

Практикум по психотерапии

Д. Кеннард Дж. Робертс Д. Уинтер

---

# ГРУПП- АНАЛИТИЧЕСКАЯ психотерапия

---



 ПИТЕР®

# **A WORKBOOK**

## **OF GROUP-ANALYTIC INTERVENTIONS**

**David Kennard Jeff Roberts  
David A. Winter**



**Jessica Kingsley Publishers  
London and Philadelphia**

# ГРУПП-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Д. Кеннард Дж. Робертс  
Д. Уинтер



Санкт-Петербург

Москва • Харьков • Минск

2002

*Дэвид Кеннард, Джефф Робертс, Дэвид Э. Уинтер*

## **ГРУПП-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ**

*Серия «Практикум по психотерапии»*

Перевод с английского Д. Жук

Главный редактор	<i>Е. Строганова</i>
Заведующий психологической редакцией	<i>Л. Винокуров</i>
Зам. зав. психологической редакцией	<i>В. Попов</i>
Художественный редактор	<i>В. Шимкевич</i>
Ведущий редактор	<i>А. Борин</i>
Художник обложки	<i>К. Радзевич</i>
Корректоры	<i>Я. Баталова, М. Одинокова</i>
Верстка	<i>С. Рожкова</i>

ББК 53.57 УДК 615.851

К35 Кеннард Д., Робертс Дж., Уинтер Д.

Групп-аналитическая психотерапия. — СПб.: Питер, 2002. — 192 с.: ил. — (Серия «Практикум по психотерапии»).

ISBN 5-318-00121-1

Предлагаемое пособие по групп-аналитической психотерапии написано опытнейшими в этой области англо-американскими специалистами. В книге удачно комбинируется изложение теоретических основ группового анализа и всестороннее обсуждение ряда «ТРУДНЫХ» психотерапевтических ситуаций. В практикуме подробно описаны восемь проблемных ситуаций. Поиск возможных способов их разрешения и сопоставление своего варианта с авторскими станут для начинающего практика хорошей тренировкой профессиональных навыков. Все ситуации сопровождаются подробным комментарием авторов, анализирующих логику выбора конкретной формы вмешательства опытными и начинающими специалистами различных теоретических ориентации. Пособие предназначено прежде всего для начинающих психотерапевтов и студентов соответствующих специальностей, но может быть интересно и полезно всем психологам-практикам, работающим с группами.

© 1993, 2000 David Kennard, Jeff Roberts, David A. Winter

© Перевод на русский язык. Д. Ю. Жук, 2001

© Издательский дом «Питер», 2002

Права на издание получены по соглашению с Jessica Kingsley Publishers.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-318-00121-1

ISBN 1 85302 897 5 (англ.)

Лицензия ИД № 01940 от 05.06.2000.

Налоговая льгота - общероссийский классификатор продукции

ОК 005-93, том 2; 95 3000 - книги и брошюры.

Подписано к печати 18.10.2001. Формат 84x108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>. Усл. п. л. 10,8. Тираж 5000 экз.

Заказ № 582.

ЗАО «Питер Бук», 196105, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, 67.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ГИПК «Лениздат»

(типография им. Володарского) Министерства РФ по делам печати,

телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.

191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

# ОГЛАВЛЕНИЕ

От авторов .....	7
Введение .....	9
<b>Глава 1</b>	
<i>Джефф Робертс</i>	
<b>Вмешательство</b> .....	12
<b>Глава 2</b>	
Восемь групповых ситуаций .....	25
<b>Глава 3</b>	
<i>Дэвид Кеннард</i>	
Первая сессия — очевидные разногласия .....	30
<b>Глава 4</b>	
<i>Дэвид А. Уинтер</i>	
Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях .....	42
<b>Глава 5</b>	
<i>Дэвид Кеннард</i>	
Возможный выход из группы .....	56
<b>Глава 6</b>	
<i>Дэвид А. Уинтер</i>	
Участник обращается за разрешением совмещать групповую терапию с индивидуальной .....	77
<b>Глава 7</b>	
<i>Джефф Робертс</i>	
Приглашение на рождественскую вечеринку .....	90

## **Глава 8**

*Джефф Робертс*

Угроза преждевременного окончания  
курса психотерапии. . . . . 103

## **Глава 9**

*Яннис Арзуманидес*

Разочарование в терапии. . . . . 116

## **Глава 10**

*Яннис Арзуманидес и Джефф Робертс*

Угроза физического насилия. . . . . 129

## **Глава 11**

*Джефф Роберте*

Вмешательство с целью создания и сохранения  
терапевтической среды. . . . . 142

## **Глава 12**

*Малколм Пайнс*

Интерпретация: почему, для кого и когда? . . . . . 152

## **Глава 13**

*Дэвид Кенард, Джефф Робертс и Дэвид А. Уинтер*

**Выводы** . . . . . 161

## **Приложение**

*Джефф Роберте*

Теоретические подходы в групповой психотерапии . . . 179

Об авторах и ассистентах . . . . . 185

Список литературы. . . . . 188

## ОТ АВТОРОВ

Мы хотели бы выразить признательность всем сотрудникам Института группового анализа, которые вложили свое время, знания и усилия в заполнение опросника групповых ситуаций. Полнота и многообразие их ответов стали для нас стимулом к написанию данного руководства. Спасибо Линде Андерсон (*Linda Anderson*), Гарольду Бери (*Harold Behr*), Рэймонду Блэйку (*Raymond Blake*), Деннису Брауну (*Dennis Brown*), Стефану Коджиллу (*Stephen Cogill*), Вивьен Коэн (*Vivienne Cohen*), Элизабет Фукс (*Elizabeth Foulkes*), Кейт Хайд (*Keith Hyde*), Нэнси МакКензи (*Nancy McKenzie*), Джейсону Маратосу (*Jason Maratos*), Брюсу Маршаллу (*Bruce Marshall*), Джорджу Рентону (*George Renton*), Камран Саеди (*Kamran Saedi*), Шейле Миллард (*Sheila Millard*), Вину Брэмли (*Wyn Bramley*), Джиллу Баррату (*Gill Barratt*), Эйлин Берри (*Eileen Berry*), Джанет Боукс (*Janet Boakes*), Брайану Босвуду (*Bryan Boswood*), Петеру Ботту (*Peter Bott*), Женни Дакхам (*Jenny Duckham*), Барбаре Эллиот (*Barbara Elliott*), Шейле Эрнст (*Sheila Ernst*), Лизе Гленн (*Liza Glenn*), Патриции Хьюз (*Patricia Hughes*), Майклу Келли (*Michael Kelly*), Терри Лиру (*Terry Lear*), Патрику де Маре (*Patrick de Mare*), Анджеле Молнос (*Angela Molnos*), Джилл Натан (*Gill Nathan*), Эм Пэйдж (*Pam Page*), Герте Райк (*Herta Reik*), Цинтии Роджерс (*Cynthia Rogers*), Майклу Севитту (*Michael Sevitt*), Уне Стефенсон (*Una Stephenson*), Полу Сеппину (*Paul Sepping*), Бомонту Стивенсону (*Beaumont Stevenson*), Полин Стивенсон (*Pauline Stevenson*), Гарри Тафу (*Harry Tough*), Хайми Вайс (*Hymie Wyse*), Эндрю Пауэллу (*Andrew Powell*), Дикку Блэквеллу (*Dick Blackwell*) и Джиму Кристи (*Jim Christie*).

Это руководство стало результатом исследовательского проекта, осуществленного сотрудниками Института группового анализа (*Institute of Group Analysis*) и Комитета по совместным исследованиям Групп-аналитического общества (*Group-Analytic Society Joint Research Committee*). Многие члены комитета за последние десять лет внесли значительный вклад в работу над проектом. Среди них помимо авторов данной книги Бомонт Стивенсон (*Beaumont Stevenson*), Том Кэйн (*Tom Caine*), Кэролайн Гарланд (*Caroline Garland*) и Барбара Дик (*Barbara Dick*). Наконец, отдельная благодарность Джону Кливеру (*John Cleaver*), чья сложнейшая задача состояла в том, чтобы перевести ответы респондентов — не всегда разборчивые — на язык, воспринимаемый средствами обработки документов.



## ВВЕДЕНИЕ

Задача настоящей книги — позволить читателю практически освоить такой метод групповой психотерапии, как групп-аналитический. Основная часть пособия посвящена серии описаний реальных ситуаций в психотерапевтических группах; каждое из них сопровождается примерами возможного вмешательства, предложенного практикующими групп-аналитиками, и авторскими комментариями относительно характера этого вмешательства.

Данная книга создана на материале исследований Комитета по совместным исследованиям Института группового анализа и Групп-аналитического общества в Лондоне. В рамках этих исследований более тридцати сотрудников Института группового анализа заполнили опросники с примерами ситуаций, возникающих в групповой психотерапии и требующих определенной реакции руководителя. Респондентам предлагалось ответить, как бы они действовали в подобных ситуациях. Задачей исследования было выявить такие типы вмешательства, которые наиболее характерны для практики группового анализа.

При проведении данного исследования стало очевидным, что собранный нами материал представляет собой уникальный источник информации о подходах, которые используют групп-аналитики в своей работе. Не считая видеозаписи и непосредственного наблюдения работы различных психотерапевтов в группах — что в принципе возможно, но практически сложно выполнимо, так как сопряжено со значительными временными, материальными и этическими трудностями, — такое исследование является самым простым способом выявить

личный стиль и тип мышления многих квалифицированных групп-аналитиков.

