

### **Елена Веселаго. Современные системные расстановки.**

Метод системных расстановок – помогающая практика, введенная в широкое обращение немецким философом, богословом, психотерапевтом, духовным учителем Бертом Хеллингером (р. 1925). Метод был открыт [1] (введен в обращение) примерно в начале 80-х годов.

Этот метод также называют «расстановки по Хеллингеру», «семейные расстановки», «системные семейные расстановки», «системно-феноменологический подход».

#### **Основы метода системных расстановок**

В этом методе клиентская история (проблемная ситуация) описывается как элементы некоторой системы и их взаимодействия. Когда метод начинал развиваться, клиентские истории представлялись только как взаимодействие членов семейной системы. Поэтому первоначально метод назывался «семейные расстановки».

Расстановки производились в группе, участники группы располагались обычно по кругу. Клиентская история, описанная как взаимодействие членов семейной системы, расставлялась в пространстве. При этом для представления в расстановке каждого члена семьи из группы выбирался один участник. Его называют заместитель. Один заместитель замещал одного члена семьи клиента (назовем того, кого заместительство в расстановке прототипом). Далее расстановщик или клиент расставлял (отводил на место) в комнате каждого заместителя. Определение места заместителя производится медленно, молча и сосредоточенно, основываясь на телесном ощущении, где должен стоять этот человек. Заместителям не придается какая-либо поза, они стоят (не сидят и не лежат), они не прикасаются друг к другу и не разговаривают.

Основным инструментом метода системных расстановок является заместительское восприятие. Этот феномен состоит в том, что заместитель в расстановке может в общих чертах почувствовать состояние своего прототипа и его взаимодействие с другими членами расставляемой системы. При этом заместитель может ничего не знать о своем прототипе. Также и клиент и расстановщик могут ничего не знать о прототипе, который представлен в расстановке своим заместителем. Незнание не мешает заместительскому восприятию.

Этот феномен пока не получил признанного официальной наукой объяснения. Это явление, однако, широко известно в

**неконвенциональной науке, практиках, сохранившихся в традиционных культурах (шаманской работе), эзотерике. Расстановщики доверяют данным заместительского восприятия, основываясь на огромном количестве сделанных расстановок и полученных подтверждениях о правильности транслируемых заместителями динамиках.**

**Источник, из которого заместители получают информацию о своих прототипах, получил название «поле». Его также называют «морфическое поле», «морфогенетическое поле», «знающее поле».**

**Доверие информации, чувствам и ощущениям, приходящим из поля посредством заместительского восприятия, является основным признаком метода системных расстановок, отличающим его от других методов, в которых используется расстановка элементов систем (таких, например, как психодрама, семейная скульптура Вирджинии Сатир, тест Геринга, песочная терапия).**

**После того, как заместители расставлены в пространстве, они могут двигаться с разрешения расстановщика и коротко описывать словами, что они чувствуют (подробнее см. Е. Веселаго "О заместительствовании"). Таким образом, в расстановке может быть достигнуто восприятие ситуации, выходящее далеко за пределы того, что рассказывает клиент или что он передает через невербальные (телесные) сигналы. В частности, можно увидеть взаимодействия членов семьи, о которых клиент не имеет информации или не может ее адекватно передать в силу своей вовлеченности в проблемную ситуацию. Это открывает терапевтические возможности, которые пока не доступны во многих других помогающих практиках.**

**Расстановщик, клиент и группа наблюдают взаимодействие заместителей. Феноменология, т.е. наблюдение, свободное от предположений и интерпретаций, является основой метода. Поэтому метод еще принято называть «системно-феноменологический подход».**

**Расстановщик взаимодействует с клиентом и заместителями, производя работу, направленную на то, чтобы полнее раскрыть в расстановке проявленную ситуацию и помочь клиенту достичь глубокого контакта с происходящим. Нередко проявленное в расстановке является достаточно тяжелым (именно поэтому у клиента ранее не было контакта с этим) и в методе расстановок разработан широкий арсенал подходов, помогающих клиенту ассимилировать этот опыт. Также расстановки располагают многообразными технологическими приемами, помогающими адекватно проявить историю, разворачивающуюся в расстановке**

