

РАБОТА В СООБЩЕСТВАХ: НАРРАТИВНЫЙ ПОДХОД

М. и Ш. УАЙТ, Д. ДЕНБОРО

Данная статья составлена Д.А.Кутузовой, с разрешения и при поддержке авторов, по материалам работ Майкла Уайта, Шерил Уайт, Дэвида Денборо и других сотрудников и партнеров Далвич-центра (Аделаида, Австралия), работающих с сообществами. Ставится вопрос о том, что в некоторых случаях психологическое консультирование или психотерапия не являются адекватным способом разрешения психологических проблем. Многие люди, живущие в тесных сообществах, не считают возможным рассказывать о своих сложностях профессионалу или любому другому человеку, не входящему в сообщество. Так возникает необходимость разрабатывать подходы, ориентированные на работу с коллективом и сообществом. Подобная практика, по сравнению с индивидуальным или семейным консультированием и психотерапией, имеет свою специфику и ставит перед профессионалом иные вопросы. В статье рассматривается практика и перспективы нарративного подхода к работе с сообществами.*

1. Ценности и принципы работы с сообществами

Работа с сообществами получает все большее распространение в мире, в частности, многие университеты (наиболее известные из них – Manchester Metropolitan в Великобритании и Massey в Новой Зеландии) даже открывают отдельную специализацию: «Работа с сообществами» или «Психология сообществ».

Основными ценностями в работе с сообществами являются *справедливость, ответственность, бережное отношение к другому и общность*. Представления о *справедливости*, в частности – социальной спра-

* *Кутузова Дарья Андреевна* – канд. психол. наук, специалист в области нарративной терапии и работы в сообществах.

ведливости, лежат в основе многих прав человека, на которых, в свою очередь, и базируется вся работа с сообществами. Из них акцентируются:

- право на равномерное распределение ресурсов и их доступность;
- право жить в мире и быть свободными от притеснений;
- право на уважительное отношение;
- право самостоятельно определять свою жизнь.

Специалисты, занятые в этой области, работают преимущественно с теми, кто оказывается маргинализированным и, так или иначе, притесняемым социальной системой. Основным принципом работы с такими людьми и сообществом в целом являются «придание сил», поддержка и укрепление их способности влиять на собственную жизнь, активно и самостоятельно определять ее ход и общее направление. На первый план выходят вопросы ответственности, «субъектности», а также социального влияния, политической власти и законных прав. Специалисты по работе с сообществами руководствуются идеалом человеческого, инклюзивного общества, в котором признаются и уважаются различия между людьми, а злоупотребление властью и разные формы угнетения «слабых» считаются недопустимыми.

Ценности *ответственности и бережного отношения* определяют основные обязанности специалиста. В их число входят:

- обязанность заботиться о мире, в котором мы живем, и о людях, его населяющих;
- обязанность помогать людям вносить вклад в поддержание и развитие человечества и обретать чувство принадлежности как к обществу, так и к большему социальному целому;
- обязанность бережно относиться к человеческой жизни, времени и вещам;
- обязанность рассматривать явления в долгосрочной перспективе, в более широком контексте, не руководствуясь при этом соображениями непосредственной выгоды.

Это означает, что при подобной работе большое внимание уделяется эффективному привлечению и использованию ресурсов, существующих в самих этих сообществах, и организации командной работы. Цель – запуск долгосрочных системных процессов изменения, а не просто «залатывание дыр». Специалисты по работе с сообществами – в первую очередь, фасилитаторы. Они только создают стартовые условия для запуска процесса развития и всегда готовы учиться у представителей того сообщества, с которым работают. Не существует универсального метода, алгоритма работы с сообществами, но только некий базовый каркас; это всегда инновация, вызов изобретательности и творческим способностям человека. Особая

важность придается тому, чтобы в своей работе случайно не воспроизвели те формы практик и отношений, которые и порождают проблемы.

Ценность *общности* (community) отражает мечты, надежды и упования специалистов и волонтеров, выбравших для себя эту область деятельности:

- надежда на товарищество, дружеские отношения, любовь, принятие и терпимость;
- надежда на то, чтобы быть включенными в сообщество, и чтобы особенности каждого человека признавались и служили источником радости и силы;
- надежда на то, что отдельные слабости и промахи не затмят потенциал (как сообщества в целом, так и каждого его представителя), и что нас примут такими, какие мы есть.

Специалисты по работе с сообществами стремятся укрепить у тех, с кем работают, чувство общности, принадлежности к большему целому и добровольно взятое на себя обязательство заботиться о благе других людей. Они признают разнообразие и ценят особенности каждого, связанные, в частности, с их принадлежностью к той или иной расе, культуре, социально-экономическому классу, возрасту, полу, сексуальной ориентации, или с состоянием здоровья, которое может ограничивать их возможности. Специалисты противостоят всяким проявлениям дискриминации и часто выступают посредниками в ситуации конфликта. Они берут на себя обязательство никогда не прекращать учиться, а также распространять знания и полезные умения, понимая, что, сколько бы ты ни знал, всегда остается пространство для развития. Профессионалы ответственно подходят к рефлексии и оценке собственной работы – в первую очередь теми, на благо кого они работают.

О с н о в н ы е п р и н ц и п ы работы с сообществами и ее приоритетные направления взаимно определяют друг друга.