Хотя мы вынуждены согласиться, что данные опросников не всегда соответствуют истинному поведению респондентов в подобных групповых ситуациях, тем не менее многообразие и конкретность предложенных типов вмешательства, несомненно, отражают в той или иной степени личность их создателей. Анализируя эти ответы, можно получить обширную информацию, позволяющую читателям сравнивать свои собственные типы вмешательства с теми, которые практикуют в группах многие квалифицированные психотерапевты. В результате такого анализа психотерапевт сможет внести коррективы в свою работу, разнообразить свою деятельность, использовать новые идеи. Если мы как исследователи воспринимаем эту возможность именно таким образом, то и другие могут признать ее ценной. Так родилась идея создания данного руководства.

В главе 1 Джефф Робертс исследует сущность вмешательства, а также то, каким образом психотерапевты пытаются вмешиваться в те или иные процессы, происходящие в их группах, у пациентов или клиентов, стараясь способствовать, а не препятствовать терапии. Затем читателю предлагаются восемь примеров групповых ситуаций, для того чтобы каждый смог употребить свои навыки по вмешательству.

В последующих восьми главах авторы книги более или менее детально анализируют каждую из описанных ситуаций, характеризуют и комментируют виды вмешательства, выбранные сотрудниками Института группового анализа в качестве ответной реакции на ситуацию.

В главе 11 Джефф Робертс подробно исследует искусство руководства группой и создания психотерапевтической среды. В главе 12 Малколм Пайнс (*Malcolm Pines*) излагает собственный взгляд на суть интерпретации в психотерапии. В этой главе предлагается наиболее полный анализ интерпретации в рамках данной книги. Затем следует заключительная глава: в ней приводятся некоторые из основных характеристик, присущих рассмотренным в книге примерам вмешательства; эти характеристики соотносятся с типами вмешательства, описан-

ными в главе 1. В конце руководства в кратком приложении перечислены работы, авторы которых внесли наибольший вклад в развитие теории группового процесса и групповой терапии.

Наша книга, по сути, является практическим исследованием, и поэтому мы не предпринимали попытки провести исчерпывающий обзор соответствующей литературы. Групповой анализ пока что не приобрел своих видных приверженцев в Соединенных Штатах, так что мы прибегали лишь к фундаментальным трудам в этой области. Мы надеемся, что в будущем как в США, так и в других странах увидят свет другие подобные руководства, представляющие иные подходы к группе как к инструменту психотерапии.

### **Примечания**

Понятия «клиент» и «пациент» применяются как более или менее взаимозаменяемые; возможное несоответствие их значений, а также вопрос, имеют ли психотерапевты право осуществлять медикаментозное лечение своих пациентов, в данной книге не рассматриваются.

Для того чтобы читателю легче было воспринимать материал, а нам — его комментировать и делать из него выводы, в главах 3-10 мы приводим ответы психотерапевтов на предложенные групповые ситуации последовательно, начиная с первой. Буквы (М) и (Ж) перед этими ответами указывают соответственно на пол респондентов.

Джефф Робертс

## ВМЕШАТЕЛЬСТВО

Эта книга посвящена вмешательствам. В данной главе рассматриваются вопросы, что такое вмешательство и как его применять. В наиболее общем смысле вмешательство — это способ взаимодействия людей с окружающей средой и друг с другом, направленный на создание или переустройство мира, в котором они живут.

### Вмешательство в обыденном понимании

Для того чтобы понять смысл использования слова, часто необходимо дать ему четкое определение. В *Оксфордском словаре английского языка* (в редакции 1971 года) предлагается как указание на все сферы использования слова, так и подробное описание его происхождения. Далее мы приводим значения слова *intervention* (вмешательство), данные в этом словаре:

1. Действие по вмешательству, вторжению, проникновению внутрь чего-либо с целью повлиять на его процесс или исход. Сейчас часто применяется в отношении вмешательства государства или правительства во внутренние дела или внешнюю политику другого государства.
2. Интермедиация: факт посредничества или опосредования [*как между* (а) людьми, *так и между* (б) предметами].

3. Факт принятия промежуточного положения в отношении места, времени или порядка или нахождения в этом состоянии. Это, например, может относиться к промежуточному предмету, событию или периоду времени.

Слово *intervention* заимствовано из латинского языка и означает приобретение положения **между**<sup>1</sup>. Вмешательство неизбежно является значительным компонентом человеческого поведения. Оно совершается теми, кто желает и стремится воздействовать на часть окружающего мира и на то, что в нем **находится**<sup>2</sup>.

В привычном мире физических вещей можно наблюдать следующие **процессы**<sup>3</sup>:

- 1) способствующее стабильному состоянию (рис. 1.1 Б);
- 2) способствующее нестабильному состоянию (рис. 1.1 А), имеющее тенденцию в любой момент перейти в другое положение;
- 3) способствующее нейтральному состоянию, в котором возможны перемещения, не приводящие к какому-либо значительному изменению положения (рис. 1.1 В);
- 4) способствующее переходу из одного состояния в другое (рис. 1.2).

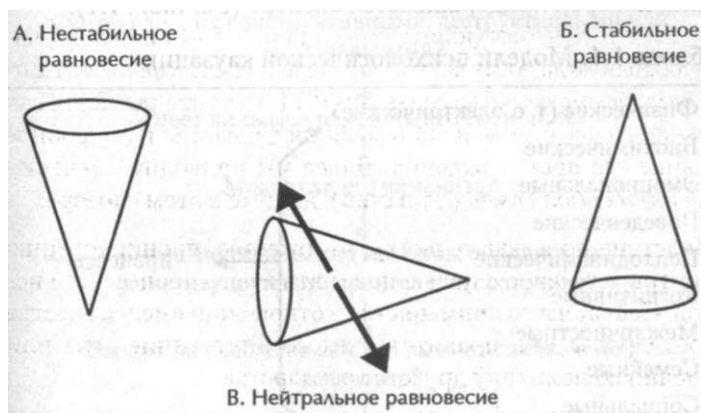


Рис. 1.1. Типы равновесия

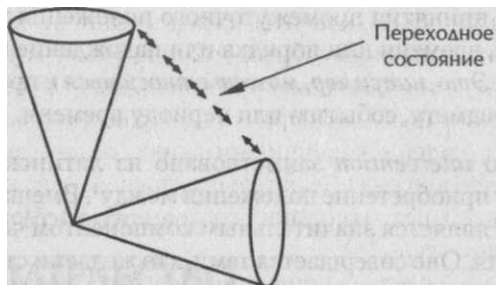
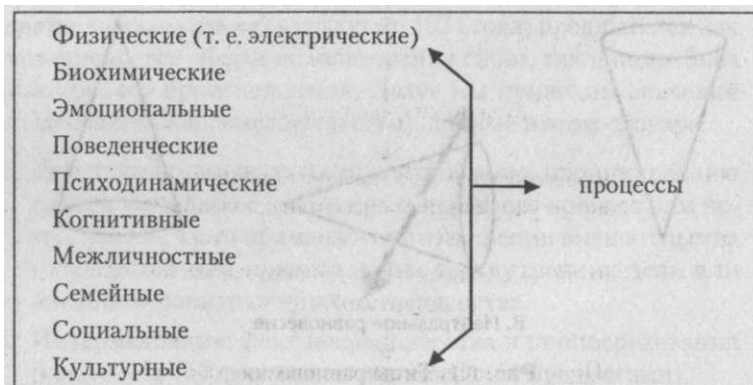


Рис. 1.2. Переходное состояние

## Вмешательство в психотерапии

Люди, работающие в области психиатрии и психотерапии, имеют дело с широким спектром психологических и психических процессов и состояний. Эти состояния, как и в простом схематическом примере на рис. 1.1, варьируют от крайне стабильных до очень нестабильных. Они знакомы многим наблюдателям, которые интерпретируют эти состояния в соответствии с наиболее близкой себе системой взглядов. Так, поведение члена семьи, совершившего попытку самоубийства, может быть по-разному интерпретировано как результат тех или иных процессов — в зависимости от модели психологической каузации, которой придерживается эксперт (см. табл. 1.1).

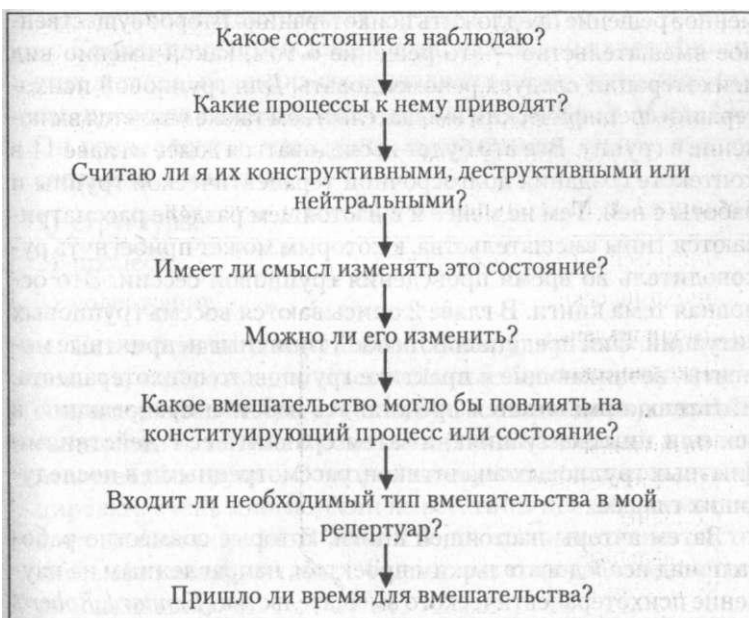
Таблица 1.1. Модели психологической каузации



Наши пациенты/клиенты, их родственники, работники правоохранительных и судебных органов и даже мы сами иногда считаем те или иные состояния или процессы «нездоровыми» или нуждающимися в коррекции. Практики, занимающиеся лечением людей с различными психическими расстройствами, разработали ряд вмешательств, посредством которых можно направить развитие таких состояний или процессов в благоприятное русло.

