

СЛУЧАЙ С ДРАЧЛИВОСТЬЮ МАЛЬЧИКА

Э.БУРЧАГАНОВ*

За консультацией обратилась Мария, мать двоих сыновей, десяти и трех лет, в связи с драчливостью старшего, как она сообщила по телефону. На прием пришли втроем: отец, мать и драчун. Первоначально они обратились за психологической помощью к школьному психологу, которая уже занималась мальчиком, но поняла, что дело не в нем, а в его семье.

Работа в рамках этого случая длилась полгода и состояла из восьми сессий, первые три и последние две – для всей семьи, промежуточные три – индивидуальные, для супругов, которые, впрочем, посетила только мать (отец два раза ехал, но не доехал, оба раза, по его словам, застревал в “пробках”).

К моменту появления у меня в кабинете, Мария с сыновьями жила у своей матери, а ее муж с любовницей – на съемной квартире. Жить порознь они стали примерно за полгода до обращения за консультацией.

Ко мне Марию направила психолог школы, в которой учится мальчик, поскольку желание Марии проконсультироваться у нее вместе с супругом было ограничено условием, выдвинутым со стороны отца ребенка, – он готов был к совместной консультации только в случае, если психологом будет мужчина. По ее словам, в эту школу мальчика перевели из другой, и все по той же причине – из-за драчливости. И вот, спустя два месяца, тема драчливости возникла снова, в новой школе, в новом классе. Тут я и узнал от школьного психолога, что, как ей кажется, Мария хотела бы вернуть супруга в семью. Однако все оказалось гораздо сложнее.

На первом приеме выяснилось, что супругов волнует не только драчливость ребенка, но и проблема совместного воспитания детей в состоянии развода. Тему развода поднял отец.

Поскольку первоначальный запрос – помощь мальчику – изменился на помощь родителям в совместном воспитании детей в состоянии развода, на вторую сессию я пригласил только супругов. Примерно ко второй встрече тема драчливости была исчерпана в школьном варианте, однако на последующих консультациях представлялась Марией как единственный вариант привлечения отца в семью: “Если ты не уделяешь нам внимания, я срываюсь на Васе, и он начинает плохо вести себя в школе. Неужели тебе не жалко сы-

* Бурчаганов Эдуард Сабирович – практикующий семейный психолог-консультант.

на? До чего ты его доводишь?”. Таким образом, уже сам факт появления отца на консультации вместе с матерью снимал функцию, наложенную на мальчика потерпевшей крах семейной системой: драчливости “для отца”. Как потом выяснилось из разговора со школьным психологом, парень действительно перестал драться, фактически после первой консультации. Кроме того, самому мальчику на консультации было приятно услышать, что отец им интересуется и более того – переживает, когда нет возможности с ним встретиться.

Второй запрос родителей был неоднозначен. С одной стороны, они хотели совместно воспитывать детей и даже жить вместе, в одной квартире с бабушкой и детьми, с другой – не только жить в разных комнатах, но и не быть супругами. Впрочем, они и называли себя друзьями. Несмотря на конфликты, отец продолжал содержать никогда не работавшую законную супругу, ее мать, двоих детей и любовницу. Суть окончательного контракта с этой парой составлял вопрос, как им продолжать совместно воспитывать детей, не перенося на них свои супружеские разногласия.

Со второй сессии, когда речь пошла об уточнении их запроса, стало понятно, что супруги терпят серьезные трудности в определении своих психологических границ. К примеру, они никак не могли решить, сколько человек включает их семья: четверых (отец, мать и двое детей) или также четверых, но в другом составе (мать, дети и их бабушка), или пятерых (нуклеарная семья плюс бабушка) или даже восьмерых (предыдущий вариант плюс старшая сестра с двумя детьми). Фактически только к восьмой, то есть последней сессии они смогли определиться в том, что семья для них – это все-таки нуклеарная семья: мать, отец и дети, без сестры и бабушки со стороны жены.