Экологический подход признает важность исторического, культурного и ситуативного контекста жизни людей. В этот контекст могут включаться роли, которые в той или иной ситуации исполняют другие люди, физические аспекты окружающей среды, законодательство и политика по отношению к определенным вопросам или доминирующие в обществе дискурсы. Понимание влияния контекста часто ведет к разработке таких стратегий вмешательства, которые выходят за пределы индивидуальной работы. Экологический подход также помогает специалистам по работе с сообществами видеть различный масштаб возможных изменений.

Взгляд с системной точки зрения непосредственно вытекает из экологического подхода и позволяет осознать, что возникновение и существование социальных проблем, как правило, обусловлено множеством факторов разного уровня, – от индивидуального до глобального. Таким образом,

специалисты по работе с сообществами неизбежно заинтересованы в том, чтобы познакомиться с позицией и взглядами различных заинтересованных сторон, а также в том, чтобы понять и использовать различные формы власти и ее проявлений в разных точках социальной системы.

Признание различий. Специалисты по работе с сообществами способствуют тому, чтобы люди получали опыт самостоятельного осуществления изменений в рамках инклюзивно организованной деятельности. Устанавливая партнерские отношения с людьми из маргинализированных групп, специалисты по работе с сообществами исследуют природу их притеснения – исключение из социальной жизни, несправедливое обращение со стороны чиновников и разного рода профессионалов (юристов, педагогов, врачей) и т.п. В этой работе происходит трансляция ценности признания различий.

Важным принципом работы с сообществами является также внимание к *организации профилактических, превентивных мер*, а не только к исправлению уже нанесенного вреда. Эти профилактические меры могут осуществляться на разных уровнях, от создания ресурсов самопомощи до лоббирования определенных изменений в законодательстве. Специалисты по работе с сообществами запускают информационные, просветительские кампании, обучают тех, кто непосредственно работает в проблемных социальных сферах. Тем самым, они воздействуют на социальные практики в обществе в целом. Партнерство в отношении с маргинализированными группами основано на открытом принятии указанных выше ценностей и выражается в том, что деятельность специалистов по работе с сообществами является, по преимуществу, волонтерской или некоммерческой, то есть осуществляется на общественных началах или финансируется за счет грантов.

Социальные проблемы обусловлены множеством различных факторов, поэтому работа в сообществах носит *междисциплинарный характер*. Специалисты по работе с сообществами часто занимаются координацией действий других профессионалов, работающих со своим более узким кругом задач, – в целях достижения максимальной эффективности совместной деятельности. Умения и навыки самих членов сообщества, знание и глубокое понимание ими жизненного контекста, делают их равноправными *партнерами* специалистов, и везде, где только возможно, специалисты стремятся вовлекать их в работу, обеспечивая для этого все необходимые условия. В частности, это выражается в том, что при публикации отчетов о проделанной работе специалисты не приписывают авторство исключительно себе, но перечисляют ключевых партнеров – членов сообщества – в качестве соавторов.

Исследование и оценка осуществляемых программ и изменений – необходимый аспект работы, позволяющий выявить ее сильные и слабые места, и в соответствии с этим корректировать ее направление. Проведение таких исследований также служат основанием, позволяющим претендовать на финансовую поддержку проекта в различных фондах. Специалисты по работе с сообществами обладают необходимыми знаниями и навыками для планирования, проведения и обработки результатов как качественного, так и количественного исследования. Они помогают членам сообщества в разработке творческих методов исследования «на местах», в результате которых может быть получена ценная информация о проекте. Для этого в некоторых случаях членам сообщества оказывается дополнительная подготовка, которую также берут на себя специалисты.

2. Основы нарративного подхода к работе с сообществами

В любом сообществе, переживающем трудные времена, его представители всегда как-то откликаются на возникшие сложности. Основываясь на своих навыках и умениях, они предпринимают всевозможные доступные им действия, для того чтобы справиться с неблагоприятным воздействием проблем как на их собственную жизнь, так и на жизнь их близких. Эти инициативы чаще всего не распознаются и не признаются более широким сообществом, и сами по себе могут быть, и впрямь, недостаточными, чтобы преодолеть все, с чем сообщество сталкивается. Тем не менее, подобные инициативы – крайне значимы.

Когда мы помогаем членам сообщества распознать эти инициативы, богато и подробно их описать, так чтобы проявившиеся в них умения и знания стали видимыми, проследить историю развития этих умений, чтобы понятна стала их связь с местной культурой, – тогда эти инициативы укрепляются и открывают возможности для дальнейших действий.

Следующий шаг – найти аудиторию, которой можно будет представить рассказы об этих инициативах. Когда представители других сообществ, сталкивающихся с подобными проблемами, становятся свидетелями такого рода инициатив, и дают отклик на услышанные истории, когда налаживается коммуникация между двумя или более сообществами, преодолевающими однородные проблемы, тогда возникает чувство поддержки и солидарности. Те члены сообщества, которые уже предпринимают какие-то действия, могут получить при этом мощную поддержку, а другие – испытать вдохновение и тоже начать действовать. Практика создания письменных свидетельств имеющихся у сообщества знаний и навыков, их распространения и «прославления» в виде праздников и значи-

мых для сообщества церемоний может со временем обрести самостоятельную жизнь. (Denborough et al., 2006, с.20).

Роль практиков нарративного подхода в этом случае состоит в том, чтобы принять участие в создании таких условий, в которых инициативы, умения и знания сообщества будут наиболее полноценно описаны.

