступаю не со всеми. Я так поступаю с тобой.

Миссис В. не смогла сдержаться:

— Но почему, Сара? Ты ненавидишь меня?

— Нет, мам. Дело не в этом. Потому что ты давишь на меня. Как будто бы хочешь проникнуть внутрь меня. Я просто хочу защитить себя, потому что ты слишком сильно давишь на меня.

— Скажешь маме, что бы ты хотела изменить в ваших отношениях?

— Хорошо... я хочу, чтобы у тебя было свое дело, например хобби, или друзья, или работа.



— Ты хочешь, чтобы я что-то делала без тебя?

— Да, кое-что, тогда у тебя может быть своя жизнь. Тогда ты будешь счастлива.

— А как же ты?

— Я хочу уединения, у меня есть свои друзья, и я хочу делать то, что делают дети моего возраста.

— Я не понимаю, как нам поможет то, что мы будем проводить вместе меньше времени.

— Поэтому, мама, я хочу, чтобы ты тоже рассказывала мне о себе... как ты рассказывала о дедушке или своей маме. Я ничего не знаю о тебе. Ты никогда не рассказывала этого. Я хочу знать о твоей работе, о моем папе, каким он был, где он сейчас.

— Правда?

— Да.

— А ты будешь рассказывать мне о себе время от времени?

— Да, когда будет, что рассказать.

— Другими словами, я должна позволить тебе уйти, чтобы ты могла вернуться.

— Да, как близнецы.

— Ты не говорила мне, что я плохая мать.

— Нет, я говорила Элиан в прошлый раз какая ты хорошая мама, только ты слишком стараешься.

— Я рада слышать это.

— Знаете, мне только что в голову пришла забавная мысль. Вы пришли ко мне, потому что миссис В. беспокоилась, что ты, Сара, слишком много мастурбируешь. Что вы думаете по этому поводу сейчас.

Сара рассмеялась.

— Почему ты смеешься, Сара? — спросила я.



— Просто я делала это, чтобы ты перестала заходить ко мне в комнату.

— Сара!! — громко воскликнула ее мать удивленным голосом.

— Это сработало, не правда ли?

Мы все улыбнулись, и впервые я увидела, как мать и дочь обнимаются естественно и радостно.

Заключение

Мать и дочь были подавлены взаимоотношениями друг с другом. Внимание матери было чрезмерным, и Сара воспринимала ее вопросы как навязчивость, вмешательство в свою личную жизнь. Сара хорошо защитилась от навязчивости матери, заняв враждебную по отношению к ней позицию, но чем больше она отбивалась от вопросов и забот матери, тем более непреклонной становилась мать в своих попытках стать ближе к дочери.

История миссис В. показала, что в детстве она была очень одинока, и ее мать умерла, когда ей было 5 лет. Миссис В. никогда не позволяли горевать о смерти матери, не одобряли этого. Отец миссис В. много работал, направил всю свою энергию в работу после смерти жены. Хотя отец всем обеспечивал дочь, он никогда не был эмоционально открыт для нее, и миссис В. испытывала потребность во внимании отца. В результате, у миссис В. было очень одинокое детство, ей не хватало общения. Отец регулярно нанимал домашних хозяек, но они часто менялись, так как он был очень требовательным. Сара была очень развитым для своих 10 лет ребенком, она была очень живой и разго-



ворчивой, если рядом не было матери, а в ее присутствии она становилась недовольной, раздражительной, замкнутой. Мать и дочь ругались друг с другом, и обе становились подавленными и отчужденными друг от друга.

Представленная в начале проблема заключалась в мастурбации Сары, хотя Сара не проявляла особого интереса к мастурбации. Когда она описывала беспокойство матери по поводу мастурбации, она сказала, что ее мать постоянно шпионит за ней. Позднее выяснилось, что Сара мастурбирует для того, чтобы мать перестала нарушать ее уединение. По моему мнению, главная проблема заключалась в том, что мать слишком много и постоянно следила за дочерью, а Сара реагировала на это враждебной установкой, поэтому я выбрала рассказ из книги Дэвис, который был предназначен для «родителей, сиблингов или друзей, пытающихся полностью контролировать ребенка, который испытывает чувство беспомощности» (стр. 410). Это была история про сиамских близнецов. После того как Сара выслушала историю, она идентифицировала себя с меньшим близнецом, желающим свободы. Сара немедленно потребовала копию рассказа, которую потом положила на подушку матери. Мать поняла символизм и дала обещание, что предоставит меньшему близнецу свободу, если он пообещает вернуться. Хотя мать дала обещание, ей было трудно изменить свое поведение, так как оно было мотивировано переживаниями ее собственного детства и ее неразрешенного горя.

Когда Сара выбрала другую историю, которую тоже отдала матери (то есть историю про дикобраза), мать стали одолевать чувства неадекватности и вины. Эти



чувства оживили ее воспоминания о том, как она сама в детстве мечтала о заботящихся родителях, и о том, что у нее никогда не было мамы, а только папа. У этой истории было много значений различного уровня. В то время как мать сконцентрировалась на своем страхе, Сара осознала — она автоматически выпускала иголки, чтобы защититься от матери. Она поняла, что, выпуская наружу иголки, чтобы защитить себя, она также не допускала до себя заботу матери.

Мать поняла, что ей необходимо рассказать дочери о смерти ее матери и сопутствующем этому эмоциональном удалении отца, а также о том, что отец никогда не позволял ей плакать из-за ее смерти. Сара внимательно слушала «рассказ» матери, и они стали ближе, узнав что-то новое друг о друге.

С того времени все сессии стали совместными, и мы пытались повторить то же самое — мать рассказывает о себе, а Сара слушает. К тому же Сара смогла добиться некоторых привилегий, например, поставила замок на двери в свою комнату (который, как она обнаружила, не надо запирать), одна принимала душ и проводила больше времени с друзьями. Когда Сара перестала чувствовать столь сильное давление со стороны матери, она стала кое-что рассказывать и доверять матери, а также определять то, что будет сохранять в тайне. Очевидно, что количество позитивного общения между Сарой и матерью увеличилось, и это создало более безопасный контекст для разрешения конфликта.

Мать более спокойно стала относиться к тому, что Сара уходит одна куда-нибудь, начала заниматься своими делами, у нее появились интересы. Она нашла парусный спорт не столь привлекательным, как раньше,



так как у нее появилась морская болезнь, зато обнаружила, что она все еще хорошо играет в теннис. В результате она записалась в несколько теннисных клубов, чтобы играть и встретить новых людей. Миссис В. также решила продолжить курс консультаций, так как ее заинтересовали те глубокие эмоции, которые она испытала. Я посоветовала ей индивидуального терапевта.

Применение терапевтических рассказов может быть хорошим помощником при многих обстоятельствах. В частности, в этом случае я выбрала рассказывание историй, потому что мать и дочь не могли спокойно разговаривать друг с другом, к тому же я подумала, что использование метафор может помочь передать смысл. И мать, и дочь были очень восприимчивы к прочитанным историям, они восприняли символизм и его объяснение. Обе искали и находили в историях скрытый урок, смысл.

Иногда дети могут выглядеть незаинтересованными рассказом. Они могут делать что-то еще в то время, пока слушают, или не могут соотнести рассказ со своей ситуацией. Иногда детям требуется много времени, чтобы переработать историю, понять ее, или они могут понимать ее по-разному в разное время. Иногда я читаю историю дважды, иногда даю рассказ ребенку домой, чтобы он прочитал его самостоятельно. Если дети совсем не могут установить связь с рассказом или, кажется, сопротивляются тому, чтобы слушать «чей-то там» рассказ, я могу попросить их рассказать свою историю или послушать то, что я придумаю прямо сейчас. В следующем примере я придумала специальную историю для ребенка, который не реагировал на большинство моих стараний и, казалось, боялся говорить о своих переживаниях.



Второй иллюстративный случай

Шани, девочку четырех лет, привела на терапию бабушка, которая описала неприятную ситуацию, касающуюся ее дочери Лани и внучки Шани. Она рассказала мне, как трудно ей было обратиться за помощью за пределами семьи, так как это просто «не было принято», но она не знала, что делать, и чувствовала, что семья не способна или не желает оказать ей «реальную» помощь. Она рассказала мне, что Лани была трудным ребенком и в детстве, и особенно в подростковом возрасте. Бабушка удочерила Лани, когда ее муж был еще жив, но он умер, когда девочка была еще младенцем. Лани была внебрачным ребенком одной из молодых кузин бабушки, и эта кузина не собиралась воспитывать ребенка. Бабушка удочерила девочку, и она выросла в семье, а не среди чужих.

Она сказала, что ее муж одобрял удочерение, а она сначала не очень хотела этого. Она не ожидала, что ей придется воспитывать Лани одной, и была ошеломлена той ответственностью, которая свалилась на нее, особенно учитывая то, что она была подавлена и огорчена смертью мужа. Бабушка раскаивалась в этом, чувствуя, что, возможно, она сделала что-то не так, когда Лани была очень маленькой. Она предполагала, что столь двойственная забота могла стать причиной, из-за которой Лани была таким болезненным и трудным ребенком в детстве. Бабушка добавила, что со временем ее эмоциональное состояние улучшилось и она была хорошей матерью для девочки. Лани было очень сложно управлять, она была непослушной, у нее часто возникали вспышки раздражения.



Лани, как заявила бабушка, была «неудавшимся ребенком», в то время как Шани была любимым и чудесным ребенком, но, казалось, она от чего-то страдала, и это разбивало сердце бабушки. Я попросила бабушку рассказать больше о ее дочери Лани, и она сказала, что Лани еще до подросткового возраста стала трудным ребенком. Она не слушала ничего из того, что говорила ей бабушка, уже с 6—7 лет. Она описывала Лани как «своенравного и эгоистичного ребенка», часто обижающую других детей, она поступала наперекор, выпускала на свободу из клетки птиц, поджигала одежду бабушки. Ее исключали из школы столько раз, что бабушка даже не могла вспомнить всех случаев, в средней школе она прогуляла больше уроков, чем посетила. Когда ей было 14 лет, она убегала из дому, и иногда ее не было дома месяцами. Она брила голову наголо, носила грязную одежду, в 12 лет начала курить марихуану. Часто под ее кроватью находились пустые банки из-под пива, некоторые ее друзья были исключены из школы и были членами шаяк. Бабушка сказала, что Лани так и не окончила среднюю школу и вышла замуж в 16 лет. Брак распался вскоре после того, как она забеременела. Бабушка предполагала, что Лани курила марихуану и пила во время беременности. В то время Лани часто приходила домой и, по словам бабушки, «вела себя, как в отеле». Она ела, спала и уходила куда-то посреди ночи. Бабушка советовала ей находиться под медицинским наблюдением во время беременности, но Лани не отвечала на ее просьбы. У Лани в настоящее время, казалось, было много парней, но бабушка не позволяла приводить их в дом, после того как один из них их ограбил.



Бабушка сказала мне, что чувствует себя виноватой, потому что не помогла Лани, когда та была ребенком. Ее сестры и кузины не одобряли того, что она обратилась за психологической помощью, говорили ей, чтобы она молилась и проводила больше времени с ребенком. Бабушка действительно искала помощи в церкви и получила несколько советов о воспитании. Главным образом, ей говорили, что бог никогда не даст человеку больше, чем тот может выдержать. Она сказала, что ее религия оказалась полезной, поскольку в конце концов она перестала винить себя и отдала Лани «в руки бога». «Моление и посещение церкви было для меня благом, для Лани это не было ничем», — сказала бабушка.

Бабушка была очень расстроена, в семье никто не поддерживал ее. «Они просто не хотят слышать об этом, всегда меняют тему и говорят мне, что, вероятно, это просто «плохое семя». Бабушка не знала о внучке в течение двух недель после родов. В этот момент Лани пришла с младенцем домой и, казалось, два дня искренне интересовалась маленьким ребенком. На третий день Лани исчезла из дома, оставив ребенка, которому не было четырех месяцев. Бабушка стала «родителем» малыша. Лани время от времени навещала ребенка, принося ему подарки или «притворяясь, что заботится» о девочке. Бабушка ограничила «посещения» матери, так как казалось, что это расстраивает Шани, которая, видимо, знала, что это ее мама, и хотела проводить с ней больше времени. Бабушка говорила, что Лани ведет себя по отношению к Шани как сестра. Когда Лани приходит домой трезвая, она сидит и играет с Шани. Но когда она приходит, находясь под действием



наркотиков, она просто поднимается в свою комнату и ложится спать. Шани часто забирается в постель матери, гладит ее по волосам или просто спит рядом, держа ее за руку. Бабушка сказала: «Как будто бы Шани заботится о матери, а не наоборот».

Когда я попросила бабушку рассказать о Шани, ее лицо засияло. Она описывала Шани как милого, живого и чувствительного ребенка. Ее характер — полная противоположность характера Лани — от нее никогда не услышишь грубости, нет вспышек агрессии. Иногда Шани выглядит очень печальной и грустной. Бабушка говорила, что Шани очень близка ей. «Мне кажется, она привязана ко мне, не к матери, — сказала она. — Может быть, потому что я веду себя с ней совсем иначе, чем с Лани». Она еще раз повторила, что была не в очень хорошем состоянии, когда родилась Лани, и, может быть, ее подавленное состояние помешало стать для Лани хорошей матерью. Она призналась, что Шани более спокойный ребенок и о ней легче заботиться: «Лани плакала день и ночь, она не спала по ночам. У нее постоянно были колики, она была суетливой, ее постоянно тошнило, и она все время плакала. Шани, наоборот, всегда спокойная, тихая. Я редко слышала, что она плачет, или жалуется, или чего-то просит... в отличие от своей матери».