Несколько слов – о бабушке. В начале работы с семьей выяснилось, что тема бабушки – матери Марии – никак не звучит на консультациях, в то время как, со слов школьного психолога, бабушка принимала весьма активное участие в воспитании своего воинственного внука. Тема участия бабушки в жизни семьи возникла лишь на шестой сессии – индивидуальной, для Марии. Темой бабушки и закончилось мое общение с этой семьей. Примерно через месяц после восьмой сессии она позвонила мне и сказала: “После ваших консультаций моя дочь страшно изменилась. Мы жили душа в душу, а теперь ни один разговор не обходится без конфликта. Что мне теперь делать?”. Пощувствовав старому человеку, я понял, что случай можно считать завершённым.

Здесь уместно остановиться на тех критериях эффективности семейной психотерапии, которыми я руководствуюсь. Один из них – получила ли клиентская семья результат, оговоренный в контракте? Другой – завершение незавершенного перехода от одной стадии жизни семьи к другой. Еще один важный критерий – стали ли все члены клиентской семьи более функциональными, то есть более адаптивными, приспособленными к решению задач, которые

ставит перед ними жизнь в данный момент? Причем для меня важно, чтобы именно все члены семьи стали более функциональны.

Рассмотрим этот последний критерий применительно к данному случаю. Вася перестал драться, а супруги начали (по крайней мере, в моем кабинете и примерно к седьмой-восьмой сессиям) договариваться о том, кто и когда уделяет внимание детям. Начался процесс осознанной сепарации Марии от ее мамы; дети перестали быть основным средством влияния Марии на супруга; старший стал лучше учиться в школе; сама Мария стала более самостоятельна в своих действиях и намерениях (после десятилетнего перерыва она пошла на учебные курсы, с тем, чтобы затем устроиться на работу). Супруг, взамен прежнего предьявления своих переживаний в форме алкоголизации, начал говорить о чувствах, оставил любовницу и стал больше заниматься детьми. Семья “спасателей” в целом переключилась с идеи спасения и помощи другим (сестре жены и пр.) на спасение собственных детей и помощь друг другу.

Ну, а теперь нельзя не вернуться вновь к самому старому члену этой семьи, к бабушке Вале, человеку творческому, художнику. Представим себе ее состояние. Родила она младшую свою дочку, Марию, вопреки воле мужа и ее собственной матери, да и ждала она не девочку, а мальчика, поддержку и опору в сложной семейной жизни. К моменту рождения Марии в ее семье сложились две коалиции: одна – отец, старшая дочь и теща, другая – мать и младшая, Мария. Иными словами, младшенькая стала объектом, на котором сконцентрировался поток семейных проекций, о чем ей неустанно напоминали: она всегда была во всем виновата, всегда должна была оправдывать собственное существование. Брак просуществовал до смерти тещи, после чего отец окончательно “ушел” в алкоголизм. Таким образом, изменения в отношениях с дочерью поставили бабушку Валю перед необходимостью переосмыслить последние 28 лет собственной жизни...

Груз семейных проекций был темой шестой сессии, целиком посвященной генограмме Марии, составляя которую, она постепенно начинала понимать, что, оставаясь почти три десятка лет хорошей дочерью и заботливой сестрой, она, в конце концов, оказалась без мужа и с кучей собственных проблем. Идея М.Боуэна, согласно которой в тех случаях, когда сепарация по вертикали генограммы вовремя не наступает, то неизбежно осуществится по горизонтали, осознанная на основе анализа событий в собственной семье, была для нее настоящим шоком. Два раза она мне звонила с просьбой о дополнительной индивидуальной консультации. Как я считаю, это был переломный момент в работе, поскольку время, отведенное на индивидуальные консультации, закончилось, и, в соответствии с терапевтическим контрактом, наступило время консультировать пару – отца и мать. Честно признаться, мне сложно было отказать Марии в дополнительной консультации, настаивать на соблюдении контракта казалось бессмыслицей: очень хотелось помочь человеку. Однако интересы системы – семьи как целостности – не всегда совпадают с интере-