Сотрудники Далвич-центра в Аделаиде (Австралия), где работает один из основоположников нарративного подхода Майкл Уайт, периодически участвуют в подобных «заданиях» (assignments), поступающих от различных сообществ. Все их действия строятся на базовых принципах нарративного подхода и определяются его этикой и технологией. Некоторые практики нарративного подхода оказались в этих случаях особенно успешными и полезными. В частности, в Австралии представители нарративного подхода работали с сообществами людей, страдающих психическими заболеваниями («Speaking Out and Being Heard», 1995), ВИЧ/СПИДом («Living Positive Lives», 2000), а также с сообществами коренных жителей Австралии («Reclaiming Our Stories, Reclaiming Our Lives», 1995; «Linking Stories and Initiatives», 2006).

Основную задачу при работе на «заданиях» сотрудники Далвич-центра видят в создании безопасного и конструктивного контекста, благодаря которому члены сообщества могут обсудить и исследовать проблему маргинализации, тенденцию к обезличиванию и насилию со стороны социальной системы, с которой они постоянно сталкиваются, а также – последствия этих воздействий в разных областях своей жизни. Кроме того, предметом обсуждения становятся проблемы, не имеющие очевидных и готовых решений.

Сообщества обращались к представителям Далвич-центра сами, узнав, по слухам, как происходит работа в рамках нарративного подхода, и просили помочь им в борьбе с их проблемами. Так, например, сообщества австралийских аборигенов интуитивно чувствовали, что нарративный подход может хорошо войти в резонанс с принятой в их культуре устной традицией рассказывания историй, и что характерная для нарративного подхода структура работы с внешними свидетелями может быть особенно адекватна при проведении собрания сообщества.

Термин *задание* описывает позицию сотрудников Далвич-центра, границы их ответственности и правомерного вмешательства. Если говорить в терминах трудового соглашения, сообщество при этом выступает в качестве «Заказчика», а команда Далвич-центра – в качестве «Исполнителя». Как в любом проекте, ограниченном по времени, в работе с заданием сообщества можно выделить конкретные этапы, или стадии:

- 1) сбор необходимой информации и формирование партнерских отношений с представителями сообщества;

- 2) обобщение собранной информации и разработка примерного плана и программы проведения собрания в сообществе;
- 3) обсуждение плана и программы с представителями сообщества, внесение корректив;
- 4) окончательное планирование, обсуждение конкретных условий работы;
- 5) проведение собрания в сообществе (2-5 дней в месте, предложенном сообществом);
- 6) составление документа по итогам собрания;
- 7) отслеживание результатов.

На протяжении всего проекта «исполнители» постоянно консультируются у представителей сообщества.

На что НЕ ориентируются специалисты, практикующие нарративный подход, при работе с сообществами

Сотрудники Далвич-центра в своей работе с сообществами, как правило, не акцентируют «ориентацию на поиск решения» или «посредничество в ситуации конфликта», понимая, что такие стратегии и практики, являющиеся продуктом одного определенного культурно-исторического контекста, вовсе не обязательно могут оказаться пригодными для работы в другом сообществе, которое в данном случае является «заказчиком». Они не считают, что существуют некие универсальные карты и алгоритмы, задающие «путь исцеления» для любого сообщества, переживающего, например, горе в связи с утратой. Также они не опираются на представления о «человеческой ситуации», также считая их продуктом определенных философских течений, доминирующих в современной западной культуре. Не ориентируются они и на идеи о том, что общество представляет собой «систему», и выводимые из этой идеи способы «анализа потребностей», «стратегического планирования» и «предоставления услуг». Они не стремятся способствовать формированию «идеальных сообществ»: более «здоровых», «оптимально функционирующих» или даже просто «достаточно хороших», так как эти понятия репрезентируют специфические нормализующие идеи. В нарративном подходе подобные нормализующие идеи подвергаются деконструкции. Нарративные практики не считают, что «быть в сообществе» для любого человека всегда хорошо и целительно само по себе. Не занимаются они специально и организацией людей в сообщества для решения тех или иных социальных проблем. Они не отрицают, что все эти идеи в определенных обстоятельствах могут быть полезны, но не закладывают ни одну из них в основание своей работы.

На что ориентируются специалисты, практикующие нарративный подход, при работе с сообществами

Специалисты по нарративному подходу разделяют убеждение, что невозможно знать заранее, какие жизненные знания и умения окажутся подходящими для достижения тех целей, которые ставят перед собой члены конкретного сообщества. Они убеждены также, что у членов сообщества есть большой арсенал жизненных знаний и умений, и что эти знания и умения имеют непосредственное отношение к решению проблем сообщества и сложных ситуаций, возникших в его жизни. Они знают, какие условия благоприятствуют насыщенному описанию этих знаний и умений, и какие обстоятельства способствуют тому, чтобы сообщество применило их к решению трудной проблемы.

Эти знания, существующие в сообществе, суть особые системы понимания, дающие людям возможность интерпретировать свои собственные и чужие действия, они ложатся в основу того или иного отклика людей на события, происходящие в их непосредственном окружении и в более широком сообществе. Это знания о «карте жизни», по которой вычерчивается «жизненный маршрут»: представления о разных периодах жизни и переходах между ними, о том, как следует реагировать на неожиданности и как разрешать сложные ситуации, в том числе – как переживать утрату. Все эти знания связаны с «большими культурными нарративами», описывающими, *что* именно в данной культуре означает «жить правильно, достойно и хорошо».