Бабушка перешла непосредственно к волнующей ее проблеме: «Причина, из-за которой я пришла к вам, в том, что мое сердце тревожится об этой маленькой девочке. Она не перестала верить в свою мать, как это сделала я... Она всегда спрашивает о ней, ждет и ищет ее». Бабушка сказала, что Лани пообещала девочке навещать ее более регулярно, брать ее с собой на игровую



площадку, и еще она пообещала, что когда-нибудь у нее будет свой дом и тогда Шани сможет жить с ней вместе. К сожалению, мать Шани редко держит свои обещания, и Шани сильно расстраивается, когда обещания не выполняются. «Кажется, Шани беспокоится о своей матери. Хочет, чтобы она поела суп, пошла спать, бросила курить. Кажется, ей очень важно то небольшое внимание, которое ей оказывает мать, но мое сердце разрывается, когда я вижу, как она внезапно появляется и исчезает из нашего дома». Когда я осведомилась о другой части жизни Шани, ее детском саде, друзьях, хобби и так далее, бабушка сказала, что Шани проводит большую часть времени дома, и, кажется, ей не нравится выходить куда-то из дома и играть с другими детьми. Она продолжила и рассказала, что Шани любит рисовать, слушать сказки и музыку, смотреть телевизор. Еще она помогает бабушке готовить обед, любит танцевать, хотя быстро устает.

Первая сессия

Когда я встретила Шани, оказалось, что она полностью соответствует описанию бабушки. Шани была маленькой изящной девочкой, с приятным личиком и улыбкой. Она была очень вежливой, говорила тихо и любезно. Она поприветствовала меня и последовала за мной без всяких колебаний. Ее бабушка сказала ей, что я «доктор, с которым разговаривают», и ее, кажется, устроило такое объяснение. В игровой комнате она очень заинтересовалась книжками-раскрасками и начала с удовольствием раскрашивать, в то время как я рассказывала ей о игровой комнате. Я не задавала во-



просов, а старалась наблюдать за тем, что она скажет или сделает. Она почти не говорила, если только я не заговаривала с ней первой, и, казалось, большинство игрушек в комнате ее не интересовали. Шани владела двумя языками, как и ее бабушка, и я часто спрашивала ее, что значит то или иное слово по-китайски. Шани нравилось учить меня китайским словам, и она сказала, что часто учит им свою маму, потому что она плохо знает китайский. Я сказала Шани, что работала лишь с несколькими китайскими семьями, и я бы хотела узнать о китайской жизни от нее и ее бабушки. Шани, казалось, нравилось рассказывать мне о китайской культуре.

Начальные сессии

Следующие несколько сессий проходили по такому же плану. Она с удовольствием раскрашивала книжку, не обращая внимания на мое присутствие и не проявляя интереса к разговору со мной. Она казалась поглощенной собой и очень тихой. Она никогда не показывала мне то, что получилось, и просто перелистывала страницу. Мне показалось, что она привыкла тихо играть сама с собой: она совсем не общалась со мной, и, когда я «удивлялась чему-нибудь вслух», она не отвечала. Например, когда я сказала: «Кажется, ты любишь тихо рисовать, не привлекая общего внимания», она даже не посмотрела на меня. Когда я раскрасила страницу и показала ей, она едва взглянула на нее и казалась раздраженной этим вмешательством. Во время третьего интервью девочка выглядела менее спокойной, чем обычно. Она сказала сама, что дома ее мама,



и, казалось, она торопится вернуться обратно домой к маме. Я попросила рассказать ее о своей матери, и она ответила: «Она прелестная, она много спит, иногда она болеет». Шани выглядела обеспокоенной. Я спросила: «Что твоя мама делает, когда она дома?» — «Скоро нам нужно будет идти. Мама не любит быть дома одна». Она оставалась возбужденной всю сессию и думала о чем-то другом, спрашивала, сколько осталось минут до того момента, как она сможет идти. Бабушка позвонила мне после сессии, чтобы сказать, что мать не дождалась девочку и ушла раньше. Шани плакала и жаловалась, что в том, что она не увидела маму, «виновата глупая Элиан».

На следующей сессии, когда я спросила Шани о визите мамы, она спокойно и сухо ответила: «Все нормально, она скоро придет снова, в следующее воскресенье». Я попросила ее нарисовать портрет мамы, она пыталась, но в конце концов бросила. «Я не умею хорошо рисовать». Я удивилась, означал ли этот отказ то, что она не умеет рисовать, хотя до этого она нарисовала свой и бабушкин портреты без особых проблем, или для нее было столь болезненно думать о матери. Я заметила, что Шани испытывает значительные трудности в выражении большинства эмоций. Она мало говорила, обычно что-то вроде «отлично» или «хорошо». Казалось, она не могла говорить о разочаровании или грусти, о своем или чужом гневе, злости. Когда я спросила, злилась ли когда-нибудь бабушка, она сказала: «Нет, если ты злишься, просто хлопни в ладони». Видимо, она имела в виду закливание Сезам, но она интерпретировала его как предупреждение злости. Она настойчиво утверждала, что бабушка никогда не сердилась и никогда не хлопала в



ладоши. Бабушка говорила мне, что в действительности она часто бывала злой и повышала свой голос, особенно во время споров со своими сестрами. Бабушка рассказывала, что один раз бросила трубку телефона посреди разговора с сестрой, из-за чего Шани убежала в свою спальню и свернулась в клубочек на кровати, видимо, испуганная выражением гнева. Она постоянно говорила: «У меня уши болят, когда ты кричишь».

Шани казалась мне очень подавленным ребенком. То, что бабушка описывала как спокойное поведение, представлялось мне замкнутостью. Я предполагала, что ребенок постоянно ждет свою мать и, как многие другие дети родителей-алкоголиков, беспокоится о Лани и считает, что должна заботиться о матери, когда та приходит домой. Другими словами, Шани не придавала значения своим нуждам, потребностям, а беспокоилась о матери. Она не любила беспокоить кого-то и расстраивать, особенно свою маму. Наоборот, она скрывала все свои чувства глубоко внутри, и они воздействовали на нее на физическом уровне. Как заметила ее бабушка, она регулярно говорит, что у нее «болит» живот, а иногда и голова. Бабушка заметила, что Шани любит проводить время в постели, как ее «больная» мама. Шани не отвечала на мои прямые вопросы о ее самочувствии, и сама говорила на эту тему очень мало. Она только рисовала карандашами и не обращала внимания на другие игрушки в комнате. Я решила рассказать ей историю, используя три марионетки — маму-скупца, медвежонка и бобра.

«Давным-давно (*тихо начала* я) в чаще леса жила мама и ее маленькая дочка. Я не помню, сколько лет было этой маленькой девочке... дайте подумать... (*Шани插вила: «4 го-*



да!») Точно, ей было четыре года (*Я никогда не видела, чтобы Шани была такой внимательной... Она следила за каждым моим движением*).

Одним дождливым, печальным днем мама проснулась, приготовила завтрак дочери и сказала: «Надо идти за медом». А маленькая девочка тут же сказала: «Мама, куда ты собираешься уходить? Не оставляй меня одну». — «Одну? Ты же знаешь, что миссис Дир позаботится о тебе. Перестань жаловаться». — «Но, мама, куда ты собралась?» — «Сейчас, сейчас, ты же знаешь, мне надо идти на работу... у мам есть дела, которые они должны делать. Они не могут все время проводить с маленькими девочками. У мам есть другие важные заботы». — «Мама, а можно я пойду с тобой? Я буду хорошо себя вести». — «Не надоедай, ты же знаешь, я не люблю, когда ты надоедаешь, я скоро вернусь». — «Когда ты вернешься, мама?» — «Скоро, целую, пока».

(Я взяла марионетку медвежонок, развернула ее к Шани и быстро начала говорить.)

Терапевт (Медвежонок): Ненавижу, когда моя мама уходит, из-за этого мне становится очень грустно.

Шани: Я тоже всегда грущу, когда моя мама уходит.

Терапевт (Медвежонок): Ненавижу, когда мама оставляет меня одну. Я хочу, чтобы она взяла меня с собой.

Шани: Я чувствую то же самое. (Ее глаза были грустными, она насупилась.)

Терапевт (Медвежонок): Что ты делаешь, когда твоя мама уходит?

Шани: Я просто грущу

Терапевт (Медвежонок): Я тоже... (длинная пауза) Почему мамы уходят?

Шани: Я не знаю, потому что иногда им нужно работать.

Терапевт (Медвежонок): Но моя мама работает не так, как другие мамы. Она долго-долго не возвращается домой.

Шани: Иногда моя мама приходит по воскресеньям.

Терапевт (Медвежонок): Знаешь что, Шани? Иногда



моя мама говорит мне, что придет в воскресенье, и не приходит.

Шани: Ох, моя мама тоже.

Терапевт (Медвежонок): Когда моя мама не приходит, я беспокоюсь о ней.

Шани: И я беспокоюсь... Моя мама больна, она ест наркотики, мне сказала моя бабушка.

Терапевт (Медвежонок): Я волнуюсь о том, кто будет заботиться о моей маме, когда меня нет рядом.

Шани: Ничего страшного. О ней заботится бог, так говорит бабушка.

Терапевт (Медвежонок): Иногда я так грущу, что начинаю сердиться.

Шани: Как ты сердишься?

Терапевт (Медвежонок): Я начинаю сердиться на мою маму, потому что она обещает, что придет домой, а сама не приходит.

Шани: Ты можешь хлопать в ладоши.

Терапевт (Медвежонок): А ты хлопаешь в ладоши?

Шани: Да.

Терапевт (Медвежонок): И от этого чувствуешь себя лучше?

Шани: Иногда... нет, только иногда.

Терапевт (Медвежонок): Иногда, когда я бью в ладоши и мне не помогает, у меня начинает болеть животик.

Шани: Тогда твоя бабушка заботится о тебе, правда?

Терапевт (Медвежонок): Не бабушка, миссис Гир, соседка. Она кормит меня супом и читает мне сказки.

Шани: Когда ты болен, люди заботятся о тебе.

Терапевт (Медвежонок): Когда моя мама болеет, кто-то заботится о ней. Но иногда я беспокоюсь, потому что не могу позаботиться о ней сама.

Шани: Моя мама ест наркотики и идет спать.

Терапевт (Медвежонок): Твоя мама употребляет наркотики?

Шани: И курит.

Терапевт (Медвежонок): Нам, детям, приходится так много беспокоиться о наших мамах.



Шани: Да.

Терапевт (Медвежонок): Что еще ты делаешь, когда ты беспокоишься или грустишь?

Шани: Я ищу друзей.

Терапевт (Медвежонок): Мои друзья приходят ко мне.

Терапевт (Бобер): Эй, там! Я рад тебя видеть. Хочешь поиграть, выходи на улицу.

Терапевт (Медвежонок): Я бы вышла и поиграла, но не очень хорошо себя чувствую, и бабушка готовит мне суп.

Терапевт (Бобер): Ну, давай, выходи, мы можем пойти в парк поиграть. Нам будет весело.

Терапевт (Медвежонок): Я бы пошла и поиграла с тобой, но может позвонить моя мама, и тогда я не поговорю с ней.

Терапевт (Бобер): Очень плохо. Пойду позову поиграть белку.

Терапевт (Медвежонок): Кроме того, у меня есть моя подруга Шани, мы разговариваем о наших переживаниях, связанных с мамами.

Терапевт (Бобер): Переживаниях? Мамах? Ну, ребята, я пошел играть в парк.

Терапевт (Медвежонок): (повернув медвежонок к Шани) Никто не понимает, как мы должны беспокоиться и заботиться о наших мамах. Мы не можем пойти поиграть, у нас так много забот.

Шани: Да... (Ерзая на месте и смотря на потолок) Мне время уходить.

Терапевт (Медвежонок): Мне становится лучше, когда я поговорю с кем-нибудь, кто знает, что я чувствую. Надеюсь, увижу тебя еще.

Шани: Хорошо, до свидания.

Шани подошла к столу, взяла маркеры и раскраску и рисовала, пока не истекло время сессии. Она много сказала и почувствовала, она полностью была вовлече-



на в метафору отсутствующей мамы-медведицы и беспокоряющейся о ней дочке-медвежонке.

На следующей сессии Шани сразу же нашла коробку с марионетками и вытащила медвежонка и мамускуна. Она попросила надеть мне на руку марионетку медвежонка и знаком пригласила поговорить с ней о ее маме. На последующих сессиях она не обращала внимания на медвежонка или ссылалась на то, что медведь остался в одиночестве. Временами она явно хотела обратиться к проблемам, касающимся ее матери, в другое же время она была неразговорчива, не хотела концентрироваться на этих болезненных для нее вопросах. Временами, когда я замечала, что Шани чем-то обеспокоена или отдалена, я начинала говорить о девочке-медвежонке и о том, что она может сейчас чувствовать. Шани всегда в ответ проецировала свои переживания на нее. Например, однажды она сказала: «Она так устала разговаривать...». В другой раз она воскликнула: «У маленького медвежонка так много всего в голове... Ты должна задать ей несколько вопросов». Я также часто спрашивала, что она и девочка-медвежонок думают о разных вещах, говоря, например: «У тебя и у девочки-медвежонка есть время поговорить, о чем хотите, или подумать над чем-либо», или «Ты и девочка-медвежонок думаете одинаково об этом!» Временами Шани говорила «мы», когда ссылалась на медвежонка и себя; в конце концов она стала более часто говорить от своего лица. К нам присоединилась бабушка, и Шани поделилась с ней рассказом. Бабушка употребляла уменьшительное имя «маленький медвежонок», обращаясь к Шани, стала более сво-



бодно говорить о своих чувствах. Ее жалобы на здоровье уменьшились.