В табл. 1.2 сделана попытка проследить цепочку соображений, обычно предворяющих вмешательство. Средством психотерапевтического вмешательства чаще всего является язык. Существует много видов психотерапии, и в любом из них практикующие этот вид терапевты стремятся использовать различные модели понимания межличностных и **внутриличностных** процессов, чтобы добиться «желаемых изменений» в жизни человека, **Пары**, семьи или незнакомых друг другу участников группы. Лежащие в основе того или иного вида терапии тео-

**Таблица 1.2.** Принятие решения о вмешательстве



рии имеют разную степень точности и приводят к ряду определенных типов вмешательства. Одним из примеров вмешательства в психотерапии является «интерпретация». Основная задача интерпретации — обратить внимание пациента/клиента на те или иные аспекты его психического опыта, которые до того были бессознательными. Интерпретация является основным компонентом психоаналитического процесса и, в сущности, главным видом деятельности психоаналитика (см. главу 12). Она соответственно является важнейшей составляющей различных видов терапии, созданных на основе психоанализа. К этим видам можно отнести психоаналитическую или психодинамическую терапию, а также отчасти и групповой анализ.

## **Вмешательство в групповом анализе**

Важно принимать во внимание, что первым и наиболее важным вмешательством в психотерапии является своевременное решение предложить психотерапию. Второе существенное вмешательство — это решение о том, какой именно вид психотерапии следует рекомендовать. Для групповой психотерапии специфическим вмешательством также является включение в группу. Все это будет исследоваться далее в главе 11 в контексте создания долгосрочной терапевтической группы и работы с ней. Тем не менее и в настоящем разделе рассматриваются типы вмешательства, к которым может прибегнуть руководитель во время проведения групповой сессии. Это основная тема книги. В главе 2 описываются восемь групповых ситуаций. Они представляют собой типичные неприятные моменты, возникающие в практике группового психотерапевта. Читателю предлагается представить собственную реакцию в тех или иных ситуациях, а затем сравнить ее с действиями опытных групповых аналитиков, рассмотренными в последующих главах.

Затем авторы настоящей книги, которые совместно работали над исследовательским проектом, направленным на изучение психотерапевтического вмешательства (*Kennard, Roberts*



*and Winter, 1990*), анализируют ситуации и комментируют разные типы вмешательства, осуществленные опытными практиками группового анализа. Если читатель обратится к этим главам, *уже продумав свою собственную реакцию на эти ситуации*, то, сопоставив свои действия с рядом предложенных, он сможет лучше оценить свое вмешательство и предшествовавшие ему мысли и чувства.

Чтобы исследовать стиль вмешательства психотерапевтов, участвовавших в исследовательском проекте, мы на основе их первоначальной реакции на предложенные групповые ситуации разработали классификацию типов вмешательства. Эта классификация продолжает уточняться; вы можете сравнить ее с системами, созданными другими исследователями в данной области (*DiLoreto, 1971; Lieberman et al., 1973; Wile, 1973; Nichols and Taylor, 1975*). В ходе работы оказалось, что некоторые типы вмешательства, обычные для других методов терапии, малоприменимы в групповом анализе. Они также включены в систему классификации, однако их вряд ли можно рассматривать как специфически характерные именно для групп-аналитического вмешательства.

Концептуальной основой создания новой классификации стал детальный анализ составляющих терапевтической группы, проведенный Патриком де Маре (*Patrick de Mare, 1972*). Он предположил, что группа представляет собой сочетание следующих аспектов:

- 1) структура;
- 2) процесс;
- 3) содержание.

Естественным для руководителя группы было бы предположить, что его вмешательство должно быть направлено на: а) сохранение структуры группы; б) фасилитацию процесса и в) выявление латентного содержания высказываний и взаимоотношений в группе. С опорой на эту схему можно классифицировать очень многие, если не все, типы психотерапевтического вмешательства. В табл. 1.3 показана исходная система классификации, а в табл. 1.4 даны краткие определения типов вмешательства.

**Таблица 1.3.** Классификация типов вмешательства ведущего

1. Сохранение (структура)
2. Открытая фасилитация (процесс)
3. Направленная фасилитация (процесс)
4. Интерпретация (содержание)
5. Отсутствие непосредственного отклика
6. Действие
7. Самораскрытие
8. Моделирование

При проведении нашего исследования мы ориентировались не только на типы вмешательства, но и на те элементы группы, на которые направлено это вмешательство. Любое вмешательство направлено на какой-либо из следующих элементов либо на их сочетание и взаимосвязь:

- один или несколько отдельных участников;
- группа в целом;
- части группы, например пары, тройки, все женщины, все мужчины;
- руководитель.

**Таблица 1.4.** Определения типов вмешательства

**1. Вмешательство с целью сохранения** — это вмешательство, направленное на выявление или закрепление существующих границ дозволенного. Это могут быть ограничения места, времени, членства, задач или допустимого поведения; они могут распространяться как на группу в целом, так и на отдельных ее членов, включая руководителя.

**2. Открытая фасилитация** — это вмешательство, направленное на обеспечение дальнейшего развития группового процесса; такое вмешательство, однако, не базируется на конкретной интерпретирующей гипотезе руководителя и не апеллирует к уровням бессознательного.

*Продолжение табл. 1.4*

3. *Направленная фасилитация* включает все вспомогательные замечания, которые не просто дают толчок чему-либо, но и свидетельствуют о том, что у руководителя есть гипотеза, которая определяет его вопросы, наводящие комментарии и сферы внимания.
4. *Интерпретация* подразумевает вербальное вмешательство руководителя, направленное на выявление чувств и смыслов, которые неочевидным образом присутствуют в высказываниях как группы в целом, так и отдельных ее участников.
5. *Отсутствие непосредственного отклика* — это сигнал, указывающий на то, что в процессе деятельности группы поведение руководителя по большей части состоит в молчаливом наблюдении за участниками. В качестве реакции руководителя на групповые ситуации в некоторых случаях выступает отсутствие с его стороны действий или высказываний, а право на вмешательство может реализовываться позднее в зависимости от развития ситуации.
6. *Действие* — это любой вид физической деятельности в группе, в которую может быть вовлечен ведущий и которая сопряжена с изменением положения в пространстве (например, вставание со стула, прикосновение к другому члену группы).
7. *Самораскрытие* — это любое, не подпадающее под определение другого типа вмешательства высказывание психотерапевта, раскрывающее содержание его собственного внутреннего или внешнего мира.
8. *Моделирование* — это любая деятельность руководителя, которая должна в соответствии с его неявным намерением ассоциироваться с настоящим и будущим поведением группы или ее членов и становиться частью их поведенческого репертуара, в котором она до тех пор отсутствовала. Этот репертуар включает навыки совладания с печальными событиями или с неприятными социальными ситуациями, а также моделирование аналитического, исследовательского и заинтересованного отношения к таким событиям и ситуациям.

Первоначальным желанием исследователей было выявить специфические черты, характерные для руководителя группы вообще и руководителей, представляющих различные школы психотерапии, в частности. Однако для тех, кто работает психотерапевтом или обучается психотерапии, может представлять интерес и идея классифицировать типы вмешательства и попытаться приложить эту классификацию к тому или иному вмешательству и его целям. Эта идея отчасти нашла свое применение и в главах 3–10 в наших комментариях к вмешательствам, выбранным участвовавшими в опросе психотерапевтами.

## Индивидуальное своеобразие психотерапевта

На то, как психотерапевт осуществляет вмешательство в группе, влияет множество факторов. Одним из них является структура личности психотерапевта, которая определяется частично конституциональными особенностями и — в значительной мере — жизненным опытом. Наиболее жесткие системы обучения психотерапии направлены на то, чтобы затронуть многие сферы и структуру внутреннего мира человека и воспитать более или менее преданного адепта той или иной школы, личные качества и мировоззрение которого в значительной степени были бы сформированы и модифицированы под влиянием опыта, приобретенного в процессе учебы. Тем не менее многие стороны личности психотерапевта и его индивидуальный стиль остаются относительно постоянными, несмотря на обучение и опыт психотерапевтической деятельности<sup>4</sup>.

Наиболее часто в повседневной работе на психотерапевта при выборе вмешательства в группе оказывают влияние следующие факторы.

*Конституциональные (наследственные) черты характера и особенности темперамента.* Так, некоторые психотерапевты оказываются не способными поставить себя на место своего клиента.

*Жизненный опыт.* Жизненный опыт каждого человека уникален. Этим обуславливается индивидуальное понимание критериев нормального и допустимого. От жизненного опыта того или иного психотерапевта отчасти зависит его потенциальная степень эмпатии; этим же объясняется особый интерес психотерапевта к пациентам, чей жизненный опыт сходен с его собственным.

*Основные системы убеждений (религиозные или политические)*<sup>5</sup>. Социализм, христианство и иудаизм являются влиятельными системами убеждений, которые многие люди ставят в иерархии мотивационных стимулов достаточно высоко. Вполне вероятно, они влияют и на приоритеты в терапевтической деятельности. Иногда, например, недостаточно опытный терапевт, придерживающийся феминистских или антирасистских идей, может скорее обратить свое «терапевтическое» внимание на сексистский или расистский смысл высказываний своего клиента, чем заняться лечением психопатологии, вызывающей дискомфорт клиента.

*События текущей жизни.* Каждый отдельный психотерапевт живет своей собственной жизнью. События в этой жизни, безусловно, могут отвлекать, возбуждать его, влиять на его работу. Психотерапевт, испытывающий трудности в семейных отношениях, например, может относиться к пациенту, имеющему подобные проблемы, с излишней эмпатией.