**– в той степени, в какой она сейчас приходит из поля и в той степени, в какой она может быть сейчас воспринята клиентом, заместителями, группой и самим расстановщиком.**

**Расстановка обычно длится от 15-20 минут до часа-полутора. Некоторые виды расстановок длятся несколько секунд, некоторые - несколько часов.**

**В методе расстановок считается, что если клиент воспринял проявленную в расстановке историю (ушло ее отторжение или оно стало меньше), то ему больше нет необходимости воспроизводить опыт, заключенный в той ситуации, непосредственно в своей жизни. Таким образом, расстановки первоначально содержали предположение, что многие проблемные ситуации в жизни клиента связаны с теми историями в жизни членов его семьи, которые когда-либо были отвергнуты (не прожиты, не пережиты, не освоены). Именно эти первичные истории и проявляются в расстановке.**

**Системная совесть, переплетения и действие расстановки**

**Предположение (подтвержденное обширной расстановочной практикой) о том, что проблемный опыт в жизни клиента связан с тем, что ранее членами его семьи был отвергнут некоторый опыт похожего свойства, получило название «действие системной совести». В расстановках считается, что все члены семьи связаны единым полем, в котором содержится вся информация обо всем, что с ними когда-либо происходило. Если какой-либо член семьи (и его жизненный опыт) исключается, отвергается другими членами семьи, то позднее в семье рождается кто-то, кто этот опыт вернет в семью, проживая его снова в своей жизни. Системная совесть, таким образом, слепа и «несправедлива» (в обычном понимании справедливости), т.к. «ни в чем не виноватый» человек страдает «просто» потому, что ранее кто-то жил так же и его жизненный опыт был отторгнут семьей. [2]**

**Примеры таких повторов иногда действительно выглядят страшными и несправедливыми. Например, первый ребенок бабушки умер сразу после рождения. Бабушка никогда о нем не упоминала, и пережить связанное с потерей первенца страдание не было возможности – времена были таковы, что семья была занята выживанием. Обе ее дочери также теряют своих первых детей. А у внучки первый ребенок критически болен, когда она обращается с запросом об этом на расстановку.**

**В расстановке первичная ситуация (потеря детей бабушкой, матерью и тетей) выходит на свет. Глубокое горе бабушки, прочувствованное ее заместителем, группой, клиентом и расстановщиком, находит принятие и через это как бы**

**завершается спустя десятилетия. Ребенок клиентки выздоравливает и повторяющиеся в поколениях потери детей прекращаются.**

**В некоторых случаях не наблюдаются такие явные повторы на уровне фактов, ситуация может быть более «смазанной». Например, клиент чувствует, что у него «ни на что нет сил», а расстановка показывает две фигуры – одна, видимо, умершая, и один, кто не смог ее полностью оплакать. Выявить, кто конкретно эти фигуры в семье клиента, не удастся. Тем не менее, клиент чувствует глубокую связь с этими фигурами, а после расстановки у него через некоторое прибавляется сил и энергии к жизни.**

**Такая взаимосвязь человека с ранее жившими людьми из его семейной системы называется переплетение. В расстановке происходит разрешение переплетения. Разрешение переплетения иначе называется восстановление видимости системного события.**

**Основные причины отвержения опыта и возникновения переплетений:**

**1) «слишком больно». То, что произошло, настолько больно, что люди уходят от осознания и проживания этого опыта. Это потери, болезни, разрывы отношений. Также это могут быть события масштаба страны и народа: геноцид, война, раскулачивание, репрессии.**