Я дала бабушке инструкцию не поощрять «болезни» Шани, мне казалось, что она использует свои симптомы, чтобы привлечь внимание таким же образом, как это делала ее мать. Я сказала бабушке, что, когда она приходит в комнату к Шани, вместо того чтобы давать ей таблетки, поговорить с ней и уделить ей внимание. Когда бабушка спросила, о чем она должна говорить, я ответила ей, чтобы она рассказывала о себе, что она делала и говорила, когда ей было грустно, когда она беспокоилась или сердилась. «Расскажите ей о том времени, когда вы были ребенком и у вас были похожие ситуации в жизни, просто поделитесь с ней этим... После того как закончите, просто скажите: «Иногда мне становится лучше, когда я поговорю с кем-нибудь, кто меня действительно понимает».

Состояние Шани улучшалось, и я посоветовала бабушке вовлекать Шани в различные виды деятельности, чтобы она могла встречаться с детьми своего возраста.

Я также попросила бабушку, чтобы она сказала Лани связаться со мной, когда она в следующий раз появится дома. Я хотела лучше представить себе, какие обязательства Лани имеет по отношению к ребенку и как она видит ее будущее. Лани не ответила на эту просьбу, и, по словам бабушки, стала все реже и реже появляться, отчасти это было связано с новыми «правилами», установленными бабушкой: нужно предварительно звонить и сдерживать данные Шани обещания. В следующем году бабушка стала законным опекуном ребенка, и Лани не появлялась иногда несколько лет.



Я продолжала время от времени встречаться с Шани в течение 3 лет. Она все еще была привязана к матери, но со временем привыкла к ее отсутствию и к постоянной заботе бабушки. Я купила для Шани такого же медвежонка, которого могла хранить дома. Бабушка говорила, что Шани часто спит с медвежонком и иногда подолгу с ним разговаривает. Бабушка каждый год присылала школьные фотографии Шани, рассказывала о ее прогрессе, о том, что она продолжает приспосабливаться к жизни с ранимой и противоречивой мамой. Шани проходила курсы лечения от наркомании, но улучшения почти не было.

Заключение

Шани была подавленным и несчастным ребенком, она должна была бороться с алкоголизмом матери и чувством заброшенности. Так как мать все-таки появлялась от случая к случаю, Шани не могла привыкнуть к тому, что ее бросили, она сильно тосковала по матери, стремилась к контакту с ней. Мать часто приходила к ней в состоянии опьянения, что вызывало беспокойство и заботу со стороны ребенка. Когда мать приходила трезвой, она играла с Шани, как будто бы они были одного возраста. Шани редко выходила из дома, потому что боялась пропустить звонок матери или ее визит, поэтому она не дружила с детьми своего возраста. Бабушка разрешала Шани проводить все время дома, смотря телевизор, слушая музыку или просто лежа в постели «больной», как ее мать. Когда Шани болела, бабушка ухаживала за ней так же, как Шани ухаживала за своей больной матерью, когда она была до-



ма. Через это воспроизведение «больного» поведения матери Шани становилась эмоционально к ней ближе и, возможно, позволяла себе принять заботу бабушки, которую она не могла себе позволить, когда была здоровой.

Бабушка последовала моим советам и изменила свое поведение, она рассказывала Шани о тех эмоциях, которые возникают у нее, когда болеет Шани, вместо того чтобы готовить ей суп и петь колыбельные. К тому же она купила автоответчик, куда Лани должна была сообщать о своих визитах, поэтому Шани смогла общаться со сверстниками, не беспокоясь о том, что пропустит звонок матери. Бабушка нашла парк и зону отдыха неподалеку от дома, со временем Шани стала вести более насыщенную жизнь.

Я решила рассказать ей эту историю, о девочке, которую бросила мать, чтобы она могла увидеть свою жизненную ситуацию как метафору со стороны. Шани сразу же отреагировала на историю, рассказанную с помощью марионеток, несмотря на то что ни разу до этого не играла с ними, и в последующие сессии играла только с теми марионетками, которые были выбраны в этой истории. Шани включилась в беседу с медвежонком, которого я держала в руке. Рассказ был посвящен тому, какие чувства испытывает медвежонок, когда его мама оставляет его, чтобы «пойти на работу». Интересно заметить, что я подсознательно выбрала маму-скулса вместо мамы-медведицы. Это, вероятно, отражает гнев, который я испытывала по отношению к матери, столь мало заботящейся о ребенке. Шани ничего ни разу не сказала по поводу отличий мамы-скулса и мамы-медведицы. Мне было



уже поздно менять метафору, когда я заметила свою оплошность и оставила все как есть. Достаточно интересно, что позднее, в течение лечения, когда Шани собралась разыграть беседу между собой (марионетка маленькой девочки) и бабушкой, она выбрала для бабушки марионетку мамы-медведицы. Возможно, это означало, что ее привязанность переместилась с матери на бабушку.



Глава 8

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИГРОВЫЕ ТЕХНИКИ

Рассказ об обычном дне

«Рассказ об обычном дне» — техника, которую я начала использовать около десяти лет назад. Я обнаружила, что она очень эффективна на стадиях сбора информации о детях и семьях. Я использовала ее в основном как диагностический инструмент, а также иногда как плацдарм для терапевтических вмешательств. Я применяла эту технику при работе с детьми до 12 лет, когда же пыталась использовать ее с подростками, я обычно проводила просто вербальное интервью, не прибегая к помощи кукол и кукольного домика, как это делалось обычно. Беседа об обычном дне заключается в том, что дети рассказывают об одном дне своей жизни. Дети могут реконструировать свои обычные переживания с помощью кукольного домика и маленьких фигурок взрослых людей и детей.

Я начинаю с того, что прошу детей выбрать, о чем они будут рассказывать, — о выходном дне или будничном. (Если ребенок выбирает выходной, важно, чтобы он потом рассказал и о буднем дне, и наоборот.) Когда день выбран, клиницист дает инструкцию выбрать фигурки, которые будут представлять людей, живущих в доме с детьми. (Я предпочитаю не говорить «людей из твоей семьи», потому что дети, выполняющие эту инструкцию, могут пропустить других людей, которые проживают в том же доме.) Когда фигурки вы-



браны, я говорю, что сейчас утро, и люди собираются вставать, поэтому дети должны переставить фигурки туда, где они обычно находятся утром. При этом дети демонстрируют, кто из жильцов где спит. Обычно дети показывают действительное расположение, однако иногда маленькие дети помещают фигурки туда, где бы они хотели их видеть, а не там, где они действительно находятся. Например, ребенок, родители которого недавно разошлись, мог поместить их вместе в кровать, хотя в момент интервью родители жили отдельно.

Когда ребенок расставил фигурки туда, где они находятся утром, клиницист просит его показать, откуда люди знают, что пора вставать. Дети могут начать издавать звуки, похожие на будильник, или просто взять одну из фигурок и начать ее двигать. Фигурки взрослых могут прийти будить детей и так далее. Дети расскажут много деталей. Затем клиницист дает ребенку знак продолжить свой обычный день и спрашивает: «Что происходит дальше?» Когда ребенок слышит эту реплику, он двигает фигурки, согласно обычному для него распорядку дня: родители могут пойти на работу или остаться дома; дети могут пойти в школу или в детский сад, некоторые фигурки могут остаться дома, потому что болеют гриппом, или бегать и выполнять поручения целый день.

В конце концов дети покажут, как их фигурки идут в школу. В этот момент клиницист должен спросить: «Что происходит потом?» и позволить детям описать их обычный распорядок школьного дня. По моему опыту дети достаточно быстро рассказывают о школе и готовы оставить ее, чтобы продолжать дальше. Клиницист опять подает сигнал, чтобы дети описали, что происхо-



дит, когда они уходят из школы, например, как они добираются домой или что делают, когда приходят туда.

Например, 10-летний мальчик, который отзывался обо всем, происходящем дома, — «отлично», сказал, что, когда он приходит домой, он смотрит телевизор. Когда я спросила, что именно он смотрит по телевизору, он перечислил 12 шоу, в конце концов он назвал шоу Дэвида Латтермана. Когда я узнала, что шоу Латтермана начинается очень поздно, я задала еще несколько вопросов. Хотя беседа об обычном дне началась с того, что родители утром просыпаются, встают и «уходят» тогда же, когда и он отправляется в школу, вечером, когда ребенок пришел домой и на следующее утро он ни разу не упомянул о родителях. Поэтому я задала ему следующие вопросы, с помощью которых узнала больше о ситуации этого мальчика.

— Что происходит после того, как ты посмотришь шоу Латтермана?

— Я иду спать.

— А кто находится дома, когда ты идешь спать?

— Никого.

— А где твои мама и папа, когда ты идешь спать?

— Я не знаю.

— Но они же были там утром...

— Да...

— Потом они ушли...

— Да...

— Куда они ушли?

— Куда-то из дома... Я не знаю...

— Они работают?

— Может быть... иногда... Я не знаю.



— Что происходит, когда ты смотришь телевизор и чувствуешь, что голоден?

— Я иду и что-нибудь ем.

— Что ты ешь, когда ты голоден?

— Что-нибудь из холодильника. Ореховое масло и джем.

— Тебе нравится ореховое масло и джем?

— Ха!

— Как ты узнаешь, когда нужно вставать по утрам?

— Меня будит свет.

— Кто есть дома, когда ты просыпаешься?

— Никого.

— Что ты делаешь?

— Я готовлюсь, чтобы идти в школу...

— А если тебе нужна помощь?

— Мне не нужна.

— Никогда?

— Нет, никогда. Я сам забочусь о себе, пока они не придут домой.

— Как долго их нет?

— Два или три дня.

— Кто остается с тобой, когда они уезжают?

— Никто... но все нормально. Внизу живет женщина, я могу обращаться к ней, если что.

— Что значит «если что»?

— Иногда я бываю голодным.

— И ты просишь у нее поесть?

— Иногда... не все время.

— Как ее зовут?

— Миссис Джэксон.

В результате беседы выяснилось, ребенка оставляли одного на длительное время. Хотя он утверждал, что



все отлично и он мог сам о себе позаботиться, я сообщила об этом в службу по защите детей — возможно, ребенок был брошен своей матерью. Когда служба по защите детей опросила мальчика, миссис Джэксон и других соседей, обнаружилось, что мать мальчика и отец не живут вместе, у нее много сожителей, чаще всего она приходит домой пьяная. Соседи рассказывали, что когда отец жил с ними, родители обычно уходили на пьяные пирушки и не возвращались порой 3 или 4 дня. Во время этих эпизодов 10-летний мальчик оставался дома один без присмотра, заботился о себе сам и, несмотря на свою бравату, испытывал значительный страх и тревогу из-за того, что был один. Работники службы по защите детей обнаружили, что раньше им уже приходили сообщения от школьных учителей, которые заметили, что ребенок спит во время уроков и ищет еду в урнах. После моего отчета в службу, ребенок был взят под опеку. Его родители появились лишь неделю спустя с того момента, как мальчика поместили в детский дом и дело передали в суд.

Следующие вопросы должны быть заданы в течение беседы об обычном дне:

1. *Просмотр телевизора.* Я обнаружила, что полезно спрашивать о телевизионных предпочтениях. В некоторых семьях телевизор используется как седативное средство, так что хватает минимального внимания родителей. Дети могут смотреть неподходящие телевизионные программы, в которых есть темы насилия и/или секса. Хотя не совсем ясно, как nereкомендованные детям шоу воздействуют на них, я беседовала со многими детьми, которые демонстрировали не по годам развитое сексуальное поведение, и оказывалось, что они



часто смотрели телевизор без надзора. Поэтому, вероятнее всего, эти шоу способствовали раннему развитию сексуальности у детей.

2. *Привычки питания.* Я всегда спрашиваю о пристрастиях в еде, существующих в семье. В некоторых семьях взрослые дети сами заботятся о себе, в то время как в некоторых более старшие готовят для младших. В некоторых семьях общие, совместные обеды, ужины не приняты, это может быть само по себе проблематичным. Например, в тех семьях, где у родителей свободный график, члены семьи могут есть в разное время.

3. *Привычки сна.* Я также спрашиваю у детей о том, что происходит, когда все идут спать. Это интересный вопрос, на который можно иногда получить интересные ответы. Одна девочка ответила: «Папа приходит ко мне, когда я уже в постели, и щекотит меня». Это заявление не было конечным доказательством сексуального насилия, но послужило сигналом тревоги, побудило меня провести более полное интервью, чтобы прояснить смысл сказанного. В частности, в этом случае девочка говорила о недавно случившемся эпизоде, когда у нее был жар и ее отец ставил ей ректальный термометр посередине ночи. Но это же заявление ребенка могло относиться к возможному сексуальному насилию.

4. *Гигиена.* Я прошу детей рассказать мне о том, что случается, когда кто-нибудь испачкается. Я спрашиваю: «Как вы очищаетесь от грязи?», «Кто кого умывает?» Есть две причины задавать такие вопросы. Если о детях не заботятся, они обычно не думают о гигиене и ходят такие грязные и неопрятные, что другие дети избегают их. К тому же, я сталкивалась с несколькими



случаями сексуального насилия над детьми, когда сначала это была обычная забота родителей о гигиене, позднее перераставшая в сексуальное насилие.

14-летнего мальчика привела ко мне его мама, подстрекаемая беспокоящейся бабушкой мальчика. Мама описывала мальчика как «замкнутого, не общающегося со сверстниками». Она и бабушка беспокоились о том, что мальчик казался необщительным и подавленным. Я внимательно изучила историю жизни мальчика, а также информацию о его школьной успеваемости. На самом деле мальчик достаточно хорошо приспособился к частому отсутствию отца (его отец моряк), у него были адекватные отношения с матерью и бабушкой. Он говорил мне, что предпочитает оставаться один и что у него мало общего со своими ровесниками. Я знала, что-то тревожит этого молодого человека, но не могла установить причину его беспокойства. Я начала задавать вопросы, перечисленные выше, и выяснилось кое-что новое, когда я начала интересоваться гигиеной:

— Что происходит у вас в доме, когда кто-нибудь испачкается?

— Что ты подразумеваешь под «происходит»?

— Я имею в виду, когда кто-нибудь просто испачкается чем-то.