*Личный терапевтический опыт (как в прошлом, так и в настоящем).* Успешный или неудачный опыт личного обращения к психотерапевтам, несомненно, существенно влияет на степень комфорта при собственной практической деятельности и на оценку своей компетентности и эффективности работы. Характерно также, что стиль работы психотерапевта обуславливается в значительной степени и стилем работы психоаналитика или психотерапевта, к услугам которого прибегает он сам.

*Прошлый и настоящий опыт работы с супервизором.* Супервизор также обладает влиянием на психотерапевта. Хороший супервизор разовьет своего ученика и исследует его слабые и сильные стороны. Он также сможет предложить конкретные варианты действий и, безусловно, их четкое теоретическое

кое обоснование. Кроме того, у супервизора также могут быть свои «слепые пятна», равно как и сферы, в которых он знает исключительно много.

*Практика и теоретическая основа.* Большинство психотерапевтов относят себя к той или иной терапевтической школе и осуществляют вмешательство, опираясь на те теории, приверженцами которых они себя считают. Традиционные фрейдисты увидят эдипов комплекс там, где клейнианцы укажут на амбивалентность отношений с материнской грудью.

В эту сложную систему, которую представляет собой психотерапевт, идет информация от группы, а обратно поступает ответная реакция.

## **Научение вмешательству**

Большинство психотерапевтов и консультантов признаются, что первоначально они испытывают интуитивное желание изменить в лучшую сторону психологические процессы, происходящие в других людях, и чувствуют в себе врожденные способности к этому. Они постепенно совершенствовали свои навыки вмешательства на практике. Обычно эти навыки включают способность к вербальному взаимодействию, а также к другим способам коммуникации, таким как музыка, искусство, танец и движение либо прямой физический контакт. Наконец консультант или психотерапевт может обратиться к аккредитованным психотерапевтическим институтам. Крупные образовательные учреждения предлагают своим тщательно отобранным студентам комплекс теоретических семинаров и практических занятий под руководством супервизоров, а институты психоаналитической и гуманистической направленности — систему продолжительной и интенсивной терапевтической практики по тому виду терапии, который студент намерен использовать далее в своей работе.

В результате такой подготовки выпускники получают более или менее ясное понимание того, какие типы вмешательства в рамках избранного вида терапии дают наибольший терапевтический эффект. Это понимание базируется по крайней мере на трех источниках. Первый источник кроется в тео-

ретической основе того терапевтического метода, использованию которого обучали выпускника; эта теория может быть подкреплена оценочными исследованиями, проведенными будущим психотерапевтом. Второй — выводится из сознательной и бессознательной оценки психотерапевтом типов вмешательства, используемых его собственным психотерапевтом.<sup>6</sup> Третьим может быть не вполне осознаваемое интуитивное представление о таком типе вербального и невербального поведения, который приведет к положительному результату при работе психотерапевта с пациентом/клиентом. Эти предпосылки вмешательства могут иногда быть неравными по значимости и вызывать у самого психотерапевта внутренние противоречия. Удачное разрешение этих противоречий будет свидетельствовать о существенном развитии психотерапевта. Поэтому, прежде чем психотерапевт полностью освоит свой метод, ему потребуется несколько лет практической деятельности уже после получения образования.

Задача данной книги состоит в том, чтобы предоставить дополнительные средства обучения помимо других, доступных при подготовке к групповой терапии. Мы предлагаем способ, заключающийся в умозрительной оценке эффективности вмешательства в групповой психотерапии, и даем возможность получить полезный опыт сравнения своего вмешательства с серией вмешательств, осуществленных практикующими групп-аналитиками. Важно помнить, однако, что, хотя эта книга сосредоточивает свое внимание на вмешательстве психотерапевта, в действительности в групп-аналитической группе вмешательство может быть осуществлено и другими участниками группы, и даже самое существенное вмешательство психотерапевта может не иметь немедленных последствий.

### Примечания

1. *Inter* — в переводе с латинского: между. *Venire* — в переводе с латинского: ПОДХОДИТЬ.
2. Этот факт сам по себе является интересным: известно, что некоторые люди гораздо чаще других склонны вмешиваться в процессы, происходящие в мире. Можно выявить степени интервенционизма, начиная с отстраненности и кончая настойчивым вмеша-

тельством. Но к какому бы типу ни относился человек, производящий вмешательство, с психологической и с других (например, с правовой) точек зрения он всегда сознательно должен брать на себя ответственность за это вмешательство (или невмешательство). Для психотерапии вполне обычны такие явления, когда психотерапевт любыми способами пытается не использовать вмешательство, надеясь, что таким образом он избежит ответственности за реальный или воображаемый вред, причиненный вмешательством.

3. Процесс можно определить как ряд действий или событий.
4. На это могут повлиять серьезная и скрытая общая психопатология, некоторые тяжелые дисфункции, а также убеждения, имеющие для человека большое значение и несовместимые с постулатами той школы, в рамках которой он обучался. Обычно в процессе обучения эти факторы являются более влиятельными, чем решение посвятить себя интенсивной практической деятельности.
5. Эти системы обычно усваиваются из разнообразных источников и обретают иерархическую последовательность в результате сознательных и бессознательных процессов.
6. Психотерапевт, недавно получивший сертификат, и даже опытный специалист склонны некритически соотносить свою деятельность со стилем вмешательства, присущим их собственным психотерапевтам. Поэтому, так или иначе, они перенимают как достоинства, так и недостатки метода работы своего учителя; изменить эти достоинства и недостатки впоследствии оказывается достаточно сложно.



## 2

# ВОСЕМЬ ГРУППОВЫХ СИТУАЦИЙ

Восемь групповых ситуаций, описанных в настоящей главе, дадут вам возможность представить, какое бы вмешательство предприняли вы, если бы были руководителем группы. Все ситуации — это реальные случаи из клинической практики сотрудников Комитета по совместным исследованиям. В них описаны важнейшие или поворотные моменты в жизни группы; в подобных ситуациях многое зависит от того, как **решается** кризис. Если в группе принимается дисфункциональное решение, то это может оказать деструктивное воздействие на ее членов: группа может дезинтегрироваться, впасть в стагнацию и т. п. У руководителя есть возможность посредством вмешательства заставить ситуацию развиваться благоприятным образом и избежать нежелательных последствий.

Вы должны суметь представить себя в описанной ситуации и прочувствовать, что происходит сейчас, что происходило раньше и что может произойти в будущем. Приняв решение, какой тип вмешательства вы бы использовали, вы сможете обратиться к главам 3-10 и изучить вмешательства, выбранные некоторыми квалифицированными психотерапевтами и прокомментированные авторами данной книги. Это даст вам возможность оценить свое собственное вмешательство и решить, каким образом его следует модифицировать. После прочтения книги имеет смысл представить, как бы вы теперь повели себя в предложенных ситуациях.

## **СИТУАЦИЯ 1**

### **Первая сессия — очевидные разногласия**

Проходит первая встреча новой группы. Шестеро участников начинают с того, что по очереди называют свои имена. Один из участников заводит разговор о психотерапии и упоминает имя Карла Роджерса. Другой затем достает рекламу, вырванную из газеты; в ней говорится о семинаре Рональда Лэйнга, который будет проходить неподалеку примерно через неделю. Он передает ее по кругу другим участникам.

- 1. Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
- 2. Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
- 3. Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## **СИТУАЦИЯ 2**

### **Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях**

В новой группе участники решили, что каждый по очереди будет рассказывать в течение сессии «историю своего несчастья». Другие участники в это время слушают, советуют, пытаются вести себя как терапевты. Сейчас шестая сессия — очередь Х. Он начинает.

- 1. Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
- 2. Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
- 3. Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## **СИТУАЦИЯ 3**

### **Возможный выход из группы**

Группа существует два месяца. В первые несколько недель двое участников досрочно покинули группу, не обсудив причин своего решения. Еще один участник, Джон, пропустил уже две сессии. Во время этих сессий члены группы выражали свою обеспокоенность состоянием Джона, который казался подавленным и социально изолированным. На очеред-

ную сессию Джон приезжает с опозданием на несколько минут. Один из участников радостно приветствует его: «Привет, Джон, рад тебя видеть». После этого остальные участники продолжают обсуждать, почему их коллеги по работе негативно относятся к психотерапии, и анализировать причины, вызывающие у людей депрессивное состояние. К Джону, который сохраняет молчание, никто не обращается.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## СИТУАЦИЯ 4

### **Участник обращается за разрешением совмещать групповую терапию с индивидуальной**

Эта группа встречается уже год. Привлекательная молодая девушка (одна из пятерых участников группы) после сложного начала, когда она пыталась монополизировать всеобщее внимание, кажется, наконец вписалась в группу и стала более интегрированным ее членом. Тем не менее вы знаете, что она испытывает глубокие, неразрешимые проблемы во взаимоотношениях с матерью из-за того, что поддерживает отношения с отцом. Сегодня она нерешительно сообщает, что, по ее мнению, участники группы очень рассердятся, поскольку она втайне от них и от своего руководителя — тоже женщины — в течение последних шести месяцев проходит индивидуальный курс у психотерапевта-мужчины. Группа относится к ее заявлению тепло и доброжелательно, одобряя ее признание и советуя продолжать участвовать в обоих видах терапии. Она обращается к вам и вежливо спрашивает, не возражаете ли вы.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## СИТУАЦИЯ 5