Все эти знания связаны с определенными практиками отношения к себе и к другим в разных жизненных обстоятельствах, и являются продуктами культуры, истории и социального взаимодействия. Они постоянно создаются и пересоздаются в сообществах. Причем, в тех сообществах, которые тесно связаны воедино культурными традициями (например, аборигены), практика поддержания имеющихся знаний и умений признается и высоко почитается, тогда как в недавно образовавшихся сообществах, где связи между членами еще достаточно слабы (например, сообщество больных какой-либо болезнью), подобные знания и умения, а также практики их поддержания могут казаться почти несуществующими, оставаясь по этой причине совершенно не оцененными.

С нарративной точки зрения, в последнем случае этот капитал накопленных знаний, умений и соответствующих практик предстает в форме *бедных* (thin), *бессодержательных* описаний и именно отсутствие условий и форм их более *насыщенного* в содержательном плане описания способствует поддержанию существующих в сообществе проблем. Опыт работы на «заданиях» показал, что организация насыщенного описания

жизненных знаний и умений, признания их ценности и важности ведет к тому, что действия, направленные на решение проблем, оказываются адекватными контексту, социальным и культурным условиям жизни сообщества. Основными нарративными техниками, применяемыми с этой целью, служат *пересочинение* и *работа с внешними свидетелями*, а оптимальным форматом для их применения оказывается *собрание сообщества*. При проведении собраний сотрудники Далвич-центра не полагаются на идеи о том, что, де, достаточно просто «доверять процессу», и тогда «дух сообщества» сам по себе способствует достижению наилучшего результата. Они считают, что полагаться на волю случая при работе с сообществами рискованно. Поэтому поистине огромное внимание уделяется предварительным консультациям.

3. Предварительные консультации

На этапе предварительных консультаций члены команды Далвич-центра встречаются с представителями сообщества и обсуждают те вопросы, которые их волнуют и беспокоят, выясняют, что этим людям довелось пережить, и что они делали для того, чтобы справиться с происшедшим. При этом формулируется собственно «задание» и закладывается основа для партнерского взаимодействия. Специалисты из Далвич-центра объясняют представителям сообщества основные положения, методы и техники нарративного подхода, которые будут применяться в работе. На данном этапе команда Далвич-центра рассказывает о проектах, выполненных по заданию других сообществ, передает контактную информацию представителей этих сообществ, и отвечает на все возникающие вопросы.

Принципы, лежащие в основе консультаций

«Слушание с обеих сторон»

Задания часто поступают после того, как сообщества пережили серьезный травматический опыт. На фазе предварительных консультаций представители сообщества часто выражают те страдания, боль и ярость, которые они испытывают в результате дискриминации и жестокого обращения. Задача свидетельствовать в пользу достоверности этих историй оказывает серьезное влияние на жизнь членов команды. Однако если они просто присоединятся к представителям сообщества в их страданиях, то окажутся неспособными выполнить то, ради чего к ним обратились в поиске поддержки.

Важно оставаться в контакте с нарративными умениями, в частности, с навыком «слушания с обеих сторон». Прежде всего, это умение

позволяет выявить то, что ценно для человека или сообщества, а также – знания и умения, которые уже имеются у сообщества и могут оказаться полезными для преодоления проблемной ситуации.

Люди, пережившие травму, чаще всего рассказывают о пережитом только «с одной стороны» – о том, как все плохо, и как они не справляются с трудностями. И во время предварительных консультаций с представителями сообщества члены команды признают, что все действительно плохо, и выражают свои чувства по этому поводу. Но их реакция не ограничивается только сочувствием.

Представление о «слушании с обеих сторон» основывается на том, что мы способны познавать только «новости о различиях», то есть свойства одного объекта или явления в сравнении с другим. Иначе говоря, при описании чего-либо всегда имеется нечто «отсутствующее, но подразумеваемое», с которым неявно производится сравнение описываемого явления. Внимание к «отсутствующему, но подразумеваемому» и составляет основу «слушания с обеих сторон».

Идеи Грегори Бэйтсона и Жака Деррида позволяют по-новому взглянуть на «уникальные эпизоды» как точки входа в альтернативные истории. Эти идеи могут послужить опорой для членов команды, когда они слушают исполненные боли истории о чудовищных событиях, которые людям довелось пережить.

Согласно Ж.Деррида, слова – это знаки, отграничивающие одно понятие от другого. Язык, таким образом, оказывается «игрой различий». Смысл данного конкретного слова зависит от подразумеваемого контекста. Контексты связаны друг с другом и взаимно определяют друг друга, что дает возможность говорить об интертекстуальности мира. Деррида применял к анализу письменных текстов такие понятия, как: выявление бинарных оппозиций, деконструкция, высвобождение «маргинального текста», распознавание метафор, на которых базируются те или иные утверждения об истинности. Деконструкция делает видимой риторическую природу любых заявлений об истинности. М.Уайт обнаружил, что подход Ж.Деррида адекватен не только для работы с письменными текстами, но и для терапевтических бесед с отдельными людьми, группами и сообществами.

Одностороннее описание происходящего является следствием отношений власти и дискурсов доминирующей культуры, которые подавляют знания и умения определенных групп людей. Эти дискурсы и отношения власти заставляют воспринимать людей как «испорченных» в силу их маргинального статуса или жизненных обстоятельств. Односторонние описания подавляют другие истории об этих людях или группах, особенно те, которые выражают тему *agency* – «субъектности», способности

влиять на собственную жизнь. Однако эти подчиненные истории «просвечивают» в повествовании представителей сообщества – истории о том, что они делают в ответ, как борются в повседневной жизни с угнетением.