— Вы имеете в виду мою маму?

— Расскажи про маму.

— Она каждый день принимает душ.

— А ты?

— Она вам об этом уже рассказала?

— Нет. О чем?

— Неважно.



— ОК. Так о чем мы говорили? Да. Так что о том, как ты принимаешь душ?

— Я моюсь почти каждый день.

— Перед школой или после?

— После. (Мальчик явно чувствовал дискомфорт, говоря это.)

— Ты моешься перед или после мамы?

— Что-то вроде этого.

— Извини, я не поняла...

— Иногда мы моемся... вместе.

— Итак, ты и твоя мама вместе принимаете душ?

— Да...

— Это странно для детей твоего возраста.

— Я однажды сказал ей об этом, а она посмеялась надо мной.

— Чтобы ты хотел?

— Чтобы у меня была своя комната, и чтобы был замок на двери и задвижка на дверях в мою ванну, и чтобы моя одежда хранилась у меня в комнате...

— Где ты спишь сейчас?

— В комнате моей матери.

— Где спит твоя мама?

— В своей кровати, что рядом с моей.

— Как, по-твоему, все должно быть?

— Чтобы у меня была своя кровать и своя комната.

— Вы живете в маленьком доме?

— Нет... но моя мама боится спать одна, когда папы нет дома.

— А, так у тебя есть своя комната.

— Да, но едва ли могу быть там один.

— Ты говорил маме о том, что хочешь?

— Я пытаюсь...



— Я думаю, об этом стоит поговорить. Кстати, что ты думаешь о том, что принимаешь душ вместе с мамой?

— Я ненавижу это.

— Почему ты это ненавидишь?

— Она заставляет снимать нижнее белье.

— Ты носишь нижнее белье в душе?

— Да, пока она не сказала, что должна помыть меня.

— Как она моет тебя?

— Она трет меня мочалкой там, ну ты знаешь.

— Что бы ты хотел сделать?

— Я думаю, я сам смог бы помыть свой член... извините.

— Она трогает твой пенис еще когда-нибудь?

— О, нет...

— ОК, я согласна, что, когда тебе 14, ты сам в состоянии вымыть свой пенис. Я бы хотела, чтобы твоя мама сейчас пришла и мы могли бы поговорить обо всем вместе, ОК?

— Хорошо, но она не будет слушать. (Он прокричал ее имя.) Пообещай, что ты сама скажешь ей о том, о чем спрашивала меня. Я не хочу начинать говорить об этом первым.

— Нет проблем.

Подросток находился в затруднительном положении, так как мать не осознавала, насколько она нарушала границы, настаивая на обращении с ним как с маленьким ребенком. Он не мог обсуждать то, что происходило, пока я не задала вопрос о гигиене.

5. *Злость*. Как для того, чтобы выяснить о физическом насилии, так и получить информацию о том, были ли они свидетелями жестокости, я задаю вопросы о том, что особенного делают или говорят люди в их се-



мье, когда они злятся. Очень важно попросить у детей описать поведение, это позволяет детям высказаться до конца и дать подробную информацию. В то же время, когда ребенок отвечает, важно правильно понять его сообщение. Один восьмилетний мальчик на вопрос «Что говорит или делает твой отец, когда злится?» ответил: «Он становится похож на Невероятного Халка¹». Невероятный Халк был телевизионным героем, склонным к вспышкам агрессии. Когда мальчик сослался на Невероятного Халка, я ошибочно предположила, что он имел в виду, что его отец агрессивен. Когда я спросила его, что говорит или делает отец, что становится похожим на Невероятного Халка, он ответил: «У него тоже дырявая рубашка».

6. *Привязанность*. Я спрашиваю детей, кто самый «обнимчивый» или «целующийся» в семье. Я также спрашиваю: «Кто еще?», «Какого вида прикосновения/объятия им нравятся больше/меньше всего?» Предполагается, что дети воспитываются в семье, где любовь физически выражается адекватным способом. Иногда этот вопрос выявляет важную информацию. К тому же, когда дети претерпевают сексуальное насилие, они могут говорить, что их трогают так, как им не нравится, или могут упоминать, что трогают интимные части тела. Когда это встречается в речи ребенка, клиницист должен развить эту тему и расспросить ребенка.

Клиницисты, которые применяли при работе с детьми формат интервью об обычном дне для диагностических целей, могут также попросить на семейной сес-

¹Халк Хоган — популярный борец, звезда рестлинга, ставший позднее теле- и киноактером. — *Прим. ред.*



сии рассказать об этом же братьев, сестер, родителей, а именно, что они обычно делают. Клиницист не только узнает об особенностях ежедневной деятельности каждого ребенка, но также, по мере того, как члены семьи слушают и узнают о ежедневной жизни другого, могут иметь место обсуждения, взаимодействия, инсайты. Дети обычно очень интересуются тем, чем занимаются родители, родители также интересуются тем, как все это воспринимают дети, что они делают, когда одни дома, каковы отношения между сиблингами, чем они занимаются в школе и так далее.

Форма интервью может вовлечь семью в приятный и информативный взаимообмен, улучшить понимание того, что переживают другие и как все выглядит с их точки зрения. Реконструируя ежедневные переживания, используя фигурки и кукольный дом, дети могут играть и в то же время предоставлять ценную и необходимую информацию клиницисту. В то же время эта техника позволяет семьям общаться друг с другом безопасным образом, при этом они обнаруживают, что раскрывают себя перед другими.

Карточки, изображающие эмоции

За последние несколько лет было придумано много способов помочь ребенку идентифицировать переживаемые им эмоции. Карточки «эмоций» — пример одного из таких способов. На них изображены лица, отражающие различные эмоции. Карточки-эмоции можно использовать по-разному. В одном случае я работала с девочкой 8 лет, которая испытывала противоречивые чувства по отношению к отцу. Отец временно помес-

тил ее под опеку, пока он не решит проблем с работой, которые мешали ему адекватно заботиться о дочке. Она испытывала много чувств, связанных с отцом, но смогла выразить только любовь к нему. Она думала, что если бы она рассказала или выразила свою злость, то это была бы измена по отношению к отцу. Я дала ей карточки и попросила выбрать те из них, на которых нарисованы те эмоции, которые она испытывает по отношению к отцу (смотрите рисунок 8.1). Когда она дала мне карточки, мы отксерокопировали их. Она взяла в

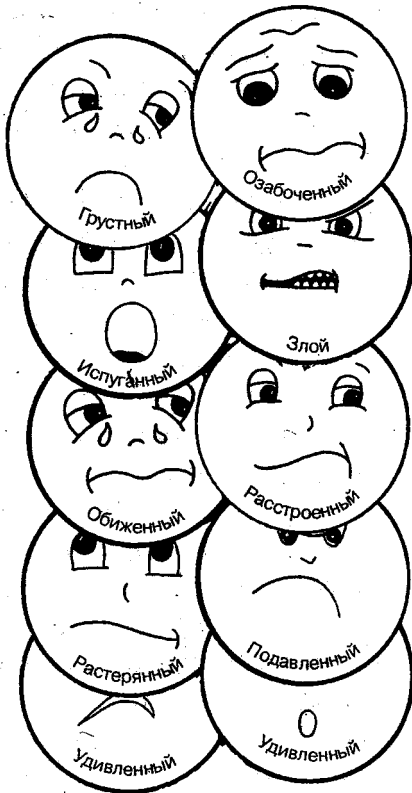


Рис. 8.1.



руки копию и сказала: «У меня много самых разных эмоций возникает в одно и то же время из-за папы». Это осознание позволило нам обсудить все это многообразие эмоций и ее ситуацию.

На карточках есть слова, описывающие изображенные эмоции. У меня есть один набор карточек с написанными словами и другой, где названия скрыты и дети сами могут определять и описывать своими словами те эмоции, которые видят. Эта процедура помогает избежать ситуации, когда дети не выбирают карточку, потому что они не понимают написанного на ней слова или слово не выражает то, что они пытаются определить. К тому же маленькие дети, когда они не знают значения написанных слов, могут быть поставлены в тупик, когда их просишь определить то, что они не понимают.

Я разными способами предъявляю детям карточки. Иногда я рассыпаю их по полу и прошу детей выбрать те картинки, которые больше всего похожи на эмоции, которые они испытывают из-за какого-то человека или какой-то ситуации. Я также говорю детям, что они могут испытывать много эмоций по одному и тому же поводу. Поэтому я прошу их выбрать *карточки*, которые отражают их чувства к братьям, сестрам, родителям.

Карточки также эффективны на групповых и семейных сессиях. Карточки могут лежать на полу перевернутыми, дети могут вытаскивать карточки и рассказывать о том, когда в последний раз испытывали такую эмоцию и что они при этом говорили и делали. Четыре или шесть карточек могут быть даны каждому ребенку с инструкцией, что он должен будет повернуться



к своему соседу, развернуть веером карточки и попросить соседа выбрать одну из них, о которой сосед потом и расскажет. При работе с семьями карточки могут служить хорошим средством, чтобы содействовать обсуждению эмоций. Родители также обнаруживают, что это полезное упражнение, потому что его можно с легкостью «делать дома». Когда дети подавлены и неразговорчивы, родители могут принести набор карточек и попросить ребенка показать ту из них, которая представляет его настоящее состояние. Таким образом родители и дети могут общаться и использовать карточки как буфер, когда вербальная коммуникация затруднена. Карточная игра может рассеять возможные споры и помочь детям осознать сдерживаемые эмоции. Кроме карточек, изображающих эмоции, организации, предоставляющие инструменты для терапевтической работы с детьми, могут обеспечить также плакаты, на которых изображены наборы разных эмоций.

Игра «Расскажи, почувствуй, сделай»

Игра, которую разработал Ричард Гарднер, является настольной игрой, которая потенциально может улучшить коммуникацию в семье. Дети (или взрослые) должны поочередно вытаскивать игровые карточки, на которых написана инструкция, например, рассказать что-нибудь, обсудить переживания или что-то сделать. Обычно это какие-то забавные действия, к примеру, прыгать на одной ноге и т. д. Обычно игровые терапевты используют эти игры, когда работают один на один с ребенком. Однако можно также играть в нее со всей семьей, чтобы можно было получить необходимую ин-



формацию, сохраняя при этом шутливую атмосферу. Так как это игра, у которой есть определенные правила, инструкция и цели, это ведет к минимизации сопротивления и предоставляет семье дополнительные возможности и способы взаимодействия. Эта игра также является эффективным диагностическим и терапевтическим инструментом.

Я обнаружила, что полезно дополнить те карточки, которые уже есть в игре, и попросить членов семьи, в том числе и детей, придумать свои карточки, чтобы потом включить их в игру, при этом спросить у них, считают ли они, что другие семьи или дети сочтут эти карточки нужным и смешным.

Упражнение по созданию карточек является по своей сути проективным и часто дает терапевту возможность глубже понять ребенка и его семью.

Исследование характерной системы через символы убеждений

Хотя эффективность арт-работы в детской терапии уже обсуждалась (смотрите 5 главу), иногда возникают ситуации, когда художественные работы ребенка содержат специфические символы, которые репрезентируют уникальные для ребенка значения, которые входят в его систему убеждений и верований. Эти символы могут быть волшебными, но дети верят в них, и они становятся значимыми, влияют на их поведение. Следующий пример иллюстрирует сказанное.

Девятилетний Джеб был направлен на лечение из-за его многочисленных попыток заставить более младших школьников заняться с ним оральным сексом. Рассле-



дование показало, что Джеб претерпел сексуальное насилие со стороны сожителя матери и нескольких его друзей. Полицейский, который расследовал это дело, предполагал, что его заставляли орально удовлетворять этих мужчин в течение 4 месяцев. В это время его мать употребляла наркотики и занималась проституцией, чтобы заработать денег на дозу кокаина. Сожитель матери приносил ей наркотики, а также выполнял роль сутенера. Полицейский обнаружил, что многие друзья этого мужчины интересовались не только матерью, но и Джебом. Джеб часто оставался дома один с сожителем матери и его друзьями, пока мать работала на улице. Когда же мать была дома, она была в невменяемом состоянии из-за наркотиков и не заботилась о Джебе.

В течение трех месяцев никто не знал о положении Джеба. Когда начались занятия, учителя заметили сильные изменения в его поведении. В предыдущем учебном году Джеб был очень прилежным и вежливым мальчиком, он часто оставался после уроков, помогал учителям, делал уроки или принимал участие в школьной деятельности. После летних каникул он как будто находился в трансе, у него постоянно менялось настроение. Он не следил за собой, был неряшлив, сильно похудел. Наиболее важно было то, что у Джеба, казалось, пропал интерес к учебе, он был как будто растерян. Часто приходил не на те уроки, его часто находили бродящим по коридорам.

Два младших мальчика пожаловались своим учителям, что Джеб запер их в туалете и хотел, чтобы они сосали его пенис. Один мальчик дрожал, когда рассказывал, что Джеб уронил его на пол и засунул пенис ему в рот. Джеб отпустил детей, когда кто-то вошел в убор-



ную. Хотя поведение мальчика беспокоило знавших его учителей, они не связались со службой по защите детей, пока не узнали о происшествии в туалете.

Когда Джеба привели на терапию, он уже жил в доме у приемных родителей, которые рассказывали, что Джеб держится особняком и не отвечает на их вопросы и просьбы. Во время терапии Джеб вел себя также: его внимание удерживалось на чем-либо очень недолго, он быстро уставал от большинства заданий, много не говорил. Когда я спросила, как он думает, почему его привели ко мне, он ответил, что никто ему ничего не сказал. В действительности социальный работник, который привел мальчика, рассказал ему, что его привели ко мне, потому что я работаю с детьми, которые нехорошо вели себя с другими детьми. Часто на сессиях Джеб демонстрировал поведение, похожее на трансовое, например смотрел широко открытыми глазами на стены. Он предпочитал играть с лего, собирая и разбирая разные конструкции. Он выглядел потеряннным в игровой комнате, казалось, ему не нравилась ни одна игра. Он набирал себе много игрушек, но играл с каждой из них не очень много времени, исключая лего. Он не обращался ко мне напрямую. Он никогда не приветствовал меня и не прощался, как будто бы он не замечал моего присутствия, и часто удивлялся, когда я задавала ему вопросы или замечала что-нибудь о том, что он делал.