### Приглашение на рождественскую вечеринку

В группе, существующей уже год, идет последняя сессия перед перерывом на рождественские праздники. Все выглядят жизнерадостными. Но на самом деле, несмотря на ваши серьезные усилия, участники испытывают тревогу из-за предстоящей разлуки, и эту тревогу они не хотят признавать. Неожиданно, по случаю праздника, один из участников вносит корзину, полную ароматных сладких пирожков, а другой — бутылку вина и бокалы для каждого, включая психотерапевта.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас **прибегнуть** к такому вмешательству.*

## СИТУАЦИЯ 6

### Угроза преждевременного окончания курса психотерапии

Одинокая женщина 30-40 лет, занимающаяся в группе уже год, заявляет, что собирается покинуть группу через четыре недели — испытательный срок, изначально определенный в таких случаях руководителем для участников. Хотя за этот год она уже обрела уверенность в себе, окончание курса кажется преждевременным, поскольку некоторые проблемные моменты стали анализироваться в группе только сейчас, — например, ее трудности в проработке **В** группе чувства агрессивности в себе и в других людях. Когда другие участники спрашивают о причинах ее решения, она отвечает весьма неопределенно: ей кажется, что в этой группе она не сможет достичь того, чего желает. После дальнейших расспросов она говорит, что в действительности сама не может понять эти причины. Сегодня последняя сессия испытательного срока, и пока непонятно, хочет ли она все еще покинуть группу или уже изменила свое решение.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## СИТУАЦИЯ 7

### Разочарование в терапии

Участники данной группы занимаются вместе уже два года, и их первоначальная идеализация своей группы и ее руководителя сменилась разочарованиями разной степени. Сегодня вся группа обсуждает вопрос о бесполезности психотерапии. Вы не реагируете на это, и участники более настойчиво заявляют о выбранной теме, пока наконец один за другим не замолкают. Молчание длится уже четырнадцать минут, а до конца сессии остается всего три минуты.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

## СИТУАЦИЯ 8

### Угроза физического насилия

Пациентка в пограничном состоянии находится в данной группе в течение 18 месяцев. Для нее характерны частые перепады настроения, и она не может найти поддержку в группе. На данной сессии присутствуют четверо из шести участников. Она не в состоянии скрыть своего отношения к психотерапевту. В конце сессии она взрывается и, достав опасную бритву, угрожает «**порезать** вас на куски». Двое участников в панике убегают.

1. *Кратко охарактеризуйте суть ситуации: что происходит и почему.*
2. *Если вы предпримете вмешательство, то какое?*
3. *Наконец, назовите причины, побудившие вас прибегнуть к такому вмешательству.*

# 3

Дэвид Кеннарл

## ПЕРВАЯ СЕССИЯ — ОЧЕВИДНЫЕ РАЗНОГЛАСИЯ

### СИТУАЦИЯ 1

*Проходит первая встреча новой группы. Шестеро участников начинают с того, что по очереди называют свои имена. Один из участников заводит разговор о психотерапии и упоминает имя Карла Роджерса. Другой затем достает рекламу, вырванную из газеты; в ней говорится о семинаре Рональда Лэйнга, который будет проходить неподалеку примерно через неделю. Он передает ее по кругу другим участникам.*

### Задача и проблемы психотерапевта

У психотерапевта в данной ситуации есть главная цель: помочь группе начать и двигаться примерно в том направлении, которое представляется желательным руководителю. Этому могут способствовать слушание, моделирование, создание чувства безопасности, выявление защитных механизмов, демонстрация групповых процессов в действии.

Сначала давайте обратимся к слушанию, поскольку это как раз то, что делает психотерапевт. Мы можем предположить, что он, сформировав группу, сел где-то в отдалении и наблю-

дает, что произойдет. Что же он слышит? На первый взгляд участники просто называют свои имена, а затем меняют тему и начинают беседовать о других психотерапевтах и других группах. Вряд ли это просто случайность. Напротив, с групп-аналитической точки зрения, тема разговора, какой бы она ни была, всегда будет подсознательно связана с проблемами некоторых или всех участников, занимающихся в группе. Поэтому слушание в данном случае — это активный процесс, при котором содержание разговора соотносится с психологическими процессами, происходящими в группе.

В настоящем примере такую параллель обнаружить легко. Участники группы беседуют о психотерапии и психотерапевтах, обмениваются соображениями о том новом виде психотерапии, который они только что начали использовать. Какое отношение это имеет к сложившейся ситуации? Может быть, надо обратить внимание на вопросы, которые задают участники группы? «Какие существуют виды психотерапии? Какие существуют типы **психотерапевтов?**» Эти вопросы можно интерпретировать так: «Какова психотерапия, к которой мы прибегаем, и каков наш психотерапевт? Если мы узнаем больше об этом, сможем ли мы лучше справиться с тем, что будет здесь происходить?»

Таким образом, первая проблема — это неуверенность относительно потенциала группы. Эта проблема, вероятно, волнует всех участников. Вне зависимости от того, как каждый из них готовился к групповым встречам, действительное будущее этой группы все равно остается тайной для всех, включая психотерапевта.

Психотерапевт также наблюдает за поведением отдельных участников. Двое из них заняли центральную позицию и предлагают себя в качестве лидеров или компетентных источников информации. Как можно объяснить причины их поведения (они, как и все остальные, впервые видят эту группу незнакомых людей)? Желание продемонстрировать другим свои знания, готовность помочь или энтузиазм? Стремление произвести впечатление на психотерапевта? Стремление заменить собой психотерапевта? Боязнь того, что группа может вдруг погрузиться в молчание? Эти и другие интерпретации

возможны, но было бы опрометчиво делать сейчас поспешные выводы. Психотерапевт также наблюдает за поведением других участников: проявляют ли они интерес или полностью заняты собой. Можно предположить, что реакции участников распределяются именно между этими крайностями.

Психотерапевт наблюдает за поведением отдельных участников группы, но на настоящий момент практически ничего не предпринимает: отчасти потому, что пока нет полной информации, но в большей степени из-за того, что изучение чувств и побуждений только отдельных участников вряд облегчит выполнение задачи психотерапевта на данном этапе.

Как уже указывалось выше, главная задача в настоящий момент — это помочь группе начать. Это ее «первый полет», участники только что встретились, и именно этот факт определяет все, что психотерапевт решает сказать или сделать. Другими словами, психотерапевту необходимо задать самому себе вопрос: поможет ли то, что я собираюсь сказать (или только что сказал), контейнировать или уменьшить тревогу в группе.

### **Первая цель**

К концу сессии все участники должны испытать желание снова прийти на следующей неделе. Никто не должен почувствовать себя настолько беззащитным, обделенным вниманием, испуганным, разочарованным, чтобы сразу решить покинуть группу. Поэтому психотерапевт должен всегда быть внимательным к возможным чувствам отдельных пациентов, вмешиваться, если ему покажется, что поведение того или иного участника представляет опасность для него самого или для других членов группы, и воздерживаться от такого вмешательства, которое может привести к нежелательному увеличению тревоги у одного или нескольких пациентов.

### **Вторая цель**

Группа нуждается, с одной стороны, в ощущении безопасности, а с другой — во внушении надежды на будущее. Здесь возникает проблема балансирования. Ощущение излишней безопасности может озадачить участника: а зачем вообще приходить сюда? Слишком откровенные намеки на не-



явно выраженные желания и страхи членов группы могут, со своей стороны, заставить их эмоционально, если не физически, удалиться на безопасное расстояние.

Когда это равновесие кажется сомнительным, психотерапевт должен прежде всего учесть потребности группы в целом и в первую очередь постараться создать атмосферу безопасности. Большинство участников оценят эти усилия, поняв, что психотерапевт не намеревается позволить кому-либо оказаться в положении жертвы в первый же день и не стремится использовать свой статус и знания для критики, унижения или осмеяния других.

При этом участникам группы также необходима надежда на помощь и поддержку, ощущение того, что они попали не просто в общественный клуб или на вечеринку с друзьями, пусть даже с самыми близкими, и не на обычный семинар или в дискуссионную группу по интересам. Вмешательство психотерапевта должно проходить таким образом, чтобы участники видели, что руководитель понимает происходящее, догадывается о вероятных ощущениях других людей, не заставляя при этом всех чувствовать себя слишком беззащитными или смущенными. От него должна исходить следующая информация: вот возможность изменить свое настоящее и вот границы безопасности.

### **Третья цель**

У психотерапевта также есть возможность смоделировать тип поведения, который, по его мнению, должен стать нормативным для группы. Этому могут способствовать самораскрытие в форме комментирования случайных мыслей и чувств здесь-и-теперь, прямые, но не провоцирующие ощущение тревоги комментарии или вопросы к участникам, например: «Я рад, что вы сказали об этом, я чувствую примерно то же самое». Вмешательство такого типа помогает не только создать подходящую атмосферу в группе, но также косвенно указывает на то, что не должно произойти с членами группы в **дальнейшем**. Оно может говорить о том, что группа не станет местом ведения интеллектуальных дискуссий по общим вопросам, где во главу угла ставятся нормы социального этике-

та, где царит конфронтация и осуществляется принудительное развитие личности. На самом деле группа должна будет выработать свои собственные нормы в течение нескольких недель или месяцев, но психотерапевт может извне настроить участников на нужное развитие.

Еще одна важная задача психотерапевта на данном этапе — осознать свои чувства в отношении группы и собственную роль в ней, а также суметь совладать с этими чувствами. Он, вероятно, будет испытывать различные ощущения; многими из этих ощущений он не сможет или не должен делиться с группой, по крайней мере на ранней стадии работы. У психотерапевта, возможно, возникнут тревога и неуверенность: «Как они поладят друг с другом? Будут ли они и дальше приходить? Скажу ли я слишком много? Или СЛИШКОМ мало?» Возможно, существуют групповые психотерапевты, которые в первую сессию смотрят на новую группу хладнокровно, но такое случается редко и заставляет задуматься о чувствительности психотерапевта. Будучи результатом многомесячной подготовки и интервьюирования, эта дебютная встреча может стать весьма волнующим моментом. Психотерапевт должен осознавать как болезненные, так и приятные ощущения, воздерживаясь на данном этапе от вмешательства, кроме случаев, когда такое вмешательство послужило бы достижению позитивной групповой цели. Психотерапевту не следует поэтому обременять группу своими сомнениями или суждениями по поводу собственной компетентности.