Слушание никогда не бывает нейтральным. Когда мы слушаем истории о боли и страдании, необходимо давать отклик таким образом, чтобы он не способствовал дальнейшему, все более тонкому описанию идентичности людей, семей и сообществ. Опираясь на представления об «отсутствующем, но подразумеваемом», члены команды помогают представителям сообщества найти слова, чтобы выразить те цели, ценности и убеждения, которые *позволяют* досадовать, те надежды, мечты и видение будущего, *на фоне* которых отчетливо распознается отчаяние. Помогают выразить представления о справедливом мире, лежащие в основе жалоб на несправедливость; сформулировать миссию и взятые на себя обязательства, выполнению которых мешает время; обозначить представления об исцелении, без которых не имеет смысла осознание и переживание болезни, наконец, вспомнить традиционные знания о духовности и мудрости, *на фоне* которых становится понятным, что такое опустошенность, заброшенность, и пр.

Важно обращать внимание на трансформацию терминов – в сторону дискурса влияния на собственную жизнь. Это становится противоядием против «паралича активности/воли», вызванного глубокими чувствами отчаяния и безнадежности. Знание об «отсутствующем, но подразумеваемом» помогает формулировать вопросы, позволяющие выявить то, что для человека важно. Так, за «чувством неадекватности» может скрываться нон-конформизм, готовность бросить вызов, за «неудачей» – независимое мышление, за «инвалидностью» – особые способности выживания, за «зависимостью» – приверженность этике сотрудничества. Выявление «отсутствующего, но подразумеваемого» дает рассказчикам возможность обрести твердую почву под ногами, и с этой новообретенной позиции по-новому отнестись к пережитому страданию.

4. Боль и страдание...

В обществе распространены представления о том, что психоэмоциональное страдание есть естественное следствие травматического опыта. Страдание уподобляется веществу, находящемуся под давлением, как в паровом двигателе. Из этой метафоры следует идея о том, что для исцеления надо так или иначе «выпустить пары», «дать излиться чувствам» и пр. Этот подход побуждает людей к тому, чтобы снова и снова возвращаться в памяти к травматическому эпизоду и заново переживать его. Потенциальная опасность такого подхода очевидна. Очень высока вероятность, что подобное «исцеление» будет вести к ретравматизации, пере-

живанию беспомощности. Отказ подчиняться этим требованиям ведет к тому, что на людей вешают патологизирующие ярлыки «не готовых взглянуть в лицо реальности». Считается, что такой «уход от реальности» мешает исцелению идти «естественным» путем и ведет к нарушениям личностного развития, порой – необратимым.

Подобная позиция закрывает людям возможность предпринимать самими какие-то шаги, чтобы справиться со сложившейся проблемной ситуацией. С точки зрения Майкла Уайта, терапевтическая беседа должна быть такой, чтобы в итоге человек чувствовал, что его жизнь признается ценной – такая, как она есть, и что он способен что-то сделать, чтобы решить свои проблемы. При этом человек будет лучше осознавать связь своей жизни с жизнями других людей, в «точках» важных тем и ценностей, а также лучше осознавать имеющиеся у него жизненные знания и умения.

Альтернативные пути восприятия и понимания страдания

Страдание может рассматриваться как свидетельство *высокой значимости* в жизни человека того, что оказалось поврежденным или поруганным в результате травмы.

Это могут быть, например, 1) значимые цели в жизни; 2) важные нравственные ценности, связанные с честностью, справедливостью и пр.; 3) драгоценные мечты, надежды и упования; 4) моральные представления о том, как должен быть устроен мир; 5) добровольно взятые на себя обязательства, обещания, жизненные принципы.

Если воспринимать страдание как свидетельство значимости утраченного, тогда интенсивность страдания может быть истолкована как мера значимости. Во время терапевтических бесед можно оживить эти значимые интенциональные состояния и придать им насыщенное описание.

Длительное эмоциональное страдание может быть воспринято как дань способности *поддерживать связь* с теми значимыми ценностями, которые подверглись угрозе в результате травматического опыта, как знак того, что человек не намерен от них отказываться. Тогда интенсивность страдания может расцениваться как мера значимости для человека того, от чего он не желает отказываться. В процессе терапевтической беседы мы помогаем признать не только сами эти значимые ценности, но и способности, благодаря которым человеку удастся сохранять с ними связь. Это позволяет людям понять, кто они такие и в чем смысл их жизни.

Когда специалисту становится чуть больше известно, о чем свидетельствует и данью чему служит страдание, можно расспросить о том, как именно эти ценности, смыслы и принципы помогают человеку справ-

ляться с проблемой. Даже маленькие дети обычно что-то активно предпринимает, чтобы уменьшить влияние пережитой травмы или иных неблагоприятных обстоятельств на их жизнь.

Страдание как «переход»

Все драматические проявления жизни суть единицы переживания и смысла. Они составляют человеческую жизнь и придают ей определенный облик. Можно также сказать, что эти жизненные проявления «перемещают» человека из одной «точки» в другую, и меняется, становится иным, по сравнению с тем, каким был прежде.

Когда мы рассматриваем страдание в таком ключе, у нас появляется возможность расспросить человека, куда его ведут те или иные попытки преодоления проблемной ситуации. В этом случае усилия, которые нередко расцениваются клиентом как всего лишь «напрасные старания», перестают казаться «вырванным из времени», а включаются в более широкие и значимые темы. Как правило, такой поворот в переживании травматических событий влечет за собой длительный позитивный эффект.