Во время четвертой сессии я попросила Джеба нарисовать свой портрет (смотрите рисунок 8.2). Я уже просила его раньше, но он всегда отказывался. Это один из самых необычных автопортретов, которые я когда-либо видела. Так как рисунок представлен в кни-



ге, я предлагаю читателям самим рассмотреть его внимательно и составить свое суждение о нем.

Я очень заинтересовалась тем, что на туловище нарисованного человечка была часть, закрашенная голубым цветом. Также я была заинтригована (заинтересована) тем, на что похожа рука, выходящая из туловища фигурки. Я спросила об этом у Джеба, и он ответил, что это не «рука», а пенис. Когда я спросила Джеба, что значит эта голубая заливка на туловище, он сказал: «Не знаю». Я задавала ему этот вопрос еще три раза на последующих сессиях, наконец он ответил: «Всякая дрянь». «Какая дрянь?» Он ответил: «Вы знаете», и отстранился, как бы предлагая мне решить головоломку. Я воскликнула: «Я думаю, что это могла быть... Я неуверена, но это могла быть...» В конце концов я повернулась к нему и сказала: «Я просто не знаю, что это такое, скажи мне». Джеб посмотрел на меня и прошептал: «Это дрянь, которую я проглотил». Внезапно я поняла. Его рисунок показывал, что он много раз орально удовлетворял мужчин, поэтому, по моей догадке, таким образом Джеб обозначил проглоченную сперму. «Я поняла, это дрянь, которую ты проглотил», — повторила я. «Да, когда они засовывали мне в рот свои члены», — продолжил Джеб. Я спросила у Джеба, на что похоже это вещество по вкусу, он ответил, что она была кислой, соленой и иногда его рвало из-за нее, но иногда он «сдерживал рвоту». Он взглянул на меня и сказал: «Внутри меня так много дряни». Я спросила: «Как ты освободишься от этой дряни и выкинешь ее из себя?» Он выглядел смущенным, когда прошептал мне: «Я отдам ее кому-нибудь». Я поняла, что Джеб убежден, что у него внутри много «плохого», он думал, что



Рис. 8.2.

сможет освободиться от этого, если другие дети орально удовлетворяют его.

Рисунок Джеба рассказывал целую историю: у него внутри все было заполнено голубым веществом, тем же самым веществом, что было в его пенисе. Я спросила, видел ли Джеб, чтобы из его пениса что-нибудь выходило наружу (то есть была ли когда-нибудь у него эякуляция?), он ответил «нет», но на его лице было какое-то беспокойство. «Но иногда это занимает так много времени, чтобы дрянь вышла наружу», — продолжил он. Ему не давала покоя мысль, что если он приложит усилия, будет долго стараться, то у него будет эякуляция и все плохое выйдет из его тела.

Это была одна из самых сложных задач, с которыми я когда-либо сталкивалась. 9-летний мальчик от-



крыто попросил меня помочь ему выбросить из себя все плохое. Я была озадачена и чувствовала себя безоружной. Я проконсультировалась с еще двумя детскими психотерапевтами, они оба посоветовали мне обсудить с ребенком особенности пищеварительной системы, объяснить ему, что от ненужных веществ организм избавляется сам через мочеотделение и дефекацию. Во мне что-то сопротивлялось этому совету, потому что это было интеллектуальным ответом на специфические верования и убеждения ребенка. Я все-таки последовала рекомендациям и купила книгу, в которой описывалась пищеварительная система, чтобы это помогло мне лучше объяснить все ребенку. Я приготовилась объяснить, как работает организм, подготовила картинки. Но как только я начала рассказывать о пищеварении, Джеб перестал обращать на меня внимание и ушел в себя.

В это время я поговорила с приемной матерью и со школьными учителями, предупредила их, что необходимо постоянное наблюдение за Джебом. В школе мне пообещали содействовать. Они разрешали Джебу посещать туалет только под присмотром взрослых, во время перемены за ним также наблюдали. Его приемная мать забирала его из школы и внимательно наблюдала за ним, пока он играл с другими приемными детьми, так как знала о его возможном насильственном обращении с другими детьми. Она очень терпеливо о нем заботилась. Хотя он оставался замкнутым, я чувствовала, что он заметил и оценил внимание матери к нему. Во время лечения я прямо говорила Джебу, что нехорошо помещать свой пенис кому-нибудь в рот. Когда я сказала это в первый раз, Джеб ответил: «Многие лю-



ди делают это...» Я утверждала: «Те мужчины были не правы, что засовывали свои пенисы тебе в рот, и это будет нехорошо, если ты будешь делать то же самое. Они поступили неправильно, поэтому их арестуют и накажут за это... просто нехорошо использовать свой пенис, чтобы ранить или обидеть кого-либо». «Они не ранили меня. Меня не волнует то, что они сделали», — ответил Джеб. Его основная защита от сексуального насилия заключалась в том, что он отрицал, что оно хоть как-то воздействует на него. «Иногда, когда что-то ранит нас, и мы не можем остановить их, мы говорим себе, что это не имеет значения», — сказала я. Джеб не ответил. Я также сказала Джебу, что стараюсь придумать способ, которым можно помочь ему выкинуть из себя все плохое, не используя пенис.

Я размышляла над затруднительным положением Джеба и пришла к заключению, что он уверен в том, что внутри его тела находится какое-то плохое вещество и никакие разговоры не разуверят его в этом. Поэтому я решила изменить его систему убеждений. Я пришла в кабинет полная энтузиазма, не зная, каковы мои шансы на успех. Я пошла в магазин и купила моток бумажных полотенец голубого цвета. Джеб, казалось, заинтересовался, когда я принесла полотенца в игровую комнату. «Зачем это?» — спросил он. Я села и сказала, что долго думала о его словах, что у него внутри что-то плохое и он хочет выкинуть это из себя. «Я думаю, что одна из причин, по которой ты пытаешься заставить детей сосать твой пенис, то, что ты думаешь, будто это единственный способ избавиться от плохого в тебе». Он покивал головой в знак согласия. «ОК, сегодня я хочу рассказать тебе о другом спо-



собе, с помощью которого ты можешь очистить себя». Он выглядел очень напряженным и хотел услышать, что я придумала. «Что я должен делать?» — спросил Джеб. Я ответила: «Все очень просто. Я хочу, чтобы ты попрыгал, потом поднялся и спустился с лестницы, и так много раз, пока я не скажу тебе, что пора отдохнуть». Он начал прыгать и бегать вниз и вверх по лестнице. Я видела, что у него на лбу выступили капли пота. Он устал и уселся на кушетку. Тогда я дала ему полотенце из рулона и попросила вытереть им лоб и руки. Он сделал это, бумага впитала пот и увеличилась в размере.

«Видишь, Джеб, плохие вещества выходят из тебя», — сказала я. Он посмотрел на меня, потом на полотенце. Он начал прикладывать полотенце к ногам и шее, и полотенце буквально пропиталось потом. «Ух ты! Взгляни на это! Сколько плохого выходит из меня наружу», — воскликнул Джеб. «Я вижу», — ответила я. Джеб схватил рулон бумажных полотенец и спросил: «Можно я возьму немного домой?» — «Конечно, можешь взять», — и дала ему пачку полотенец. Он вышел из комнаты, по его лицу было заметно, что он взволнован. К сожалению, забыла известить приемную мать о моем вмешательстве. Мне приходило это в голову, но я забыла, видимо, беспокоясь о конфиденциальности. Я взяла себе на заметку сказать Джебу, чтобы он рассказал приемной матери о том, над чем мы с ним работаем. В результате мать в течение целой недели беспокоилась о том, что Джеб стал очень много заниматься разными упражнениями. Он решил тренироваться в своей комнате в уединении, приемная мать была поставлена в тупик, она не понимала, зачем Джебу нуж-



но было остаться одному и при этом создавать столько шума.

Когда приемная мать привела мальчика на следующую сессию, она попросила его рассказать мне все, чем он занимался в течение недели. Джеб вызывающе ответил: «Она всё об этом знает». Когда я встретила Джеба, он рассказал мне, что из него вышло столько дряни, но, казалось, он беспокоился, что не может понять, когда все закончится. Он, видимо, волновался, что его усилия прошли даром. Я уверила его, что важно то, что плохие вещества начали выходить из его тела. В то же время я могла видеть — он стал беспокоиться о том, что не видит результатов своего труда.

Я также сказала Джебу, что, возможно, стоит рассказать его приемной матери о том, чем мы здесь занимаемся. Он, казалось, мало этим заинтересовался, но молча согласился. Он сообщил ей совсем немного, и мы назначили встречу на следующей неделе. Когда он ушел, я размышляла над этим вмешательством. Я предполагала, что Джеб будет очень стараться, но я не была уверена, что удастся освободить его от убеждения, что внутри него есть что-то плохое. Я также беспокоилась, что у него разовьются навязчивые мысли и маниакальная потребность постоянно упражняться, но решила, что нужно подождать, чтобы прошло время и стали видны результаты интервенции.

На следующую сессию он принес пластиковую чашку, на дне которой было около четверти дюйма жидкости. Чашка была накрыта сверху пластиковой фольгой. «Миссис Г. и я собираем плохое вещество», — громко сказал Джеб. «Смотрите сколько уже!» Я взглянула на жидкость в чашке и подтвердила, что собрано уже мно-



го. «Ты хорошо это придумал», — сказала я. Джеб ответил: «Это придумала миссис Г.!» Когда сессия закончилась, я встретила миссис Г. в приемной и похвалила ее. Идея выжимать полотенце и собирать жидкость была превосходна, и у меня появилась еще одна идея. Я объяснила Джебу то, что придумала: «У меня есть эта специальная губка, и другие дети пользуются специальными губками, чтобы очищаться от грязи, которая может быть на их теле после того, как они потренируются и примут душ. Эта маленькая губка очищает даже самые маленькие кусочки грязи, такие маленькие, что мы даже не можем их разглядеть». Я недавно купила в магазине разнообразные материалы для арт-терапии, в том числе и эту губку для клея. Это была новая цветная губка.

Джеб взял губку и выбежал из кабинета. Я разговаривала с миссис Г. посередине недели между сессиями, и она сказала, что Джеб, кажется, стал намного спокойнее, разговорчивее с тех пор, как стал делать упражнения. Я сказала ей, что ее идея собирать жидкость была очень подходящей и, очевидно, поможет ему.

На следующей неделе Джеб пришел уже с полной до краев чашкой. Как я и подозревала, когда он принимал душ и вытирался, потом он выжимал губку и в чашке накапливалось гораздо больше жидкости. «Смотри!» — сказал Джеб, еще до того, как я успела закрыть дверь в игровую комнату. «Все плохое вышло из моего тела!» Я сдержала волнение и спокойно спросила: «Откуда ты так точно знаешь, что все вышло?» Джеб поставил чашку, упер руки в бока и сказал: «Потому что... это мое тело, и я знаю!» После этого он снова стал просить меня посмотреть, как много плохого вещества он



собрал, и я выразила свое удивление. В конце концов он переключился на другую деятельность. Он забрал чашку с собой, когда уходил, и приемная мать сказала мне, что он хранил эту чашку в своей комнате около двух месяцев, потом выкинул ее (достаточно интересно то, что он вылил остатки жидкости на растение).

Хотя это было важным достижением в лечении Джеба (это оказало положительное влияние, его сексуальная агрессия уменьшилась), в течение следующих месяцев он стал вести себя физически агрессивным по отношению к детям и взрослым. Он стал дерзко разговаривать с миссис Г. и негативно вел себя по отношению к мужчинам-учителям и инструкторам, вероятно, проверяя, насколько безопасно общаться с мужчинами, и по возможности выражал в присутствии взрослых мужчин, не представляющих опасности. Он продолжал лечение в течение 2 лет с несколькими перерывами, когда мне казалось, что его сопротивление лечению возрастало, я давала ему возможность «передохнуть». Он обычно давал знать миссис Г., когда он готов продолжить лечение, видимо, ему нравилось контролировать ситуацию. Лечение было сосредоточено на пережитом им издевательстве, амбивалентных чувствах, которые он испытывал по отношению к материнской наркоманке, адаптации к приемной семье и искренней привязанности к фигуре отца. Как уже упоминалось ранее, он все-таки испытывал трудности, связанные с агрессивным отношением к мальчикам-сверстникам и авторитетным фигурам. Я приняла решение отправить Джеба в терапевтическую группу, прорабатывающую проблему мальчиков, перенесших насилие. Там была команда терапевтов, как женщин, так и мужчин, кото-



рые создали безопасную и комфортную обстановку, и Джеб смог обсуждать свои проблемы со сверстниками и взрослыми мужчинами.

Комментарии

Джеб был девятилетним мальчиком, который перенес тяжелую травму. При насильственном оральном контакте он был вынужден проглатывать сперму. Специфическое значение, которое было приписано этому насилию, заключалось в том, что сперма застряла внутри организма мальчика. Отчаянно пытаясь освободиться от всего «плохого», что было в сперме, он стал имитировать насилие, принуждая к оральному контакту других и стараясь вытолкнуть из себя сперму. Его насилие над детьми в школе прекратили, так как один из детей сообщил о поведении Джеба учителям. Двое мальчиков, ставших жертвами Джеба, подтвердили, что насилие имело место.