**2) «ты не наш». Человек, который так живет, не наш, у нас это не принято и мы отвергаем такую жизнь. Здесь может и не быть боли непосредственно от происходящего, а человек и его жизнь отвергаются по социально-обусловленным соображениям. Например, «у нас в семье все нормальные», а мужчина, живущий в однополых отношениях, больше нам не сын. «Женщина должна иметь семью и детей», и девушка, выбравшая жизнь без детей, посвятившая себя, например, карьере или творчеству, находится в положении «белой вороны».**

**Здесь необходимо особо отметить, что расстановки не имеют никакого отношения к морали, греху, возмездию за несправедные поступки. Например, ситуация, «мама сделала пять аборт, и поэтому у тебя нет сил жить» - это неверное описание происходящего в расстановке. «Нет сил жить» не является «возмездием за грехи матери». Возможно, матери было настолько тяжело, что она не смогла найти силы на рождение и воспитание детей. Это бессилие не было прожито ею, и дочь вошла в переплетение с нею, проживая этот опыт снова. В другой ситуации мать «не брала в голову» свои аборты, они не были связаны с чем-то тяжелым для нее, и переплетение не возникло.**

**Расстановки, как феноменологический метод, не имеют предположений о причинно-следственных связях и не имеют осуждения в отношении чего-либо. Они проявляют непроявленное, каким бы оно ни было, и помогают восстановить с этим контакт клиента.**

**Время, которое требуется на то, чтобы расстановка подействовала (переплетение разрешилось) может быть различным. Иногда это несколько минут (прямо в расстановке), иногда несколько дней, недель или месяцев. Бывает, что расстановка действует несколько лет, в течение которых распадается несколько переплетений, а человек организует свою жизнь уже на новом месте в своей системе.**

**Расстановка, однако, не является «услугой населению», в которой возможны гарантии решения. Первичная история может выйти на свет в расстановке в значительной степени, а может не выйти или выйти очень ограниченно. Это зависит от готовности клиента и его мужества смотреть на скрытое, от готовности группы, способностей заместителей транслировать и отображать сложные истории, квалификации и личной зрелости расстановщика. В свою очередь, проявленная история может быть вторично отвергнута клиентом или у него может не хватить сил на нее смотреть (а расстановщик и группа не смогут оказать ему достаточную поддержку в этом). И, поскольку в расстановках мы обращаемся к третьей силе – полю, мы предполагаем, что у этого источника есть также и свои законы, и оно может не дать информацию по не известным нам причинам.**

### ***Порядки любви и классическая семейная система***

**В процессе накопления опыта наблюдения за расстановками, Берт Хеллингер сформулировал несколько закономерностей, которые описывают встречающиеся в расстановках ситуации. Он назвал эти закономерности Порядки Любви.**

**Первый порядок, или Закон Принадлежности. Всякий, кто принадлежит к семейной системе, имеет равное право на принадлежность. Это означает, что независимо от того, как человек прожил свою жизнь (или даже если он не успел ее прожить – рано умер или не родился в срок), он принадлежит к системе наравне со всеми и не может быть забыт или исключен. «Никто не исключен» - формулирует этот закон Берт Хеллингер.**

**Если этот закон нарушается и некоторый опыт или человек отвергается, то позднее появится кто-либо, кто снова включит этот опыт в систему. Таково действие системной совести, так создается переплетение.**

**На опыте многочисленных расстановок Берт Хеллингер сформулировал определение семейной системы, описав, кто принадлежит к ней (и, значит, кто не может быть исключен без последствий в виде возникновения переплетения). В настоящее время к этому перечню возникает очень много вопросов, ответы на которые могут быть даны только в контексте феноменологического подхода. Другими словами, если возникает вопрос «а принадлежит ли к системе .....», то ответ на этот вопрос всегда один: «надо расставить [эту конкретную систему] и посмотреть».**

**Итак согласно Берту Хеллингеру, к семейной системе человека относятся:**

**1) Его родители. В данном случае имеются в виду его биологические родители. Если человек не знает своих биологических родителей, или они уже умерли, они все равно относятся к его семейной системе.**