Страдание как «завет»

Страдание можно понимать еще и таким образом: те, кто подвергся насилию и несправедливому обращению, а впоследствии столкнулся еще и с равнодушием других людей, берут на себя определенные обязательства. Прежде всего, это обязательство не давать окружающим забыть о случившемся, чтобы все, что довелось пережить пострадавшим, не было зря, а вызвало необходимые изменения в жизни. «Хиросима не должна повториться». Люди, испытывающие длительное страдание, становятся своего рода «часовыми», стоящими на страже признания пережитого и активного противодействия повторению травмирующей ситуации в будущем. Такое понимание способствует созданию психотерапевтического контекста, в котором признается и поддерживается «завет», передаваемый «носителем страдания», а также возникают условия для сочувственного соучастия со стороны других людей.

В жалобах наших подопечных нередко слышится глубокая неудовлетворенность равнодушием и безразличием со стороны внешнего мира – по отношению не только к самому рассказчику, но и к страданию других вообще. В этом случае появляется возможность спросить, почему перед лицом равнодушия и безразличия данный человек все же не смирился со своей жизненной ситуацией.

Подобные беседы создают безопасную территорию памяти – своего рода опору, с позиции которой можно более или менее спокойно рассмат-

ривать травматический опыт. Поначалу это маленькие островки, потом – архипелаги, затем – целые континенты. Именно наличие таких безопасных территорий позволяет людям встроить травматический опыт в их жизненные истории как эпизод, имеющий начало и конец.

5. Партнерство

Как минимум половина участников команды, работающей по заданию, – люди с глубоким внутренним знанием проблем, с которыми сталкиваются члены сообщества. Иногда представители сообщества входят в состав команды. Тогда параллельно с предварительными консультациями проводится тренинг, направленный на развитие их умений. Представители сообщества обучаются определенным приемам и методам нарративной терапии, в особенности – практикам работы с так называемыми «внешними» свидетелями.

Интервью с представителями сообщества проводятся членами команды в парах, при этом один из членов пары имеет «инсайдерское» (внутреннее, личностное) знание по отношению к описываемому опыту, другой – «внешнее». По окончании интервью «внешний» член пары расспрашивает своего партнера, обладающего «инсайдерским» знанием. При этом неизбежно всплывают темы, которые во время начального интервью остались неохваченными. Возникающие в результате *насыщенные описания* помогают членам команды лучше понять различные аспекты проблемы:

- 1) заботы и беды сообщества;
- 2) культурно-специфические и чувствительные к контексту формы рассмотрения и преодоления этих бед;
- 3) необходимые подготовительные этапы перед проведением собрания в сообществах.

6. Собрание сообщества

Выявленные в процессе консультаций темы собираются вместе, образуя своего рода «черновик» программы собрания, которое обычно длится от двух до пяти дней. Черновик обсуждается с представителями сообщества, в него вносятся исправления, и составляется окончательный вариант Программы.

Собрание лучше всего проводить с выездом в другое место, в отрыве от привычной обстановки и разных поводов отвлечься от работы. Участникам собрания требуется ясное сознание, поэтому алкоголь и наркотики в эти дни строго запрещены. На время собрания организуется специальная игровая комната для маленьких детей, чтобы и родители за них не волновались, и дети бы не «врывались» в рабочий процесс. Необходимо предус-

мотреть также такие моменты, как транспорт, размещение, питание с учетом диеты. Особое внимание уделяется тому, чтобы никто не чувствовал себя исключенным из общего дела или обделенным участием в нем.

Собрание начинается с тщательно спланированной церемонии приветствия и открытия. Проводят ее лидеры сообщества в соответствии с его традициями, акцентируя при этом три момента: «что побудило нас собраться здесь, каковы наши цели, на что мы надеемся в итоге». Они же представляют сообществу членов команды, рассказывают, как они сюда попали, информируют о плане собрания. После этого озвучиваются послания надежды и солидарности из других сообществ (в частности, тех, где подобные собрания уже проводились). Иногда эти послания зачитываются вслух, иногда их транслируют с помощью аудио-видео техники или слайд-проектора. Далее участникам предоставляется возможность откликнуться на все, что прозвучало до этого момента.

И, наконец, проводится серия церемоний признания самоопределения (*definitional ceremonies*), обозначаемых на языке подхода как «работа с группами внешних свидетелей».

Документирование

Необходимо вести документирование собрания, ставя во главу угла конкретные «истории» представителей сообщества.

Документ («манифест», «коллективное письмо» и т.п.) включает:

- 1) краткое изложение того, что происходило на собрании сообщества;
- 2) перечисление вкладов, которые представители сообщества внесли в «копилку нарративных ресурсов сообщества»;
- 3) список жизненных знаний и умений, которые могут помочь решить проблемы сообщества;
- 4) планы и проекты будущих действий, направленных на решение выявленных проблем;
- 5) информацию о реализации этой инициативы.

Подготовленные письменные или видео- «документы» можно распространять среди тех, кто на собрании не был. Это ведет к дальнейшему пересказу историй. Можно поделиться этими документами с другими сообществами, вызвав с их стороны заинтересованный отклик.

При работе команды Далвич-центра по заданиям всегда имеет место так называемое «сочинение песен» для сообщества. Один из членов терапевтической команды (Дэвид Денборо) сплетает воедино, в стихотворной форме, услышанные нами из уст представителей сообщества слова и фразы, источающие красоту, мощь и энергию. В сотрудничестве с заинтересованными представителями сообщества он кладет эти стихи на музыку. Вновь рожденные песни исполняются в большом кругу. Это общее

пение – яркий момент в программе собрания, который вносит неоценимый вклад в создание его особой атмосферы. В конце собрания все участники получают запись этой песни.