Сложившуюся групповую ситуацию психотерапевт, пребывающий в состоянии тревоги или неуверенности, может (внутренне) интерпретировать как свидетельствующую о том, что он, в противоположность другим, более известным психотерапевтам, не соответствует необходимым требованиям. Тогда у психотерапевта появляется сложная задача смириться и отстраниться от ощущения своей неадекватности ситуации, для того чтобы выделить два компонента: 1 — информацию о бессознательной тревоге членов группы или о вопросе, ставящемся ими, возможно, от лица всей группы: *будете ли вы заботиться о нас так же хорошо, как могли бы эти другие психотерапевты*; 2 — сомнения психотерапевта относительно соб-

ственной компетентности. Другими словами, психотерапевт должен справляться со своими тайными ощущениями, с возможными злостью или обидой на отдельных участников и воздерживаться от этих чувств до тех пор, пока не сможет критически их осмыслить и определить причины, их вызывающие. Если при работе с группой соблюсти этот принцип, то психотерапевт сможет найти подходящий и эффективный ответ на бессознательно поставленный группой вопрос.

Одним их парадоксов и разочарований первой сессии является то открытие, что за действиями участников в новой, незнакомой ситуации может скрываться множество подразумеваемых смыслов; при этом психотерапевт не может слишком откровенно обращаться с объяснениями к отдельному участнику, поскольку это угрожает ощущению безопасности в группе.

Что касается общей практики любого психотерапевта, то здесь также замечено, что опыт первой сессии обычно весьма ограничен, и чем дольше существует группа, которой руководит психотерапевт, тем более очевидной становится эта ограниченность.

## **Вмешательство, избранное респондентами**

Прокомментировав описанную групповую ситуацию и проблемы первой сессии в целом, обратимся к тому, как, по мнению тех или иных групповых психотерапевтов, следует действовать в такой момент.

(Ж) «Я думаю, вы, вероятно, испытываете некоторую тревогу: что это будет за группа и что в ней может произойти». (1)

Психотерапевт сосредоточивает свое внимание на выявлении параллельной связи между темой беседы и подспудной обеспокоенностью участников сложившейся ситуацией. Это простая, непосредственная интерпретация на групповом уровне того, что в настоящий момент ощущается бессознательно или по крайней мере о чем не говорится открыто в группе.

(Ж) Без комментариев: пусть группа продолжает. (2)

*Комментарий психотерапевта.* Комментарий может показаться слишком контролирующим. Любой вызов ведущему, оставшийся без ответа, может позволить участникам начать высказывать собственные мнения.

Психотерапевт рассматривает происходящее как вызов, брошенный ему отдельными участниками, и решает воздержаться от какой-либо непосредственной реакции. Это согласуется с уже отмеченным мной желанием группы чувствовать некую защищенность, в частности защищенность от критики психотерапевта, поскольку критика на этом раннем этапе может восприниматься как наказание. Заметьте, что молчание в данном случае является активной позицией психотерапевта, основанной на понимании потребностей группы в настоящий момент.

(М) «Скажите-ка, неужели легче обсуждать ту психотерапевтическую группу, в которой вы могли бы участвовать или в которую еще, может быть, войдете, вместо той, в которой вы уже занимаетесь?» (3)

*Комментарий психотерапевта.* На этой ранней стадии я пытаюсь быть мягким и ободряющим, в то же время моделирую, прибегая к некоторой директивности.

Как и в первом примере вмешательства, психотерапевт обращает внимание на параллельную информацию. Но в отличие от первого респондента, который указал непосредственно на наличие чувства тревоги, он ограничивается комментированием защитных механизмов: группа пытается избежать каких-то потенциальных сложностей. Подобное вмешательство можно охарактеризовать как направляющую фасилитацию, поскольку психотерапевт подводит участников к пониманию их собственной тревоги в отношении группы, но возможность осознать это ощущение он оставляет самой группе. Как замечает психотерапевт, это мягкий подход, менее вызывающий, чем вмешательство в первом примере. Он также указывает на некоторое преднамеренное моделирование, задача которого, как говорилось выше, — указать на тип поведения, к которому ве-

душий надеется приобщить других и при котором участники будут бороться с желанием избегать трудностей, а не смиряться с НИМ.

- (М) Я бы продолжал молчать, но слушал бы с внимательным и ободряющим **ВИДОМ**. (4)

*Комментарий психотерапевта.* Группа нуждается в защите, особенно в самом начале. На первой же сессии они должны **ПОНЯТЬ**, что все сказанное ими выслушивается с интересом и — на данном этапе — без скрытой критики.

Эта позиция вряд ли нуждается в дополнительном комментарии.

- (Ж) Не реагирую и жду развития событий. (5)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы решила, что участники группы испытывают тревогу в отношении самих себя и возможностей групповой психотерапии. Вероятно, некоторые участники отметят, что занятия в группе необходимы, и напомним о той предварительной работе, которую я провела с каждым участником.

Интересно отметить, что психотерапевт (так же, как и пациенты), может сохранять молчание по разным причинам. Этот руководитель обеспокоен девальвацией группы, но связывает надежды на восстановление равновесия в ней с тем, что участники сами укажут на большое значение группы и вспомнят проделанную подготовительную работу. Изначальная вера в участников — важная составляющая роли психотерапевта при работе с группой. В данной ситуации психотерапевт может решить вмешаться позже, если группа будет продолжать концентрироваться на постороннем материале.

- (М) «У меня такое впечатление, что вы, вскочив в вагон, задумались, на тот ли поезд вы сели. Сложно судить о путешествии, которое еще не началось». (6)

*Комментарий психотерапевта.* Это обычное начало для группы, которая пытается определить свой характер, плюс естественное желание найти средство спасения на крайний случай.

Психотерапевт обращается к параллельным мыслям участников группы о своем здесь-и-теперь посредством сравнения

с путешествием на поезде. Второе высказывание можно понять как дополнительное заверение, т. е. «не беспокойтесь, сначала всегда бывает сложно», или как мягкий упрек: «вы слишком торопитесь». Эта двусмысленность в сочетании с использованием метафоры на раннем этапе существования группы характеризует психотерапевта как эксперта и руководителя группы и, вероятно, укрепляет его статус влиятельного участника, который может не одобрять происходящее в группе.

(Ж) «Сейчас, когда мы все здесь собрались, нам сложно решить, как начать и что ожидать в будущем». (7)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы постаралась сделать «совместное» утверждение, которое указало бы на тревогу группы на первой сессии и помогло бы эту тревогу контейнировать.

Психотерапевт осознает параллель между содержанием беседы и ее скрытым значением, но не обращает на это внимание группы. Вместо того чтобы связать такую оборонительную позицию с тревогой (что можно сделать как в завуалированной форме, так и открыто — см. первый и третий примеры), он обращается непосредственно к чувству тревоги. Это может озадачить тех членов группы, которые не осознают своей тревоги. У участников, признающих свою тревогу, подобное вмешательство, вопреки стремлениям психотерапевта, может только усилить это чувство: руководитель слишком прямо на него указывает, и у участников не возникает приятного ощущения, что их ведущий понимает и может объяснить происходящее. Такое вмешательство, в своем роде, противоположно предыдущему: первое указывало на способность, а второе — скорее на неспособность психотерапевта понимать ситуацию.

(Ж) «Кажется, люди в этой группе действительно нуждаются в помощи». (8)

*Комментарий психотерапевта.* 1. Надо согласовывать свои действия с требованиями ситуации. Еще будет достаточно времени, чтобы обсудить тему, стоит ли участникам сосредоточить все свое внимание и энергию только на ЭТОЙ группе (на другой сессии — скажем, месяца через два). 2. Следует обратить внимание на позитивные моменты. 3. Не нужно уже сейчас провоцировать дальнейшее сопротивление.

Мудрый способ указать на параллельную связь: происходящее в группе намеренно соотносится с происходящим вне группы так, чтобы участники не обратили внимания на существование связи защита-тревога. Причины такого поведения психотерапевта понятны из его комментариев. Задача здесь — заставить участников группы начать обсуждать себя; при этом руководитель не указывает им в отличие от большинства предыдущих респондентов на процессы, происходящие в группе. В этом смысле данное вмешательство можно вполне назвать контролирующим: психотерапевт сигнализирует о своей скрытой руководящей роли в процессе развития группы. При этом психотерапевт находится в положении канатоходца, поскольку эффект его реплики зависит от того, как она будет услышана: любое сомнение в искренности руководителя не позволит достичь желаемого результата, его слова будут восприняты как критика и пренебрежение и вызовут желание сопротивляться, которое психотерапевт хотел бы отложить до следующей сессии.

(Ж) Я бы что-нибудь сказала в том смысле, что все мы давно ждали сегодняшней встречи, все мы — новички в этой группе и т. д., что мы чувствуем, на что надеемся и т. д. (9)

*Комментарий психотерапевта.* Я думаю, одно из объяснений такого поведения - потребность в руководстве и желание подобрать для этой незнакомой ситуации какой-либо отчетливый план или программу. В группе незнакомых друг другу людей я бы действовала осторожно, хотя была бы настойчива, предлагая им вместе разработать структуру, которая поможет избавиться от чувства тревоги.