**В данном случае фраза «они относятся к его семейной системе» означает «в расстановках неоднократно наблюдались случаи, когда человек находился с ними в переплетении». Это не значит, что переплетение возникает всегда. В конкретной ситуации надо расставить и посмотреть.**

**Только такой ответ может быть дан на вопросы об экстракорпоральном оплодотворении (ЭКО), суррогатном материнстве, спермодонорстве и других технологиях зачатия и родительства.**

**Не имеет никакого значения, как долго человек был со своими родителями или как они с ним обращались или кого он называл «настоящими» родителями. Систему образует факт физического рождения, а не знания об этом или оценка этого.**

**То, что в расстановках может быть проявлена взаимосвязь с людьми, которые уже умерли или о которых нет никакой информации, выводит расстановочную практику за границы сознания и далее, за границы мира живых. «Расстановки – это шаманская работа, открывающая границы мира мертвых» - говорит Штефан Хаузнер, один из ведущих расстановщиков мира.**

**2) Его братья и сестры. Родные и неполнородные, живые и мертвые, известные и не известные, рожденные и не рожденные по разным причинам (аборты, выкидыши, замершая беременность, редукция, консервация эмбрионов и др.). На все конкретные вопросы о необычных ситуациях ответ: надо расставить и посмотреть.**

- 3) Его дети. Также: живые и мертвые, рожденные и не рожденные, известные и не известные (для мужчин).**
- 4) Его партнеры, супруги, возлюбленные. Случайные связи, платонические связи, длительные связи, счастливые и не счастливые, реальные и виртуальные – все эти партнеры могут быть членами системы человека, и в конкретных ситуациях надо расставить и посмотреть.**
- 5) Его дяди и тети (братья и сестры родителей). Родные и неполнородные, живые и мертвые, известные и не известные, рожденные и нерожденные. В расстановках замечено, что переплетение с дядями и тетями по каким-то причинам встречается довольно часто.**
- 6) Его бабушки и дедушки. Живые и уже умершие, известные и не известные. Переплетение через поколение назад также встречается довольно часто.**
- 7) Братья и сестры бабушек и дедушек, прабабушки и прадедушки, более дальние предки. Живые и уже умершие, не зависимо от того, какая информация о них известна и известно ли вообще о факте их существования. Берт Хеллингер говорит, что дальние предки принадлежат к семейной системе, если у них была особая или тяжелая судьба. Невозможно описать точно, какую судьбу можно называть особой, а какую нет. Это может быть болезнь или особенно мучительная смерть, инвалидность, потеря имущества, участие в военных действиях. С другой стороны, то, что мы сейчас считаем особенно мучительным, в прежние времена было в порядке вещей и люди не отрицали такой опыт. Например, голод, потеря детей во младенчестве, землетрясения (в определенной местности) были повседневным обычным опытом, и не образовывали переплетение. В конкретных ситуациях: надо расставить и посмотреть.**
- 8) И другие люди, связанные с членами семейной системы отношениями масштаба жизни и смерти. Что это за отношения? Это отношения лишения жизни и спасения жизни, предоставления значимых ресурсов и лишения их. Расстановки не связаны с моралью, и системные взаимосвязи в равной степени образуют такие события, как убийство члена семьи или когда член семьи совершил убийство, ограбление или воровство, совершенное как членом семьи, так и то, от которого член семьи пострадал, спасение жизни, помощь, совершенная членами семьи или в их адрес. Создают ли семейные взаимосвязи убийства, совершенные на войне или спасение жизни, совершенное врачом, а также многие другие вопросы получают ответ только на практике: надо расставить и посмотреть.**

**Таким образом, понятие семейной системы выходит за рамки кровного родства или сексуальных связей. Связь создают отношения масштаба жизни и смерти, в том числе отношения любви.**

**Определение семейной системы не является «теоретическим», это просто описание многочисленных расстановочных наблюдений. Время от времени эти наблюдения расширяются, определение меняется. Переплетение нельзя вычислить из этого определения, надо расставить и посмотреть.**