7. Еще о ключевых принципах нарративной работы в сообществах и ее основных шагах

Итак, можно подвести итоги, выделив ключевые принципы нарративной работы в сообществах:

- Необходимо предоставить людям возможность *рассказывать свои истории*, чтобы они чувствовали себя сильнее.
- Необходимо дать тем, кто сталкивается с трудностями, возможность *внести вклад в помощь другим*, также переживающим тяжелую ситуацию. Возможность помочь другим дает поддержку и надежду. Даже когда человеку или сообществу трудно улучшить свою жизнь, они могут что-то внести в жизнь других, облегчив ее, и это станет для них точкой нового старта.
- Даже если мы вначале слышим только историю о проблемах, тяготах, невзгодах, потере, отчаянии, данное повествование всегда *– больше, чем одна история*.
- Люди неизменно откликаются на те сложности, с которыми они сталкиваются. В любом сообществе они находят способы хранить свои мечты, заботиться друг о друге, воздавать почет тем, кто уже ушел из жизни, и т.д. Наша первая задача – найти способы *заметить* эти отклики и *выявить* те *навыки*, на которые они опираются.
- Начинать лучше с малого. Грандиозных видений не нужно. Наша задача – «сыграть свою роль», *поддерживая и выстраивая истории местных инициатив* и отдельных людей, семей и сообществ.
- Это не разовое «вмешательство», это *процесс*. Он начался однажды и продолжается до сего дня.
- Когда проблемой поражено целое сообщество, мы ищем коллективные пути продвижения вперед. Необходимо создавать возможность как для членов сообщества, так и для целых сообществ *делиться своими навыками и умениями* друг с другом. Необходимо также организовывать условия, при которых такая взаимопомощь может осуществляться.
- Подобные задачи требуют *работы в команде и партнерства*. Ни один человек не должен пытаться найти все решения в одиночку.
- Каждый может сыграть в данном процессе свою роль. Какова будет эта роль – зависит от умений. Кто-то – великолепный оратор, другой – мастер слушать, третий – сочинять (рассказы, пьесы, песни, танцы), четвертый – соединять людей друг с другом или создавать ритуалы, церемонии, праздники и т.д.

Осталось выделить о с н о в н ы е ш а г и работы в сообществах с позиций нарративного подхода:

1. Ищите и отмечайте умения и знания, которые имеются у людей (даже если они сами пока их не распознали).

2. Откройте способы исследовать данный капитал, начните собирать истории о том, каким образом такого рода умения связаны с прошлым сообщества, с его историей, с важными для него людьми и традициями.

3. С разрешения сообщества и в совместной работе с его представителями начните записывать эти истории, интервьюируя разных его членов. Начинайте в любой момент – как только появится малейшая возможность.

4. Откройте способ документировать такие умения и знания (в форме текстов, песен, танцев, художественного творчества).

5. Найдите аудиторию со сходными проблемами, с которой будет полезно поделиться открытыми историями и созданными документами. Создайте контекст, в русле которого каждая из сторон почувствует, что она как-то помогла другой.

6. Организуйте процедуру, способствующую передаче сообщений и посланий со сведениями о выработанных в разных колективах умениях и знаниях из одного сообщества в другое.

7. Проводите церемонии, праздники, которые отмечают наличие этих умений и знаний и вклад, внесенный одним сообществом в жизнь других.

8. Разработка коллективного документа

«Коллективный документ» («манифест», «письмо» и пр.) подразумевает собирание воедино особых умений и знаний, которыми владеют более чем один человек, и слияние их в единое целое. Подобные «документы» могут быть самого разного размера, формы, существовать на разных «носителях». Это могут быть тексты, песни, видеозаписи, и даже танцы. Они также могут быть достаточно объемными или, напротив, – краткими и лаконичными.

К о л л е к т и в н ы е д о к у м е н т ы –

- содержат и включают конкретные слова и выражения членов сообщества, облеченные в такие формы, посредством которых члены сообщества их хорошо распознают;

- обеспечивают «описание с обеих сторон», то есть, представляя собой, с одной стороны, *содержательно насыщенное* изложение тягот и невзгод, претерпеваемых сообществами, а с другой – столь же богатое и развернутое описание тех способов, какими сообщество пыталось справиться с этими проблемами.

Руководство по составлению коллективного документа (по итогам собрания в сообществе):

- организуйте все сказанное членами сообщества в структуру из нескольких, содержательно значимых блоков, озаглавленных тематически;
- опишите ценности, которые были выражены, сопутствующие им истории, а также то, как людям удавалось сохранять их в тяжелых ситуациях;
- обозначьте некоторые из тех навыков и умений, которые помогают членам сообщества справляться со сложными жизненными ситуациями, обеспечивая их выживание;
- соедините воедино вклады разных членов сообщества в рамках нескольких общих для всех тем.

Создание коллективного документа предполагает прояснение вопросов трех категорий:

- 1) предварительно следует выявить особое умение, ценность или убеждение, которое широко используется членами сообщества, и найти для него соответствующее обозначение;
- 2) узнать историю о каком-то периоде либо ситуации в жизни сообщества, когда это особое умение, ценность или убеждение изменили жизнь его участников или жизнь других людей к лучшему;
- 3) расспросить об истории используемого навыка, ценности или убеждения: каким образом обитатели сообщества научились ему, у кого позаимствовали?