сами отдельных ее членов. Самый факт, что на консультацию приглашается пара, сообщает им, что мне важна их семья, а не каждый в отдельности. Кроме того, одной из моих задач было – помочь родителям в распределении власти и ролей. Наметившийся перелом дал о себе знать следующим образом: Мария, получив твердый отказ в индивидуальной консультации, предприняла попытку сама напрямую связаться с мужем на предмет того, что ей необходима консультация, а ее одну я не принимаю, отказываю в поддержке. На мой взгляд, очень важно, что следующие встречи – две последние – происходили по инициативе мужа. Иначе говоря, если сначала инициативу в отношении консультаций проявляла только Мария, то потом – они вместе, причем от имени семьи выступал отец. Фактически семейный психотерапевт своим поведением и задает тон тому, как семья воспринимает себя и в каком направлении в ней должны произойти изменения.

На седьмой сессии, на которую супруги пришли вместе, я считал своей задачей обратить внимание пары на то, что их эмоциональный развод во многом был предопределен их генограммой. С большим удивлением они обнаружили, что семьи как таковой у них и не было: Мария внутренне не отделилась от своей матери, продолжая пребывать с ней в “эмоциональном браке”. В свою очередь, супруг женился не на самой Марии, а на Марии с ее мамой. Он и сам воспитывался в семье без отца, в основном бабушкой. Мама Тоня, или, как ее называли, “железный Феликс”, зарабатывала деньги, выступая, условно говоря, в качестве “мужа” собственной матери и функционального “отца” ренка. А ее мать, Даша, была не столько бабушкой внуку, сколько мамой.

стоянии развода родителей актуально складывалось из двух составляющих. Во-первых, благодаря тому, что я разговаривал с ними как с парой, они могли получить поддержку друг от друга, а не от меня. Во-вторых, исследуя свое семейное наследие, они учились видеть, как оно влияет на их актуальное общение в моем кабинете, а отсюда начинали понимать и то, как оно может отражаться на возможных вариантах воспитания детей.

Конечно, до сих пор остались вопросы, на которые мне хотелось бы получить ответ. Например, интересно, в какой степени родители готовы действовать как система по отношению к *обоим* детям? Они приобрели опыт, как действовать совместно, находясь в острой стрессовой ситуации, но насколько супруги готовы воплотить этот опыт и в повседневной жизни? Ведь со стороны отца был проявлен интерес к воспитанию именно старшего мальчика, идентифицированного пациента, а не обоих детей. Не растащат ли родители своих сыновей по коалициям: отец-старший сын / мать-младший? Мы знаем, что и у отца, и, особенно, у матери есть многолетний опыт пребывания в коалициях в родительской семье.

Средства поддержания собственной нейтральности в работе

Меня всегда мучает вопрос, как избежать “влипания” в клиентский случай – как не думать о клиентах после сессии, как избежать контрпереноса в работе, ведь все это не лучшим образом действует как на меня в качестве терапевта, так и на клиентов.

На мой взгляд, нейтральность – это навык, позволяющий одновременно быть “здесь и сейчас” в кабинете с клиентами и в то же время оставаться способным осуществлять рефлекссию происходящего, предпринимать соответствующие действия, адекватно реагировать и нести ответственность за организацию процесса консультирования.

Надо заметить, что сама идея нейтральности в психотерапии – реагировать не в соответствии с тем, как вообще привык в жизни (особенно в семейной), а так, как этого требуют случай и профессиональная этика, – довольно сложна в исполнении, ведь все мы люди и преодолеть собственную субъективность не всегда легко. Мне, например, очень хотелось вернуть мужа в семью – я видел, как переживали мать и идентифицированный пациент... В то же время я понимал, насколько значимы эти люди для самого мужа и как ему самому тяжело. То есть мне хотелось “спасти” их от трудностей, иначе говоря, сделать то, что отчасти их и привело к подобному состоянию: ведь они – типичные спасатели, и видят в этом важную составляющую собственной жизни – он спасает ее от матери, она спасает его от алкоголизма, а в перерывах – сестру, ее детей, мать, и, если время позволяет, то и своих детей.