Джеб дал мне возможность понять его затруднительное положение и тем самым пригласил помочь ему измениться. После того как он нарисовал свой автопортрет, стало ясно, что его тело наполнено каким-то веществом, таким образом он раскрыл мне свое убеждение, что проглоченная сперма все еще находится внутри него. В результате консультаций, за которыми я обратилась к коллегам, было принято решение об интеллектуальной интервенции. Моя попытка объяснить Джебу устройство пищеварительной системы полностью провалилась, он отдалился от меня уже в начале моего объяснения. Было ясно, что в связи с изнасилованием у Джеба развилось стойкое убеждение, и оно



послужило причиной его приставания к младшим детям.

Я действовала с осторожностью, когда решила принять его систему убеждений, занять ту позицию, с которой он понимал изнасилование, и совершить интервенцию, направленную на его убеждения, может быть, тогда у меня появилась бы возможность освободить его от отчаяния. Я размышляла над тем, как ребенок мог бы увидеть реальные доказательства того, что все плохое выходит из его тела. Я думала о мочеиспускании и дефекации, но отбросила эту идею, так как ребенок был изнасилован и, как я думала, все, что касалось гениталий, могло возобновить негативные переживания. Вместо этого я подумала о потоотделении. Проблема стала заключаться в том, что нужно было найти способ, позволяющий мерить, сколько пота вышло из его организма. Я думала, что, если предложить ему потоотделение как пример того, что все плохое выходит из организма, он примет это. Мысль об использовании бумажных полотенец пришла мне в голову как-то вечером, когда я вытирала разлитый апельсиновый сок. Я также заметила, что более темная бумага больше разбухает, на ней лучше видно собранную жидкость.

Как я и надеялась, Джеб принял мою идею и энергично выполнял все мои указания. Я не учла то, что он будет расстроен, так как пот испаряется с бумаги. Приемная мать Джеба сделала прекрасное предложение — выжимать бумажные полотенца и собирать пот в чашку. В продолжение этой идеи я предложила использовать специальную губку, чтобы помочь Джебу собрать большее количество жидкости в чашку. Вскоре после этого Джеб заявил, что все плохое вышло наружу из его



тела. Когда я спросила, откуда он это знает, он ответил, что просто знает и все. Интервенция удалась, казалось, Джеба удалось убедить, и проблема была решена.

Хотя избавление от «плохого» было достаточно важной терапевтической проблемой, терапия после этого не закончилась. Склонность к сексуальному насилию, казалось, резко уменьшилась, но приемная мать и школьный персонал продолжали наблюдать за ребенком еще в течение следующих 6 месяцев. Хотя Джеб сам говорил, что больше не думает о том, чтобы засовывать пенис в рот других детей, его начали преследовать воспоминания об изнасиловании. В эти периоды он погружался в себя или демонстрировал переменчивое настроение. Джеб несколько раз дрался с более старшими детьми в школе, казалось, он специально причинял себе вред, провоцируя конфликты.

Также Джеб испытывал сильные эмоции к матери и женщинам вообще. Он чаще всего не доверял заботящимся о нем людям и женщинам, которые оказывали ему внимание, в том числе и мне. Его ответные реакции по отношению ко мне были различными. Иногда он вел себя вызывающе, агрессивно и даже враждебно. В другие моменты он, наоборот, был отзывчивым, спокойным, общительным. Вдобавок он вел себя подозрительно по отношению к взрослым мужчинам, занимал агрессивную, наступательную позицию, становился дерзким и вел себя вызывающе. Отсутствующий отец, агрессивные сожителю матери и его друзья — все они заставили мальчика быть настороженным и подозрительным. Поэтому его отношения с занимающейся им группой терапевтов, особенно с мужчинами, были



очень сложными, но полезными. После года совместной терапевтической работы Джеб продолжил посещение одного терапевта, мужчины. Он больше не приставал к детям, по крайней мере это не было замечено. Джеб долгое время жил с приемной матерью, в конце концов он стал доверять ей и очень тепло к ней относился.

Послесловие и приложение

Часть третья



Послесловие

Книга предназначена для того, чтобы побудить вас к использованию игры при работе с семьями, в которых есть маленькие дети. Она не содержит описания всех возможных семейных техник. Наоборот, она провоцирует заняться вас собственным исследованием, как можно адаптировать или улучшить индивидуальные игровые терапевтические техники, чтобы их можно было использовать при работе со всей семьей.

Мне кажется, что работа с семьями и детьми — это исследовательский процесс, это профессиональный вызов, чтобы я сделала все возможное в создании творческих стратегий, которые стимулируют членов семьи найти новые способы коммуникации, взаимодействия друг с другом. Семьям можно помочь найти и понять новые модели коммуникации, основанные не только на языке. Часто я слышу, как взрослые печалятся о своем потерянном детстве. Работа с детьми предоставляет взрослым возможность мыслить магически, проигрывать различные роли, участвовать в ролевых играх, общаться с помощью мимики, поз, других невербальных средств, громко кричать и веселиться.

В игре можно выразить себя гораздо полнее, чем с помощью ограниченных средств языка. В игру вовлекается как сознание, так и бессознательное, последнее может быть связано с метафорами, рассказыванием ис-



торий и различными символами. Семьи могут переработать и разрешить многие сложные ситуации и переживания, используя игру, чтобы уменьшить психологические защиты, как, например, в приведенном ниже случае.

Мама (родом из Чили) привела своего четырехлетнего сына ко мне на прием, потому что его бабушка умерла от сердечного приступа на глазах у мальчика, она присматривала за ним, пока родителей не было дома¹. Его очень потрясло это событие не только потому, что бабушка умерла, но также потому, что она жестами просила его о помощи, когда упала на пол. Когда он приблизился к ней, она обняла его и сжала так крепко, что он мог задохнуться. Она умерла, крепко сжимая его в объятиях. Ребенок упал в обморок от страха или, возможно, от недостатка кислорода, и, когда мама пришла домой с работы, она нашла их вместе лежащими на полу. Она быстро привела сына в чувство, его всего трясло от страха. Через некоторое время приехала «Скорая» и увезла тело бабушки.

Карлос отказывался с кем бы то ни было разговаривать о происшедшем, у него появились приступы тревоги, он стал беспокойно спать по ночам. Он стал очень сильно привязан к матери, не отходил от нее, но отказывался от того, чтобы за ним присматривал кто-то еще. Его невозможно было отделить от матери в течение сессии, он был неразговорчив и нелюбопытен, хотя его мать говорила, что это не характерно для него. В то время, как она описывала, что произошло, Карлос притворялся спящим. Первая сессия длилась

¹Разговор на этой сессии велся на испанском языке. Автор перевела диалог.



всего 20 минут, потому что, как только Карлос проснулся, он сказал, что хочет побыстрее уйти, и я, и мать чувствовали, что это будет самым лучшим выходом.

На второй сессии я поставила в центр комнаты игрушечный дом и нашла фигурки взрослых, в том числе бабушки. Я расположила фигурки бабушки, мамы и маленького мальчика в гостиной кукольного домика. «Во сколько вы обычно уходите на работу?» — спросила я у мамы. Она ответила, что примерно в 8.30. «Куда вы идете, после того как выйдете из дома?» — «Сейчас я в отпуске, но обычно я иду на работу». — «Итак, вы выходите из дома и идете на работу?» Мать покивала в ответ. «Куда вы ушли в тот день, когда умерла ваша мать?» — поинтересовалась я. «В тот день я тоже ушла на работу».

Я взяла в руки фигурку матери и попросила ее показать мне, что она делала в то утро, пока готовилась идти на работу. Мать поместила свою фигурку в ванну вместе с фигуркой отца. Потом она поставила фигурку Карлоса в его ванну и фигурку бабушки в соседнюю с ним ванну. Мать разыгрывала, как она встала, приняла душ, оделась и спустилась вниз, приготовила завтрак, читала газету и ждала, пока проснутся остальные. Потом проснулась бабушка, оделась и спустилась вниз, чтобы поболтать с мамой и выпить кофе с булочками. Вскоре после этого спустился отец, выпил на ходу кофе, взял газету и ушел. Потом мать поцеловала бабушку и ушла на работу. Бабушка работала по дому, везде все вымыла и нарвала цветов. Когда она услышала, что проснулся Карлос, то приготовила ему завтрак, достала чистую одежду. Они часто включали телевизор и



смотрели его, пока бабушка пила кофе, а Карлос завтракал.

Мать посмотрела на меня и сказала: «Я не знаю, чем они занимались целый день». Карлос с неохотой взял фигурку бабушки и поставил ее около домика, она присматривала за ним, пока он катался на велосипеде. Он и бабушка часто гуляли, иногда ходили в магазин и покупали сладости и продукты к ужину. Карлос вновь забрался на колени матери. Я сказала: «Кажется, ты и бабушка многое привыкли делать вместе». Он уткнулся лицом в грудь матери, и по его щекам потекли слезы. Мать, успокаивая его, сказала: «Я так скучаю по ней».

На следующей сессии мать разыграла ту же сценку с куклами и добавила, что вспомнила: тем утром, когда умерла бабушка, она говорила, что чувствует себя уставшей, и хотела вздремнуть. Карлос схватил фигурку бабушки и положил ее рядом со своей на кровать. Затем он изобразил, как встал, оделся, тихо спустился вниз по лестнице, чтобы позавтракать. Бабушка вскоре проснулась, приготовила ленч и снова легла. Карлос смотрел в тот день интересные шоу и не выходил из дома. Бабушка проснулась и спустилась вниз по лестнице, в этот момент Карлос резко бросил фигурку бабушки на пол, вероятно, разыгрывая обморок бабушки. Фигура маленького мальчика оставалась на месте и потом подбежала помочь бабушке. Бабушка тогда обняла его за шею и не давала вырваться. Мать сказала: «У бабушки было плохо с сердцем, и она хотела, чтобы кто-то ей помог». Карлос продолжал трясти фигурки бабушки и мальчика. Мать добавила: «Что я могу сделать?» Карлос был полностью вовлечен в игру. Он снова и снова проигрывал в лицах потрясшую его сцену,



он снова переживал страх и беспомощность. Внезапно Карлос отпустил фигурки бабушки и мальчика и взял фигурку матери. Она вбежала в дом и помогла бабушке. Она напоила бабушку чаем с печеньем, чтобы она восстановила силы, затем бабушка пошла в свою комнату вязать. Мать и Карлос плакали.

Мать взяла фигурку матери и, обращаясь к фигурке мальчика, сказала: «Я хотела бы вернуться домой пораньше и спасти бабушку. Но я не знала, что она больна. И даже если бы я пришла в нужный момент, я бы не знала, что делать, и я бы не смогла помочь бабушке, и она бы все равно умерла. Потому что ее сердце было очень-очень старым, и оно очень-очень устало». Карлос смотрел на нее с удивлением: «Ты не знаешь, как помочь ей?» «Нет. Никто не мог помочь бабушке. Ее сердце очень устало, теперь оно отдыхает». Карлос спросил, на небесах ли сейчас бабушка. Мать ответила, что бабушка на небесах вместе с дедушкой. «Теперь о ней заботится дедушка Льюис?» «Да, он готовит бабушке ее любимые эмпанадас»¹, — тихо сказала мама.

Я спросила Карлоса, какие еще у бабушки были любимые блюда, и он ответил: «Сладкие лепешки, посыпанные сахаром. Мы как-нибудь приготовим для нее». Позднее мать позвонила мне и сказала, что они ходили на кладбище и оставили там много сладкого печенья. Карлос настаивал на том, чтобы они через три дня снова вернулись, и печенья там уже не было. Убедившись, что бабушка съела печенье, которое он испек для нее, он освободился от ощущения, что что-то сделал неправильно. «Она не сошла из-за меня с ума», — ска-

¹ Слоеные острые пирожки. (Прим. ред.)



зал он матери. «Конечно нет, Карлитос. Почему она могла сойти с ума?» Карлос отвечал: «Когда она так крепко сжимала меня, мне было больно, я подумал, что она сошла с ума, но она никогда не стала бы есть печенье, если бы сошла с ума». Мать успокоилась, что ее сын смирился со смертью бабушки. Он перестал ходить за ней как хвостик. В их дом переехала сестра матери и стала заботиться о Карлосе, пока его родители были на работе. И он проводил много времени со своей тетей, все было спокойно и без происшествий.

Приведенный выше пример вновь иллюстрирует нам способность семей общаться посредством игры. Часто родителей надо слегка подтолкнуть к тому, чтобы они ответили детям через какого-то посредника. У родителей есть естественное стремление выразить свои мысли и чувства через игру так же, как это делают клиницисты.

Я очень дорожу индивидуальной терапией с детьми, потому что, я уверена, многим детям необходимо почувствовать, что их уважают, предоставляют свободу, поощряют их самовыражение и их принимают, безусловно, такими, какие они есть. Моя цель всегда состоит в том, чтобы вовлечь семью в работу на сессии, например с помощью игры. Если цель терапии заключается в объединении семьи и/или помощи членам семьи, чтобы они научились взаимодействовать друг с другом более здоровым и эффективным способом, то сессии с участием детей и игровыми техниками дают потрясающий эффект и предоставляют массу возможностей.

В заключение я призываю вас относиться творчески к игре и попытаться получать от нее удовольствие. Вы



будете создавать благоприятную общую атмосферу на сессии, если вы чувствуете себя уверенно и свободно, то сможете заразить этим же настроением и семью. Если вы чувствуете себя нерешительно, несвободно, смущены, вы таким же образом повлияете на семью. Помните, что большинство семей, обратившихся за терапевтической помощью, немного разучились смеяться, радоваться друг другу, открыто выражать свои скрытые желания и потребности. Игра создает возможность для такого рода контактов, а они неизбежно приводят к большей эмоциональной близости, более открытой коммуникации и улучшению взаимоотношений.