В данном случае психотерапевт обращается не к скрытому содержанию разговора, а к такой своей функции, как «заполнение пустоты» в незнакомой ситуации. Такое вмешательство можно определить как общую, не директивную фасилитацию, при которой признается потребность в структуре, но вместе с тем структура, предлагаемая некоторыми участниками группы, незаметно отодвигается на задний план. Каким же будет Результат этого вмешательства? Группа может, с одной стороны, получить дополнительное подтверждение целеустремлен-

**НОСТИ** руководителя, а с другой — почувствовать, что психотерапевт пытается заставить участников действовать в соответствии с ее планом. Психотерапевт не боится показаться властной или спровоцировать противодействие; она уверенно демонстрирует свой лидерский стиль.

- (М) Моей первоначальной непосредственной невербальной реакцией было бы следующее: я бы посмотрел на всех, раскрыл глаза шире, предлагая тем самым продолжить дискуссию. Учитывая, что это первая встреча, я был бы рад, увидев такой потенциально богатый материал. Чтобы продолжить обсуждение, я, может быть, сказал бы что-нибудь типа «Лэйнг ведь был против медицины как профессии». (10)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы предположил несколько объяснений такого разговора:

- а) интерес, воодушевление и вера в эту новую группу;
- б) тревога в отношении того, что будет происходить дальше;
- в) сомнения участников: получают ли они то, что им действительно необходимо;
- г) боязнь полностью попасть под влияние группы и боязнь быть ею отвергнутым;
- д) сомнения во мне как лидере, в моей компетентности, в моем авторитете;
- е) противодействие участников моему авторитету, злоба на то, что я «ЧТО-ТО знаю» и что они во мне нуждаются. Я бы не хотел, чтобы участники группы пошли на этот семинар.

Этот психотерапевт продумал все возможности! Его оптимизм заразителен, и можно подумать, что он наслаждается — в позитивном смысле — сопротивлением группы. Вероятно, следует отметить, что он врач, поэтому его комментарии относительно Лэйнга, возможно, указывают на параллель между одобрительным мнением участников о Лэйнге и их желанием противопоставить его своему групповому психотерапевту — врачу. Он также отчетливо осознает свое нежелание того, чтобы члены его группы пошли на семинар, — предположительно потому, что таким образом они проявят свое отношение к группе и к своему психотерапевту; однако непонятно, как он сможет сообщить об этом группе.



(М) «Я полагаю, каждый испытывает тревогу, каждый хотел бы понять, зачем он сюда пришел... понять, что вообще такое, эта групповая психотерапия... вы, вероятно, хотите представить, что будет, если вы встретитесь вне этого помещения...» (11)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы желал установить или сохранить рамки поведения... и не допустить того, чтобы они пошли к Лэйngu, и т. п.

Два последних психотерапевта обращают внимание на не рассматривавшийся ранее вопрос: где границы между тем, что Происходит в группе, и возможной встречей участников и их совместным времяпрепровождением вне группы. При любой аналитической работе следует строго учитывать эти границы, чтобы в результате не было угрозы ослабить воздействие работы в группе, а участники не отыгрывали бы вне сессии свои чувства вместо того, чтобы обсуждать их в группе. Необходимость соблюдать эти границы не всегда очевидна для членов новой группы, даже если им говорилось об этих границах до начала занятий. Когда психотерапевт подозревает, что те или иные участники ходят на другие встречи, ему необходимо, вероятно, попросить таких участников отказаться от совмещения занятий. Такая позиция руководителя, возможно, несколько ослабит обеспокоенность участников, так как станет подтверждением преданности психотерапевта группе и его особенного статуса, отличного от обычных социальных ролей.

# 4

Дэвид А. Уинтер

## ПООЧЕРЕДНЫЕ РАССКАЗЫ УЧАСТНИКОВ ГРУППЫ НА ПЕРВЫХ СЕССИЯХ

### СИТУАЦИЯ 2

*В новой группе участники решили, что каждый по очереди будет рассказывать в течение сессии «историю своего несчастья». Другие участники в это время слушают, советуют, пытаются вести себя как терапевты. Сейчас шестая сессия — очередь X. Он начинает.*

### Задача и проблемы психотерапевта

Рассуждая о культуре, которая привносится в процессе группового анализа, Фаулкс (*Foulkes, 1975, p. 95*) говорит о таком типе вербальной коммуникации, который можно охарактеризовать как «свободно развивающаяся дискуссия». Он считает, что «основой групп-аналитической ситуации является ее флексибельность и спонтанность; и эти два фактора с самого начала определяют специфику групп-аналитической ситуации. Во время сессии члены группы рассаживаются в круг. И это единственная формальность. Не существует заранее сформулированной темы для дискуссии, нет процедурных

правил, нет программы и лидера» (Faulks and Anthony 1957, 70).

Вышеописанная ситуация в данной группе является неожиданностью для психотерапевта. Очевидно, что здесь нельзя говорить о свободном развитии дискуссии, об отсутствии процедурных правил. Тем не менее, пожалуй, такая групп-аналитическая ситуация, когда группа может сама избрать для себя правило очередности, как раз и является примером гибкости и спонтанности. Поэтому, производя вмешательство в данной ситуации, психотерапевт тем самым устанавливает для группы процедурные правила.

Несмотря на это, некоторые психотерапевты могут решить, что правило очередности во многом препятствует эффективной работе группы и что это правило необходимо нарушить. Ялом (Yalom, 1985), например, относил правило очередности к категории «антитерапевтических групповых норм» и описывал механизм, при помощи которого оно может спровоцировать у некоторых участников преждевременное самораскрытие или вызвать у них такое чувство тревоги, которое заставит их прекратить терапию. В качестве вмешательства в данной ситуации он рекомендовал комментарий, адресованный всем участникам и объясняющий происходящий процесс и его возможное негативное воздействие на членов группы; этот комментарий в то же время должен указывать на допустимость альтернативных правил взаимодействия в группе.

Следующее, на что психотерапевт может обратить внимание, — это вопрос, почему группа определила для себя именно эту модель взаимодействия. Первые сессии психотерапевтической группы практически всегда провоцируют ощущение тревоги у участников: пациенты напрасно будут ожидать от психотерапевта, что он обеспечит им некую структурную безопасность и направит их взаимодействие в нужное русло. Группа в описываемой ситуации, вероятно, отчаялась получить указания психотерапевта и установила свои собственные процедурные правила. Более того, выработанные ею правила позволили участникам справиться с еще одной проблемой, с которой они столкнулись, а именно: где гарантии, что всем участникам групповой сессии будет уделено равное количе-

ство драгоценного времени. Таким образом, пациенты смогли избежать, по крайней мере на некоторое время, тягостного чувства зависти, например по отношению к тем, кто монополизирует внимание группы. Обращая внимание на эти аспекты правила очередности, психотерапевт сможет, вероятно, не только нарушить эти правила, но и указать группе на основной принцип той культуры, которую он хотел бы сформировать у участников в группе: концентрация на анализе чувств участников и их образа поведения в группе.

Хотя таким вмешательством, которое направлено на правила взаимодействия в группе, а не на содержание «печальных историй» участников, и можно достичь полезных целей, существует один важнейший фактор, который может заставить психотерапевта задуматься, прежде чем вмешаться на данном этапе развития группы. Дело в том, что подобное вмешательство окажет весьма негативное воздействие на X, который только начал рассказывать свою историю, и на всех других членов, ожидающих своей очереди. Если психотерапевт все же решает переключить внимание группы с рассказа, к которому X собирается приступить, на анализ группового поведения, то тогда он по крайней мере должен попытаться свести свое вмешательство к минимуму и уменьшить вероятность того, что X ощутит себя отверженным или чересчур оберегаемым.

Как же выбранные нами групповые аналитики пытались справиться с этой сложной проблемой?

## **Вмешательство, избранное респондентами**

Некоторые терапевты посчитали, что в данной ситуации руководителю лучше было бы не вмешиваться, раз уж ему до сих пор не удалось нарушить это правило очередности. Вот некоторые из причин, почему они отказались бы от вмешательства.

(Ж) Я бы еще раньше не позволила группе развиваться таким путем. (1)

- (М) Думаю, что я бы продолжал делать то, что делал на предыдущих пяти сессиях. (Почему бы Х не рассказать свою историю?) Почему я должен относиться к этому как просто к «**историям несчастий**»? Если мне кажется, что они попусту теряют время, почему, прежде чем вмешаться, я ждал целых пять сессий? Или, может быть, они говорили друг с другом о чем-то важном, что я не сумел понять? (2)
- (Ж) Я бы вмешалась, если бы почувствовала, что, заставив Х рассказывать печальную историю, мы ему бы навредили, — что маловероятно, поскольку, я надеюсь, в процессе отбора участников группы я бы по крайней мере убедилась, что все они обладают достаточной силой «я». (3)

*Комментарий психотерапевта.* Хотелось бы, чтобы я (неприменно) еще раньше указала группе, что «правило очередности» не является обязательным или подходящим.

Другие психотерапевты, также не прибегая к немедленному вмешательству, прокомментировали бы модель взаимодействия в группе лишь после того, как Х закончит свой рассказ, или по крайней мере сделали бы паузу. Например:

- (Ж) Позволить Х продолжать, а группе — реагировать. Ближе к концу сессии сказать: «Мне кажется, все это — пример использования схемы "один участник — одна сессия". А вы как считаете?» (4)

*Комментарий психотерапевта.* НЕ ВМЕШИВАЙТЕСЬ — СЛЕДУЙТЕ ЗА ГРУППОЙ - а потом помогите им начать РАЗМЫШЛЯТЬ.