Поскольку и мне желание помочь и спасти не чуждо, хочу поделиться тем, как все-таки удалось (до некоторой степени) соблюсти нейтральность и ос-

таться в рамках запроса клиентов, воздержавшись от доброго порыва “научить их правильно жить”.

Нейтральность, по моему мнению, складывается из нескольких составляющих.

1. Техника. Хорошо работают так называемые “круговые вопросы” членам семьи, позволяющие избежать привнесения собственного опыта терапевта в процесс консультирования. В рассматриваемом случае они помогли обратить внимание отца и матери на то, что им часто достаточно трудно отделить мнение каждого от другого: они стремились говорить друг за друга, заканчивать мысль другого, и мне стоило немалых усилий помочь каждому из них *говорить за себя*. Фактически если есть определенная техника работы, то есть и сфера приложения усилий терапевта на консультации, что помогает лучше осознавать сущность проделанной работы.

Другой технический прием – дать возможность высказаться каждому – имел в моей работе с этой семьей особо важное значение, поскольку обычно дома у клиентов было принято одновременное общение всех со всеми, что они называли “итальянской семьей”. Фактически на консультации я обучал их *слушать друг друга*, не перебивая, что было для них непросто, и что позволило в конце концов обозначить тему *границ*, как личностных, так и семейных. Затем эта тема, будучи объективированной, стала одной из основных, структурирующих их общение на последних консультациях, когда оба – отец и мать – осознали необходимость четких представлений о том, где их нуклеарная семья, а где расширенная, где границы их полномочий в воспитании детей как родителей и где их личные интересы. Словом, дать каждому высказаться, не позволяя другим членам семьи перебивать говорящего – довольно полезная техника, приносящая не только тактические, но и стратегические успехи.

2. Принципы работы. Речь, прежде всего, о главнейшем принципе: клиентом является не какой-либо один член семьи, например идентифицированный пациент или тот, кто договаривался о консультации, а *семья как целостность* (нуклеарная, супружеская или неполная). Далее работа идет не только с “семьей-клиентом” как с системой, но и с расширенной семьей. Таким образом, в фокусе внимания оказывается социальная система, в которую включены и члены клиентской семьи. С одной стороны, подобный подход упрощает работу, поскольку она ведется не с реальными людьми, а с объектом – системой, которую представляют реальные люди, посетившие мой кабинет (этот принцип находит отражение в использовании генограммы). С другой, – оказывать психологическую помощь этим людям не “напрямую”, а посредством помощи объекту – системе, в рамках которой протекает их совместная жизнь, довольно необычное занятие, требующее так называемого “системного мышления”. Здесь важно отдавать себе отчет, что именно семейная система руководит поведением человека в сфере семейной жизни, и чтобы работать с семьей, необходимо строго придерживаться того запроса, который разделяют

все члены семьи. Двигаться в процессе терапии, ориентируясь на такой групповой запрос, – это и означает работать с объектом. Например, в нашем случае переформулированным запросом со стороны родителей (после первого запроса – чтобы ребенок не дрался) стала просьба помочь им воспитывать детей в состоянии фактического развода.

Для понимания необходимости работать с системой как с объектом, во всей глубине этого требования, весьма полезным было личное участие в психотерапии в роли клиента с моей актуальной семьей.