**Итак, Первый Порядок или Закон принадлежности: все, кто принадлежит к семейной системе, имеет равное право принадлежать, не зависимо от того, какой была его жизнь и какое отношение к его/ее жизни было у окружающих людей.**

**Второй порядок или Закон иерархии. Тот, кто пришел в систему раньше (по времени), имеет приоритет перед теми, кто пришел в систему позже. Старшие братья и сестры имеют приоритет перед младшими, первые супруги – перед последующими, родители – перед детьми.**

**Эта формулировка может вызывать много вопросов, если оценивать приоритет как «больше прав» или смотреть на вклад каждого. Например, если старший брат уехал и порвал отношения с родителями, а младший ухаживал за ними в старости, то почему «приоритет» у старшего брата? Если первая жена в коротком студенческом браке «плохо относилась» к своему мужу, то почему она имеет приоритет перед второй женой, с которой супруг счастливо живет уже 25 лет? Почему родители имеют приоритет, если они жестоко обращались с сыном?**

**В данном случае слово «приоритет» не несет оценки. Это просто способ называния места каждого члена семьи, обеспечивающий то, что никто не исключен, вне зависимости от оценки их жизни. Первый брат родился и второй брат пришел в семью, где уже был один сын. Первая жена была, потом она ушла и освободила место второй. Это место – другое, место второй жены. Родители были раньше, они дали жизнь детям. Дети пришли позже.**

**У всех есть место, никто не исключен.**

**Только из практики можно увидеть приоритет в таких сложных случаях, как параллельные и одновременные связи, разрывы и возвращения к прежним супругам, рождение детей от разных партнеров.**



**Третий порядок, Закон баланса между брать и давать. Если один член системы что-то дает другому члену системы, это должно быть уравновешено. При этом: родители дают [жизнь], а дети берут. Жизнь не может быть уравновешена обратным даром и может быть только передана дальше.**

**К этому Порядку также возникает много вопросов. Если муж оплатил образование жены, а жена «просто» любит его и заботится, является ли это уравновешенным даром или нет? Являются ли значимыми отношения с учителями и можно ли уравновесить полученные от них дары или они должны просто передаваться дальше?**

**Как и с другими порядками, действие этого порядка можно только увидеть на практике (в расстановке) и сейчас принято трактовать его в широком смысле: вклад каждого должен получить уважение и результаты этого вклада должны быть переданы дальше. Все должно находиться в движении, основанном на уважении к каждому его участнику в равной степени.**

**Таким образом, этот Порядок также является способом реализации Первого Порядка: никто не исключен.**

.

**\*\*\***

**Заместительское восприятие, открытое Бертом Хеллингером и введенное им в обращение через метод системных расстановок, является инструментом, который может быть использован в различных областях. Помогающие практики и исследовательские процессы, основанные на феномене заместительского восприятия, активно развиваются в самых разных сферах. В качестве примера можно привести т.н. «сценарные расстановки», когда с помощью расстановки создается и корректируется сценарий фильма или спектакля, чтобы достичь большей жизненности и динамичности. Через расстановку моделируются научные эксперименты, планируются проекты и мероприятия, осуществляется подготовка спортивных команд, решаются задачи экологии и охраны окружающей среды, и многое другое.**

**«Расстановки служат жизни» - говорит Берт Хеллингер.**

**[1] Берт Хеллингер говорит ( в частности, на пресс-конференции в Киеве в феврале 2010 года), что не является автором метода.**

**Основные идеи метода были известны ранее в других помогающих практиках (в т.ч.в психотерапии) , а открытие заместительского восприятия на личном опыте произошло у Берта Хеллингера случайно.**

**[2] Подробнее см. статью Берта Хеллингера «Три виды совести»**

**[3] Подробнее см. Е. Веселаго «О сложностях бизнес-расстановок»**

**[4] Подробнее см. Е. Веселаго «Системные расстановок по Берту Хеллингеру: история, философия, технологии»**