Приложение

РЕСУРСЫ ДЛЯ СЕМЕЙНОЙ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

Магазины

Childsworld/childsplay
Center for Applied Psychology
Third floor
441 N. 5th Street
Edison, NJ 08818
Theraplay Products
P.O. Box 761
Glen Ellen, CA 95442
Toys to Grow On
P.O. Box 17
Long Beach, CA 90801
Creative Therapy Store
Western Psychological Services
12031 Wilshire Blv.
Los Angeles, CA 90025-1251
Feelings Factory
5089 St/ Mary Street
Raleigh, NC 27605
Kidsrights
P.O. Box 851
Mt/ Dora, FL 27605
Uniquity
P.O. Box 6
Galt, Ca 95623



Ассоциации

Association for Play Therapy
1350 M Street
Fresno, CA 93721

Специальные ресурсы

Play Therapy Bibliography
Center for Play Therapy
University of North Texas
P.O. Box 13857
Denton, TX 76203-3857
Listing of Play Therapy Programs
Center for Play Therapy
University of North Texas
P.O. Box 13857
Denton, TX 76203-3857



Jumepamypa

Ackerman, N. W. (1958). *The psychodynamics of family life*. New York: Basic Books.

Ackerman, N. W. (1967). The emergence of family diagnosis and treatment: A personal view. *Psychotherapy*, 4, 125—129.

Ackerman, N. W. (1970). Child participation in family therapy. *Family Process*, 9, 403—410.

Alger, I., Linn, S., & Beardslee, W. (1985). Puppetry as a therapeutic tool for hospitalized children. *Hospital and Community Psychiatry*, 36(2), 129—130.

Allan, J. (1988). *Inscapes of the child's world: Jungian counseling in schools and clinics*. Dallas, TX: Spring Publications.

Ariel, S. (1992). *Strategic family therapy*. New York: Wiley.

Ariel, S., Carel, C. A., & Tyano, S. (1985). Uses of children's make-believe play in family therapy: Theory and clinical examples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(1), 47—60.

Axline, V. (1947). *Play therapy*. Cambridge, MA: Houghton Mifflin.

Axline, V. M. (1964). *Dibbs in search of self*. New York: Ballantine.

Axline, V. M. (1969). *Play therapy* (rev. ed.). New York: Ballantine.

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. H. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science*, 1, 251—264.

Bell, J. E. (1961). *Family group therapy* (Public Health



Monograph No. 64). Washington, DC: U.S. Department of Health, Education, and Welfare.

Bell, J. E. (1972). Foreword. In N. W. Ackerman (Ed.), *The Psychodynamics of family life*. New York: Basic Books.

Berg, B. (1982). *The changing family game*. Dayton, OH: Cognitive-Behavioral Resources.

Berg, B. (1986). Cognitive-behavioral intervention for children of divorce. In C. E. Schaefer & S. Reid (Eds.), *Game play: Therapeutic use of childhood games* (pp. 111–138). New York: Wiley.

Blechman, E. A. (1974, July). The family contract game: A tool for teaching interpersonal problem-solving. *Family Coordinator*, 269–281.

Blechman, E. A., Kotanchik, N. L., & Taylor, C. J. (1981). Families and schools together: Early behavioral intervention with high-risk children. *Behavior Therapy*, 12, 308–319.

Bloch, D. A. (1976). Including the children in family therapy. In P. Guerin (Ed.), *Family therapy* (pp. 168–181). New York: Gardner Press.

Bow, J. N. (1993). Overcoming resistance. In C. E. Schaefer, (Ed.), *The therapeutic powers of play* (pp. 17–40). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Bradway, K., Signell, K. A., Spare, G. H., Stewart, C. T., Stewart, L. H., & Thompson, C. (1990). *Sandplay studies: Origins, theory and practice*. Boston, MA: Sigo Press.

Brandell, J. R. (1984). Stories and storytelling in child psychotherapy.

Psychotherapy, 21(1), 54–62.

Brooks, R. (1993). Creative characters. In C. E. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.), *Play therapy techniques* (pp. 211–224). New York: Jason Aronson.

Buck, J. N. (1978). The H-T-P technique: A qualitative and quantitative scoring manual. *Journal of Clinical Psychology*, 4, 397–405.

Buck, J. W., & Hammer, E. F. (Eds.). (1969). *Advances in*



house — tree — person techniques: *Variations and applications*. Los Angeles: Western Psychological Services. Burns, R. C. (1987). *Kinetic house — tree — person drawings (K — H — T — P)*. New York: Brunner/Mazel.

Burns, R. C., & Kaufman, S. H. (1970). *Kinetic family drawing (K — F — D) Research and application*. New York: Brunner/Mazel.

Burns, R. C., & Kaufman, S. H. (1972). *Actions, styles and symbols in kinetic family drawings (K — F — D): An interpretive manual*. New York: Brunner/Mazel.

Burt, C. (1921). *Mental and scholastic tests*. London: P.S. King & Son.

Chasin, R., & White, T. B. (1989). The child in family therapy: delines for active engagement across the age span. In L. Com-brinck-Graham (Ed.), *Children in family contexts: Perspectives on treatment* (pp. 5—25). New York: Guilford Press.

Chethik, M. (1989). *Techniques of child therapy: Psychodynamic strategies*. New York: Guilford Press.

Claman, L. (1993). The squiggle-drawing game. In C.E. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.), *Play therapy techniques* (pp. 177—189). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Cohen, F. W., & Phelps, R. E. (1985). Incest markers in children's artwork. *Arts in Psychotherapy*, 12, 265—283.

Combrinck-Graham, L. (Ed.). (1989). *Children in family contexts: Perspectives on treatment*. New York: Guilford Press.

Conway, D. F. (1971). *The effects of conjoint family play sessions: A potential preventive mental health procedure for early identified children*. Unpublished doctoral dissertation, Michigan State University, Lansing, Michigan.

Costantino, G., Malgady, R. G., & Rogler, L. H. (1986). Cuento therapy: A culturally sensitive modality for Puerto Rican children. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 54(5), 639—645.

Davis, N. (1990). *Once upon a time... Therapeutic stories to*



heal abused children (rev. ed.). Oxon Hill, MD: Psychological Associates of Oxon Hill. (Available from 6178 Oxon Hill Rd., Suite 306, Oxon Hill, MD 20745).

Despert, J. L., & Potter, H. W. (1936). Technical approaches in the study and treatment of emotional problems in childhood. *Psychoanalytic Quarterly*, 10, 619—638.

Di Leo, J. (1973). *Children's drawings as diagnostic aids*. New York: Brunner/Mazel.

Di Leo, J. (1983). *Interpreting children's drawings*. New York: Brunner/Mazel.

Dowling, E., & Jones, H. (1978). Small children seen and heard in family therapy. *Journal of Child Psychotherapy*, 4, 87—96.

Epstein, Y. M. (1986). Feedback and this could happen: Two therapeutic games for children of divorce. In C. E. Schaefer & S. Reid (Eds.), *Game play: Therapeutic use of childhood games* (pp. 159—186). New York: Wiley.

Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton.

Esman, A. H. (1983). Psychoanalytic play therapy. In C. E. Schaefer & K. O'Connor (Eds.), *Handbook of play therapy* (pp. 11—20). New York: Wiley.

Family Puppet Interview. (1981). You can learn a lot from a lobster [videotape]. (Available from University of Pittsburgh, UPIC Li-brary, Pittsburgh, PA)

Fraiberg, S. (1965). A comparison of the analytic method in two stages of child analysis. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 4, 387—400.

Frey, D. E. (1993). Learning by metaphor. In C. E. Schaefer (Ed.), *The therapeutic powers of play* (pp. 223—240). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Friedrich, W. N. (Ed.). (1991). *Casebook of sexual abuse treatment*. New York: W. W. Norton.

Fries, M. (1937). Play technique in the analysis of young children. *Psychoanalytic Review*, 24, 233—245.



Fulweiler, C. R. (1967). No man's land. In J. Haley & L. Hoffman (Eds.), *Techniques of family therapy*. New York: Basic Books.

Gardner, R. A. (1971). *Therapeutic communication with children: The mutual storytelling technique*. New York: Science House.

Gardner, R. A. (1972). *Dr. Gardner's stories about the real world*. Cresskill, NJ: Creative Therapeutics.

Gardner, R. A. (1993). Mutual storytelling. In C. E. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.), *Play therapy techniques* (pp. 199—211). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Gil, E. (1991). *The healing power of play: Working with abused children*. New York: Guilford Press.

Ginott, H. G. (1961). *Group psychotherapy with children*. New York: McGraw-Hill.

Gondor, L. H. (1957). Use of fantasy communications in child psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 5, 323—335.

Gravitz, M. A. (1967). Marital status and figure drawing choice in normal adults. *Journal of Projective Techniques and Personal Assessment*, 31, 86—87.

Green, R. J., & Framo, J. L. (Eds.). (1981). *Family therapy: Major contributions*. New York: International Universities Press.

Griff, M. D. (1983). Family play therapy. In C. E. Schaefer & K. J. O'Connor (Eds.), *Handbook of play therapy* (pp. 65—75). New York: Wiley.

Guerney, B. G. Jr. (1964). Filial therapy: Description and rationale. *Journal of Consulting Psychology*, 28, 303—310, 450—460.

Guerney, L. F. (1983). Client centered (non-directive) play therapy. In C. E. Schaefer & K. J. O'Connor (Eds.), *Handbook of play therapy* (pp. 21—64). New York: Wiley.

Guttman, H. A. (1975). The child's participation in con-



joint family therapy. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14, 490—499.

Haley, J. (1961). Development of theory: A history of research project. In C. E. Sluzki & D. C. Ransom (Eds.), *Double bind: The Inundation of a communicational approach to the family*. New York: Grune & Stratton.

Haley, J., & Hoffman, L. (Eds.). (1967). *Techniques of family therapy*. New York: Basic Books.

Hambidge, G. (1955). Structured play therapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 25, 601—617.

Hammer, E. (1968). *The clinical application of projective drawings*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Haworth, M. R. (1968). Doll play and puppetry. In A. I. Rain (Ed.), *Projective techniques in personality assessment* (pp. 327—365). New York: Springer.

Haworth, M. R. (1990). *A child's therapy: Hour by hour*. Madison, CT: International Universities Press.

Hoffman, J., & Rogers, P. (1991). A crisis play group in a shelter following the Santa Cruz earthquake. In N. Boyd Webb (Ed.), *Play therapy with children in crisis: A casebook for practitioners* (pp. 379—395). New York: Guilford Press.

Hulse, W. C. (1951). The emotionally disturbed child draws his family. *Quarterly Journal of Child Behavior*, 3, 152—174.

Irwin, E. C. (1993). Using puppets for assessment. In C. E. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.), *Play therapy techniques* (pp. 69—81). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Irwin, E., & Kovacs, A. (1979). Analysis of children's drawings and stories. *Journal of the Association for Care of Children in Hospitals*, 8, 39—45.

Irwin, E. C., & Malloy, E. S. (1975). Family puppet interview. *Family Process*, 14, 170—191.

Irwin, E., Portner, E. S., Elmer, E., & Petti, T. (1981). Joyless children: A study of the effects of abuse of time. In I. Jakab (Ed.), *The personality of the therapist: Proceedings of the*



1981 International Congress of the American Society of the Psychopathology of Expression. Basel, Switzerland: Karger.

Irwin, E., & Shapiro, M. (1975). Puppetry as a diagnostic and therapeutic technique. In I. Jakab (Ed.), *Psychiatry and art* (Vol. 4). Basel, Switzerland: Karger.

Johnson, T. C. (1993). Group therapy. In E. Gil & T. C. Johnson (Eds.), *Sexualized children: Assessment and treatment of sexualized children and children who molest* (pp. 211—275). Rockville, MD: Launch Press.

Jones, S. L. (1980). *Family therapy*. Bowie, MD: Prentice-Hall.

Kalff, D. (1980). *Sandplay*. Boston, MA: Sigo Press.

Kaufman, B., & Wohl, A. (1992). Casualties of childhood: A developmental perspective on sexual abuse using projective drawings. New York: Brunner/Mazel.

Keith, D. V., & Whitaker, C. A. (1977). The divorce labyrinth. In P. Papp (Ed.), *Family therapy: Full-length case studies* (pp. 117—133). New York: Gardner.

Keith, D. V., & Whitaker, C. A. (1981). Play therapy: A paradigm for work with families. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 243—254.

Kelley, S. J. (1984). The use of art therapy with sexually abused children. *Journal of Psychosocial Nursing*, 22, 12—18.

Kellogg, R. (1970). *Analyzing children's art*. Palo Alto, CA: Mayfield.

Kendall, P. C., & Braswell, L. (1985). *Cognitive-behavioral therapy for impulsive children*. New York: Guilford Press.

Klein, M. (1937). *The psychoanalysis of children* (2nd ed.). London: Hogarth Press.

Kobak, R. R., & Waters, D. B. (1984). Family therapy as a rite of passage: Play's the thing. *Family Process*, 23, 89—100.

Korner, S., & Brown, G. (1990). Exclusion of children from family psychotherapy: Family therapists' beliefs and practices. *Journal of Family Psychology*, 3, 420—430.

Kraft, I. A. (1980). *Group therapy with children and ado-*



lescents. In G. P. Sholevar, R. M. Benson, & B. J. Blinder (Eds.), *Emotional disorders in children and adolescents* (pp. 109–133). New York: Spectrum.

Kramer, E. (1971). *Art as therapy with children*. New York: Schocken Books.

Kritzberg, N. (1971). TASKIT (Tell-a-Story-Kit), the therapeutic story-telling word game. *Acta Paedopsychiatrica*, 38, 231–244.

Kritzberg, N. I. (1975). *The structured therapeutic game method of psychoanalytic psychotherapy*. Hicksville, NY: Exposition.

Kwiatkowska, H. Y. (1967). Family art therapy. *Family Process*, 6(1), 33–57.

Kwiatkowska, H. Y. (1975). Family art therapy: Experiments with a new technique. In E. Ulman & P. Dachinger (Eds.), *Art therapy: In theory and practice* (pp. 113–125). New York: Schocken Books.