3. Проработка личного опыта оказала на мою работу ощутимое влияние, хотя бы потому, что удовлетворить запрос клиента на психологическую помощь, как оказалось, легче, если на своем опыте знаешь, что это такое. В рассматриваемом случае я призывал свой клиентский опыт всякий раз, когда чувствовал, что вот-вот утрачу нейтральность, – начну кого-нибудь жалеть и давать советы. В такие моменты я напоминал себе, что роль терапевта должна оставаться стабильной и нейтральной, и что участие “третьего”, нейтрального, лица в разгребании внутрисемейных эмоциональных проблем – само по себе оказывает мощный терапевтический эффект. Когда мои клиенты – отец и мать – откровенно пытались друг друга оскорбить и унижить или переложить ответственность за воспитание детей друг на друга, я вспоминал себя в роли клиента, когда и сам жаловался терапевту на сидевшего рядом близкого человека и обнаруживал, насколько не чувствуя себя при этом ущемленным, что терапевт следует не моим, но интересам всех членов моей тогдашней актуальной семьи. Этот опыт, но уже в роли терапевта, я применял к своим клиентам, пытаюсь создать для них ту обстановку внутреннего комфорта, в которой когда-то нуждался сам, – когда каждый член семьи может жаловаться на других без страха оказаться отверженным, а терапевт ведет процесс общения, не теряя нейтральности. Вообще, в ситуации, когда желание защитить верную жену, “жертву”, брошенную мужем на произвол судьбы с двумя детьми, сменяется другим – во всем потакать клиентке, которая иногда вела себя, как моя мама, особенно если эти желания меняются с частотой в несколько секунд, лучший ориентир, конечно, – профессиональные знания и навыки, но и, как уже было сказано, проработанный собственный семейный опыт.

Мне самому как семейному терапевту этот случай был весьма полезен. В этой семье велась постоянная борьба за власть, что сопровождалось постоянным нарушением границ подсистем семьи, нарушением личностных границ членов семьи и даже, что немаловажно, – попытками нарушения и моих границ. Не получи я опыта установления границ в своей актуальной семье, мне было бы очень трудно отстаивать собственные границы как терапевта. Более всего это касается, конечно, эмоциональных границ, поскольку почти невозможно эмоционально сопереживать членам семьи, не образуя при этом эмоциональной коалиции с кем-либо из них. Можно полагать, что семейный психотерапевт, не позволяя клиентам нарушать его собственные границы,

фактически “тренирует” их, передавая им навык общения, который клиенты затем применяют по отношению друг к другу.

Мне кажется здесь уместной аналогия с матерью младенца – чтобы у ребенка сформировалось базисное доверие к миру, очень важно, чтобы мать принимала его с любовью, несмотря на то, что он писает на стол и при кормлении кусает ее грудь. Так и в терапии семьи – мне, в роли “родителя, купленного на час”, важно создать клиентам обстановку стабильности и безопасности – то есть сохранять рабочие отношения с ними, несмотря на постоянные попытки с их стороны повлиять на мою позицию, сломать мои границы, обесценить сам процесс терапии. Поэтому то, насколько мне самому удалось сохранить собственную позицию, не растворившись в клиентской семье, вносит вклад в успех терапии семьи в целом.

4. *Теоретические предпосылки.* Хороший пример здесь – теория М.Боуэна, опираясь на которую, можно систематизировать процессы, происходящие в семьях. Так, например, возрастающая тревожность в паре “отец-мать” обычно, по Боуэну, ослабляется при помощи четырех способов, спонтанно стабилизирующих их семейную жизнь: а) периодических вспышек конфликта, сменяющих время относительного затишья в отношениях; б) соматической болезни одного из супругов; в) проекции на ребенка собственных проблем и г) изменению эмоциональной дистанции между супругами. В рассмотренном нами случае супруги уменьшали межличностную напряженность, увеличивая разделяющую их дистанцию. Они все меньше общались друг с другом, каждый по-своему подавляя переживаемый дискомфорт: он – посредством спиртного, сверхвовлеченности в работу, она – с головой уходя в дела своих детей, сестры, племянников, матери. Приведенную выше систематизацию я использовал как способ объяснить клиентам, что их модель поведения по отношению друг к другу обусловлена не столько их характерологическими и личностными особенностями, сколько опытом жизни в родительских семьях. Когда они осознали, что бессознательно воспроизводят друг с другом паттерны поведения и отношений, впитанные дома “с молоком матери”, степень тревожности, взаимного обвинения друг друга заметно пошла на спад. Таким образом, осознание истории жизни, как своей собственной семьи, так и семей родителей, позволило снизить остроту семейной ситуации и помочь супругам взглянуть на свои отношения по-новому, совместно задаться реальным вопросом: “Как мы можем помочь друг другу и нашим детям?”