Написание документа

Документ начинается с вводного параграфа. Этот параграф задает последующий контекст. Он оформляет документ, дает возможность прозвучать коллективному голосу и открыто обозначает надежду, что этот документ может принести пользу другим людям. У каждого умения свой заголовок, и в каждом описании навыка есть маленькая история про этот конкретный навык и связь некой личной истории с историей сообщества. На протяжении всего документа фигурируют «особенные» слова и фразы, которые прозвучали в речи тех, кто поделился своими историями.

Зачитывание «документа» тем людям, чьи умения он описывает

Как только «документ» написан, следует создать возможность для ритуального, церемониального (и адекватного местной культуре!) переказа услышанного, в присутствии тех, кто внес свой вклад в его создание. Люди собираются вместе, и «документ» зачитывается им – с достоинством, со значимостью, с определенной интонацией, с передачей заданного церемонией ритма и с чувством торжественности. Все эти

элементы создают особый эффект происходящего действия. Когда вы слышите ваши собственные слова и фразы, возвращенные к вам «коллективным» голосом, возникает удивительное ощущение. Это ощущение единства с другими, сопричастности общих умений и знаний, которые помогают справляться с самыми сложными жизненными ситуациями.

Сам процесс зачитывания «документа» в присутствии тех, чьи истории он включает, выступает также как решающая проверка, правильно ли, адекватно ли он составлен. Очень важно на данном этапе, чтобы у людей была возможность внести в него необходимые изменения. В этот момент также важно спросить, согласны ли они, если организаторы собрания в дальнейшем поделятся содержанием «документа» с другими людьми, которым он также может быть полезен. Одна из ключевых целей этой работы – найти способы помочь людям, которые сталкиваются со сложностями и невзгодами, внести позитивный вклад в жизнь других.

Если представители сообщества согласны поделиться этим «документом» с другими, то возникает необходимость подобрать соответствующую аудиторию. Лучше всего для этого подходят люди, которые сражаются со сходными проблемами.

9. Поиск новой аудитории и создание посланий-откликов

Когда вы найдете подходящую аудиторию, необходимо зачитать составленный «документ» и попросить слушателей написать (или «наговорить» в камеру либо диктофон) отклик – свои послания тем, чьи истории попали в «документ».

Важно, чтобы ответное послание (иногда его называют *откликом внешних свидетелей*) отвечало определенным критериям. Участники должны:

1. Ясно указать, какая именно часть истории оказалась для них значимой и привлекла наибольшее внимание.
2. Дать описание, какого рода образ (или песня, картина, метафора) пришел им в голову по поводу тех людей и того сообщества, чьи истории они только что услышали.
3. Пояснить, почему именно данные аспекты истории вызвали в них наибольший отклик: в чем заключается их значимость, как для отдельных людей, так и коллектива в целом, какую часть их собственного опыта они затронули.
4. Включить в послание уточнение того, что слушатели смогли для себя извлечь из исходного документа, что для них изменилось в результате свидетельствования имеющимся там историям, какой вклад слова авторов историй внесли в их жизнь?

Когда работа над ответным посланием придет к завершению, оно должно быть передано обратно тем, кто создавал исходный документ. Благодаря этому люди, давшие на него отклик, также могут почувствовать, что они сделали что-то хорошее, внесли свой позитивный вклад в жизнь других. Это одно из самых мощных противоядий отчаянию.

Продолжающийся процесс

Весь этот процесс может быть продолжен. Он может происходить как между отдельными людьми или группами внутри сообщества, так и между целыми сообществами, способствуя передаче и взаимной связи умений и знаний разных сообществ. (см. статью *Denborough et al.*, 2006).

Нет необходимости ограничивать этот процесс рамками письменного слова. Можно использовать рисунки, танцы, театральные постановки, песни – огромный диапазон культурных способов самовыражения.

10. Заключение

Развитие особых «помогающих» профессий в XX веке привело к тому, что знания и умения, связанные с решением жизненных проблем и сложных ситуаций, стали во многом считаться прерогативой профессионалов, экспертов, а не самих людей, преодолевающих трудности. Недоверие, а также чрезмерное доверие авторитету специалистов ослабляет самих людей, их веру в собственные способности повлиять на свою жизнь. Люди, переживающие сложности, гораздо больше доверяют голосам «таких же, как они». Особенно это касается ситуаций, где происходит избыточная «психологизация» специалистами тех проблем, источник которых – в социальной и экономической политике города, региона, государства. Работа с сообществами, направленная на поддержку голосов самих людей, преодолевающих жизненные трудности, призвана исправить этот дисбаланс власти, преодолеть разрыв между «профессионалами» и «получателями помощи».

ЛИТЕРАТУРА

- Denborough D., Koolmatie C., Mununggirritj D., Marika D., Dhurrkay, W. Yunupingu M.* Linking Stories and Initiatives: A narrative approach to working with the skills and knowledge of communities. // International Journal of Narrative Therapy and Community Work, 2006, № 2.
- Sleep Y.* CARE Counsellors: Conversations with AIDS and CARE. Dulwich Centre Newsletter, 1996, № 3.
- White M.* Community Practice. // International Journal of Narrative Therapy and Community Work, 2003 № 2.
- Reclaiming our stories, reclaiming our lives. // Dulwich Centre Journal, 1995, No.1.
- Speaking out and being heard. // Dulwich Centre Journal 1995, No.4.
- Living positive lives. // Dulwich Centre Journal, 2000, No.4.