Kwiatkowska, H. (1978). *Family therapy and evaluation through art*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Landgarten, H. B. (1981). *Clinical art therapy: A comprehensive guide*. New York: Brunner/Mazel.

Levy, D. (1938). Release therapy in young children. *Psychiatry*, 1, 387–389.

Levenson, R. L., & Herman, J. (1993). Role playing. In C. E. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.), *Play therapy techniques* (pp. 225–237). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Linesch, D. (Ed.). (1993). *Art therapy with families in crisis: Overcoming resistance through nonverbal expression*. New York: Brunner/Mazel.

Linn, S. (1977). Puppets and hospitalized children: Talking about feelings. *Journal for the Association of the Care of Children in Hospitals*, 5, 5–11.

Machover, K. (1949). *Personality projection in the drawing of the human figure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.



Malchiodi, C. (1990). *Breaking the silence: Art therapy with children from violent homes*. New York: Brunner/Mazel.

Mandell, J. G., Damon, L., Castaldo, P., Tauber, E., Monise, L., & Larsen, N. (1990). *Group treatment for sexually abused children*. New York: Guilford Press.

Martinez, K. J., & Valdez, D. M. (1992). Cultural considerations in play therapy with Hispanic children. In L. A. Vargas & J. D. Koss-Chioino (Eds.), *Working with culture: Psychotherapeutic interventions with ethnic minority children and adolescents* (pp. 85 — 103). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Mills, J. C., & Crowley, R.J. (1986). *Therapeutic metaphors for children and the child within*. New York: Brunner/Mazel.

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Montalvo, B., & Haley, J. (1973). In defense of child therapy. *Family Process*, 12, 227—244.

Moustakas, C. (1966). *The child's discovery of himself*. New York: Ballantine.

Nagera, H. (1980). Child psychoanalysis. In G. P. Sholevar, R. M. Benton, & B. J. Blinder (Eds.), *Emotional disorder in children and adolescents* (pp. 17—23). New York: Spectrum.

Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. New York: Grune & Stratton.

Nickerson, E. T. (1973, Spring). Psychology of play and play therapy in classroom activities. *Educating Children*, 1—6.

Oster, G. D., & Gould, P. (1987). *Using drawings in assessment and therapy*. New York: Brunner/Mazel.

Palazzoli, M. S., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. (1981). *Paradox and counterparadox: A new model in the therapy of the family in schizophrenic transaction*. New York: Jason Aronson.

Piaget, J. (1969). *The mechanisms of perception*. New York: Basic Books.

Portner, E. (19HI). A normative study of the spontaneous



puppet stories of eight-year-old children. Unpublished doctoral dissertation, University of Pittsburgh, Pittsburgh.

Reid, S. (1993). Game play. In C. E. Schaefer (Ed.), *The therapeutic powers of play* (323—348). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Rhyne, J. (1973). *The gestalt art experience*. Monterey, CA: Brooks/Cole. Robertson, M., & Barford, F. (1970). Story-making in psychotherapy with a chronically-ill child. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 7, 104—107.

Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton-Mifflin. Rothenberg, L., & Schiffer, M. (1966). The therapeutic play group — a case study. *Exceptional Children*, 32, 483—486.

Rubin, J. A. (1978). *Child art therapy*. New York: Van Nostrand Reinhold.

Safer, D. (1965). Conjoint play therapy for the young child and his parent. *Archives of General Psychiatry*, 13, 320—326.

Sandier, J., Kennedy, H., & Tyson, R. (1980). *The technique of child psychoanalysis*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Saravay, B. (1991). Short-term play therapy with two pre-school brothers following sudden parental death. In N. Boyd Webb (Ed.), *Play therapy with children in crisis: A casebook for practitioners* (pp. 177—200). New York: Guilford Press.

Satir, V. (1964). *Conjoint family therapy*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.

Satir, V. (1972). *Peoplemaking*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.

Schaefer, C., & Carey, L. (1994). *Family play therapy*. New York: Jason Aronson.

Schaefer, C. E. (1980). Play therapy. In P. Sholevar, R. M. Benson, & B. J. Blinder (Eds.), *Emotional disorders in children and adolescents*. New York: Spectrum. Schaefer, C. E. (Ed.). (1993). *The therapeutic powers of play*. Northvale, NJ: Jason Aronson.



Schaefer, C. E. (1983). Play therapy. In E. Schaefer & K. J. O'Connor (Eds.), *Handbook of play therapy* (pp. 95–106). New York: Wiley.

Schaefer, C. E. & Cangelosi, D. M. (Eds.). (1993). *Play therapy techniques*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Schaefer, C. E. & O'Connor, K. J. (1983). *Handbook of play therapy*. New York: Wiley.

Schaefer, C. E., & Reid, S. E. (Eds.). (1986). *Game play: Therapeutic use of childhood games*. New York: Wiley.

Scharff, D. E., & Scharff, J. S. (1987). *Object relations family therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Sheedy, B. C. (1978). The creative encounter: Meeting through play in conjoint family therapy. *Dissertation Abstracts International*, 38(8), 3907-B.

Siegelman, E. (1990). *Metaphor and meaning in psychotherapy*. New York: Guilford Press.

Silverman, M., & Silverman, M. (1962, November). Psychiatry inside the family circle. *Saturday Evening Post*, 46–51.

Singer, D. G. (1993). *Playing for their lives: Helping troubled children through play therapy*. New York: Free Press.

Sobol, B. (1982). Art therapy and strategic family therapy. *American Journal of Art Therapy*, 21, 23–31.

Solomon, J. (1938). Active play therapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 8, 479–498.

Sours, J. A. (1980). Preschool-age children. In G. P. Sholevar, R. M. Benson, & B. J. Blinder (Eds.), *Emotional disorders in children and adolescents* (pp. 271–282). New York: Spectrum.

Spare, G. H. (1990). Are there any rules? Musings of a peripatetic sandplayer. In K. Bradway, K. A. Signell, G. H. Spare, C. T. Stewart, L. H. Stewart, & C. Thompson (Eds.), *Sandplay studies: Origins of theory and practice* (pp. 195–208). Boston, MA: Sigo Press.

Swanson, A. J. (1986). Using games to improve self-control



deficits in children. In C. E. Schaefer & S. E. Reid (Eds.), *Game play: The therapeutic uses of childhood games* (pp. 233–243). New York: Wiley.

Ulman, E. (1975). Art therapy: Problems of definition. In E. Ulman & P. Dachinger (Eds.), *Art therapy: In theory and practice* (pp. 3–13). New York: Schocken Books.

Ulman, E., & Dachinger, P. (Eds.). (1975). *Art therapy: In theory and practice*. New York: Schocken Books.

Villeneuve, C. (1979). The specific participation of the child in family therapy. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 18(1), 44–53.

Von Neuman, J., & Morgenstern, O. (1947). *Theory of games and economic behavior*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Webb, N. B. (Ed.). (1991). *Playing for their lives: Helping troubled children through play therapy*. New York: Free Press.

White, R. W. (1966). *Lives in progress* (2nd ed.). New York: Holt, Rinehart & Winston.

White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: W. W. Norton.

Winnicott, D. W. (1971). *Therapeutic consultations in child psychiatry*. New York: Basic Books.

Wohl, A., & Kaufman, B. (1985). *Silent screams and hidden cries: An interpretation of artwork by children from violent homes*. New York: Brunner/Mazel.

Woltmann, A. G. (1940). The use of puppetry in understanding children. *Mental Hygiene*, 24, 445–458.

Yalom, I. D. (1975). *The theory and practice of group psychotherapy* (2nd ed.). New York: Basic Books.

Zilbach, J. J. (1986). *Young children in family therapy*. New York: Brunner/Mazel.

Zilbach, J. J., Bergel, E., & Gass, C. (1972). Role of the young child in family therapy. In C. J. Sager & H. S. Kaplan (Eds.), *Progress in group and family therapy* (pp. 385–399). New York: Brunner/Mazel.



СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Введение	9
Благодарности	13

Часть I. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ И ОБОСНОВАНИЕ СЕМЕЙНОЙ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

Глава 1. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ	15
Историческое развитие игровой терапии	21
Психоаналитическая игровая терапия	21
Структурная игровая терапия	24
Психотерапия отношений	25
Бихевиоральная терапия	26
Групповая психотерапия	27
Песочная психотерапия	28
Заключение	29
Виды игровой терапии	30

ГЛАВА 2. ИСТОРИЯ СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И ПРИМЕНЕНИЕ В НЕЙ ИГРОВЫХ ТЕХНИК 34 |

Глава 3. ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ИНТЕГРАЦИИ ИГРОВОЙ И СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ	59
Мир взрослых и мир детей	62
Слияние миров	66
Почему нужно сосредоточиться на детской игре?	68
Применение игры в терапии для диагностики	69
Использование игровой терапии в семейной терапевтической работе ..	70

Часть II. ПРИМЕНЕНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНИК И КЛИНИЧЕСКИЕ ПРИМЕРЫ

Глава 4. СЕМЕЙНОЕ ИНТЕРВЬЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАРИОНЕТОК	75
Первый иллюстративный случай	85
Второй иллюстративный случай	109
Глава 5. СЕМЕЙНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ	129
Семейная арт-терапия в случаях семейных кризисов. Модель терапевтического вмешательства	137



Техника каракулей	139
История про каракули	139
Техника свободного рисования	140
Техника «Раскрась свою жизнь»	140
Техника последовательного рисования	141
Кляксы на мокрой бумаге	142
Техника «Три желания»	142
Техника «Нарисуй себя в виде животного»	142
Семейные автопортреты	143
Семейные абстракции	143
Техника «Кинетический рисунок семьи»	143
Глава 6. ТЕХНИКА СОВМЕСТНОГО РАССКАЗЫВАНИЯ ИСТОРИЙ	153
Первый иллюстративный случай	155
Второй иллюстративный случай	175
Глава 7. ДРУГИЕ ТЕХНИКИ РАССКАЗЫВАНИЯ ИСТОРИЙ	188
Первый иллюстративный случай	195
Второй иллюстративный случай	218
Глава 8. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИГРОВЫЕ ТЕХНИКИ	234
Рассказ об обычном дне	234
Карточки, изображающие эмоции	244
Игра «Расскажи, почувствуй, сделай»	247
Исследование характерной системы через символы убеждений	248
Часть III. ПОСЛЕСЛОВИЕ И ПРИЛОЖЕНИЕ	
Послесловие	265
Приложение	272
Литература	274

Элиана Джил

ИГРА В СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ

Редактор *Е. Перцева*
 Художественный редактор *В. Щербаков*
 Технический редактор *Н. Носова*
 Компьютерная верстка *В. Шibaев*
 Корректор *Т. Гайдукова*

ООО «Издательство «Эксмо».
 107078, Москва, Орликов пер., д. 6.
 Интернет/Home page — www.eksmo.ru
 Электронная почта (E-mail) — info@eksmo.ru

**По вопросам размещения рекламы в книгах издательства «Эксмо»
 обращаться в рекламное агентство «Эксмо». Тел. 234-38-00**

Книга — почтой: Книжный клуб «Эксмо»
 101000, Москва, а/я 333. E-mail: bookclub@eksmo.ru

Оптовая торговля:
 109472, Москва, ул. Академика Скрябина, д. 21, этаж 2
 Тел./факс: (095) 378-84-74, 378-82-61, 745-89-16
 Многоканальный тел. 411-50-74. E-mail: reception@eksmo-sale.ru

Мелкооптовая торговля:
 117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (095) 932-74-71

ООО «Медиа группа «ЛОГОС».
 103051, Москва, Цветной бульвар, 30, стр. 2
 Единая справочная служба: (095) 974-21-31. E-mail: mgil@logosgroup.ru
 ООО «КИФ «ДАКС». 140005, М. О., г. Люберцы, ул. Красноармейская, д. 3а.
 Тел. 503-81-63, 796-06-24. E-mail: kif_daks@mtu-net.ru

Книжные магазины издательства «Эксмо»:
 Москва, ул. Маршала Бирюзова, 17 (рядом с м. «Октябрьское Поле»). Тел. 194-97-86.
 Москва, Пролетарский пр-т, 20 (м. «Кантемировская»). Тел. 325-47-29.
 Москва, Комсомольский пр-т, 28 (в здании МДМ, м. «Фрунзенская»). Тел. 782-88-26.
 Москва, ул. Сходненская, д. 52 (м. «Сходненская»). Тел. 492-97-85
 Москва, ул. Митинская, д. 48 (м. «Тушинская»). Тел. 751-70-54.

Северо-Западная Компания представляет весь ассортимент книг издательства «Эксмо».
 Санкт-Петербург, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е
 Тел. отдела рекламы (812) 265-44-80/81/82/83.



Сеть магазинов «Книжный Клуб SNAR» представляет
 самый широкий ассортимент книг издательства «Эксмо».
 Информация о магазинах и книгах в Санкт-Петербурге по тел. 050.



Вы получите настоящее удовольствие, покупая книги в магазинах ООО «Топ-книга»
 Тел./факс в Новосибирске: (3832) 36-10-26. E-mail: office@top-kniga.ru

Всегда в ассортименте новинки издательства «Эксмо»:
 ТД «Библио-Глобус», ТД «Москва», ТД «Молодая гвардия»,
 «Московский дом книги», «Дом книги в Медведково», «Дом книги на ВДНХ».
 Книги издательства «Эксмо» в Европе: www.atlant-shop.com

Подписано в печать с готовых диапозитивов 21.02.2003.
 Формат 60х90^{1/16}. Гарнитура «Таймс». Печать офсетная.
 Бум. газ. Усл. печ. л. 18,0.
 Тираж 3100 экз. Заказ № 9374

Отпечатано в полном соответствии
 с качеством предоставленных диапозитивов
 в ОАО «Можайский полиграфический комбинат».
 143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.