Те же теоретические предпосылки позволили мне определить как позитивный результат работы произошедшие изменения в функционировании супругов и детей. Например, зависимость от собственной матери у мамы “драчуна” – Марии – ослабла и, в соответствии с задачами, перед ней стоящими (жить без мужа-кормильца, а значит, перестать быть столь зависимой от его финансов), она стала учиться на курсах и подыскивать себе место работы. Наряду с этим, существует и другой вариант сепарации взрослой дочери от

матери – она могла бы все свое внимание направить не на решение актуальных жизненных задач, а обрушить его на детей, что почти наверняка вызвало бы у них еще большую дисфункцию, сравнительно с отмечавшейся до обращения за психологической помощью.

Все это в наглядном виде позволяет отследить генограмма (рис. 2).

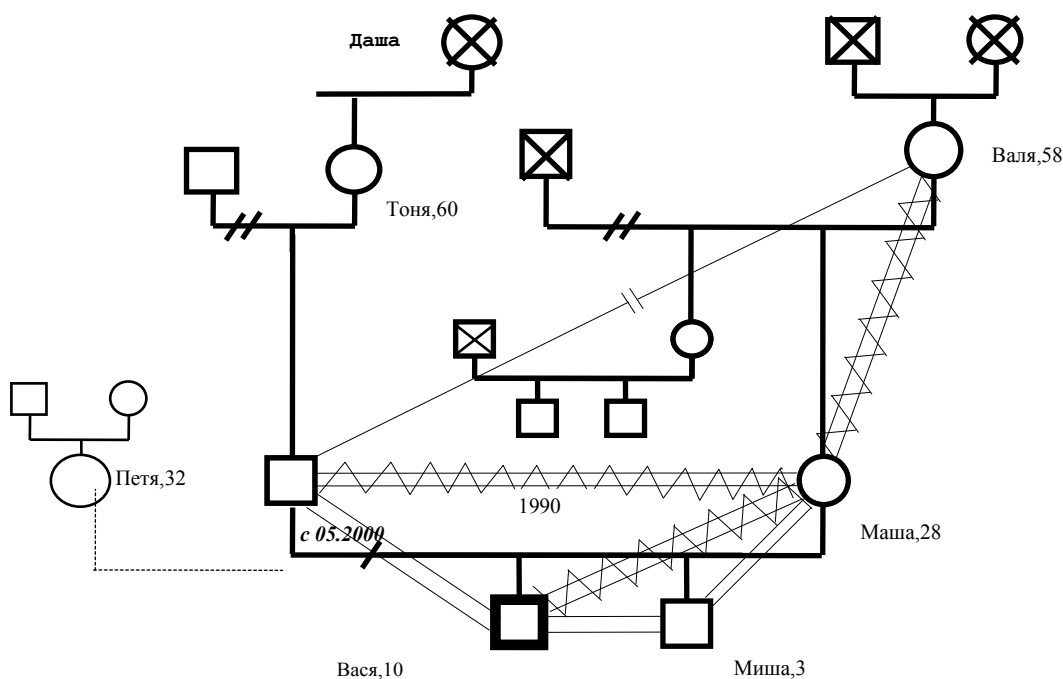


Рис.2. На последней сессии

5. *Супервизия.* В заключение отмечу важность супервизии данного случая со стороны коллег, поскольку без нее мне вряд ли удалось бы отделаться от контрпереноса и его последствий. Так, обсуждение, состоявшееся накануне седьмой сессии, помогло мне понять, что прием супругов, вне контракта, поодиночке, явился бы (именно в тот момент) вкладом терапевта в их развод. В самом начале работы с супругами я едва удерживался от желания их снова “поженить”, что, как нетрудно понять, было противоположно их запросу.

Мне кажется, мои клиенты – члены нуклеарной семьи – стали более адаптированы к жизни в нашем современном, увы, все еще и кризисном, и нестабильном, как его называют, обществе, – более функциональны и ответственные. Вот только бабушку очень жалко... Но это новая тема.