- (Ж) а) Сначала — невербальная реакция: пусть все будет, как есть, пусть группа реагирует, но вы не вмешивайтесь.
- б) В течение сессии я бы использовала вмешательство для того, чтобы переключить внимание или интерес и на других членов группы, на тех, которые советуют или выступают в роли психотерапевта, или — еще лучше — к тому, что делает группа в целом.

в) Если вариант (б) не вызовет никаких изменений в поведении группы, я бы подождала, когда закончатся все рассказы, и затем, ближе к концу сессии, сказала бы: «Возможно, будет интересно, даже полезно посмотреть, что мы будем делать дальше, поскольку наша, так сказать, "повестка дня" уже **ВЫПОЛНЕНА**». Любые дальнейшие попытки определить «план работы» были бы встречены моим вопросом: «Почему вы это предложили?» или утверждением: «Должно быть, безопасней себя чувствуешь, когда знаешь, что будет дальше, — можно подумать, что знание о дальнейшем развитии событий даст вам чувство безопасности», или «Кажется, вы боитесь, что будет несправедливым позволить ситуации развиваться своим чередом», — и позже: «Разве это опасно?» (5)

*Комментарий психотерапевта.* Если очередь дошла уже до шестого (из восьми, наверное) участника, то вмешательство может быть воспринято оставшимися тремя как провокационный акт, лишаящий их права рассказать свою историю, как свидетельство иного к ним отношения. Лучше не быть слишком откровенным и позволить оставшимся двум или трем участникам почувствовать, что с ними обращаются так же, как с другими, — конечно, возможно, что один или двое из них не захотят так долго привлекать внимание группы на данном этапе. Естественно, я не буду прерывать сегодняшнего «героя». Моя реакция будет зависеть от того, что, как мне кажется, будет подходящим для группы в данный момент. Возможно, я просто замечу: «Кажется, нам все еще необходимо придерживаться “плана работы”».

(Ж) Я бы не вмешивалась; конечно же, я бы позволила Х рассказать свою историю, раз уж истории всех остальных уже прозвучали. После этого я бы, наверное, спросила группу: «Думаете, легче выслушивать истории по очереди, чем просто беседовать друг с другом?» (6)

*Комментарий психотерапевта.* Седьмую сессию я, возможно, начала бы словами: «Теперь, когда мы столько знаем друг о друге, интересно, как мы можем здесь начать познавать друг друга?»

(М) Я бы позволил ему некоторое время продолжать рассказ, а затем, уловив момент, сказал бы: «Мне интерес-

но то, о чем вы рассказываете, Х. Мы ведь так можем все время, пока существует группа, продолжать по очереди рассказывать истории. Но можно ли таким образом справиться с желанием каждого из вас чувствовать себя единственным пациентом? Такое впечатление, что все боятся оказаться жадными или обделенными вниманием». (7)

*Комментарий психотерапевта.* Для создания модели более свободного взаимодействия необходимо побороть чувство тревоги. Я, вероятно, использовал бы иносказательный образ, предположив, что группа — это скорее некий готовый пирог, предлагаемый психотерапевтом, а не кастрюля с супом, куда каждый внес свой вклад и откуда все едят.

Комментарии, которые дают эти психотерапевты, позволив Х в свою очередь рассказать историю, варьируют от весьма открытого фасилитирующего замечания до непосредственного интерпретирующего пояснения. В каждом из этих примеров, однако, заметно, что руководители стремятся подтолкнуть участников группы к анализу модели их взаимодействия. Другие психотерапевты склонны выбирать свой тип вмешательства исходя из содержания рассказа Х или реакции группы на этот рассказ. Вот пр **іМЕРЫ** их ответов.

(Ж) Я бы подождала, пока одна из печальных историй не отразила бы очевидным образом происходящее в группе, например фрустрация от кругового вращения. А затем предложила бы интерпретацию типа: «Сдается мне, все это похоже на то, что происходит здесь: мы, неизвестно как, придумали себе правила и никто не хочет от них отступать». (8)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы хотел удостовериться, что я борюсь с фрустрацией участников, а не с моей собственной. А также, не провоцируя угрозы, заставить их обратиться к анализу такого понятия, как сопротивление.

(М) Все это очень запутанно. Я думаю, что если подобный защитный механизм устраивает группу, я, вероятно, оставляю все как есть, пока каждый не расскажет свою

историю. Но если я почувствую неудовлетворенность ( происходящего, я, возможно, процитирую стихотворение:

«У попа была собака, он ее любил,  
Она съела кусок мяса — он ее убил,  
В землю закопал, надпись написал,  
Что у попа была **собака...**» (9)

*Комментарий психотерапевта.* Вопрос в том, когда придет время противодействовать этим защитным механизмам и — если время пришло — как противодействовать и не вызвать у **участников** ошущение, что вы нападаете на группу и, в частности, на **на**, который в этот момент рассказывает свою историю. Слегка **идиосинкразическое**, слегка забавное вмешательство подойдет лучше всего — при условии, что Х не священник и собака его пребывает в добро здравии.

Первоочередная забота обоих этих психотерапевтов — вызвать несвоевременную опасность для группы. Второй **О**вет иллюстрирует утверждение, что вмешательство **группового** аналитика далеко не всегда представляет собой **понятный** разумный анализ поведения группы или ее членов, а **напротив**, часто включает неопределенные замечания, **направленные** **на** то, чтобы подтолкнуть группу к самоанализу. Поскольку такие замечания должны быть достаточно интригующими и на первый взгляд казаться настолько загадочными, чтобы группа захотела их разгадать, они будут иметь спорное значение, если воспримутся участниками как глупость: вместо **того** чтобы задуматься над групповым процессом, члены группы скорее могут усомниться в здравомыслии психотерапевта или проигнорировать подобные замечания, избежав тем самым неприятного исследования группового процесса. **Читатель** может задаться вопросом, сможет ли психотерапевт **достичь** своей цели — фасилитации исследования группой своей модели взаимодействия, и не потребует ли подобное **вмешательство** дальнейшей работы с его стороны, например некоторых разъяснений, почему он вдруг рассказал это стихотворение.

Никто из психотерапевтов в вышеуказанных примерах не стал бы осуществлять незамедлительное вмешательство



в большинстве случаев из-за того, что это может отрицательно сказаться на Х. Другие же респонденты готовы прервать Х, но таким образом, чтобы при этом признать его «очередь». Например:

(Ж) «Х последним в группе расскажет о своих проблемах. Выслушав его, вы, вероятно, задумаетесь, что же делать дальше. Для того чтобы сделать следующий шаг, вы, возможно, обратитесь к тому, что уже произошло в группе». (10)

(М) «У меня такое впечатление, ЧТО вы думаете: сегодня — "ваш черед"». (11)

*Комментарий психотерапевта.* Перед ним, таким образом, открывается дилемма: это его очередь получать удовольствие или просто рутинная обязанность — он ждет свою очередь с нетерпением или страшится ее? Надеюсь, это привело бы к вопросу, как получилось, что группа установила для себя такой «распорядок».

(М) 1) Повернитесь к Х. Спросите его, что значит его «печальная история», — подтолкните группу к тому, чтобы обсуждать смысл происходящего, а не давать советы.  
2) Подвергните (вслух) сомнению эффективность установленного группой правила «давать советы». Что все это может означать? (12)

*Комментарий психотерапевта.* Если начать с групповой интерпретации, то может показаться, что вы отвергаете Х. Описанный пример свидетельствует, что ведущий, вероятно, слишком неактивно формировал в группе терапевтическую культуру. Поэтому психотерапевт должен вмешаться. Сначала — «работа с Х» (это продемонстрирует группе, как надо «работать»), а затем — с группой.

Таким образом, три этих психотерапевта пытаются подтолкнуть группу либо к анализу ее модели взаимоотношений, либо к тому, чтобы участники приняли модель, имеющую больший терапевтический эффект, не отвергая при этом Х. В любом случае вмешательство затрагивает Х, а в последних двух примерах оно непосредственно на него направлено. Но СЛЕ-

дует заметить, что психотерапевты в своих действиях не исходят из содержания «рассказа» X, так как иначе это означало бы одобрение и соблюдение «правила очередности» и «правила давать советы». Во втором примере психотерапевт умело проводит такое вмешательство, которое, с одной стороны, свидетельствует о внимании к X и согласии с его правом говорить, а с другой — побуждает его к обсуждению правила очередности вместо изложения своей истории. В третьем примере заметной составляющей вмешательства является моделирование психотерапевтом более продуктивной стратегии взаимоотношений в группе. Другие психотерапевты в своих комментариях также указывают на возможность такого типа взаимоотношений, который побуждал бы участников не выступать в роли психотерапевта по отношению к себе и к другим, а обмениваться соображениями по поводу рассказов участников. **Например:**

- (Ж) Я бы позволила X начать, но внимательно следила бы за его рассказом — в нем обязательно должно прозвучать что-то сходное с рассказами других участников. Затем я стала бы размышлять, вовлекая в обсуждение членов группы, например: «У X были проблемы в отношениях с матерью, а у вас, Джейн, ведь дети-подростки...» (надеюсь, смогу сформулировать эту мысль более удачно) или «Вы ведь тоже потеряли партнера, Вильям...» (13)

*Комментарий психотерапевта.* Передо мной разбросанная мозаика из цветного стекла; стеклышки одного цвета надо отшлифовать и сложить таким образом, чтобы получилась гораздо более интересная картинка, — возможно, я поделюсь этой метафорой с группой.

- (Ж) «Что-то происходит в этой группе, и мне кажется, мы должны на мгновение остановиться и задуматься. На этой неделе Лиз играет роль пациентки, а все остальные — роль психотерапевта. На прошлой неделе пациентом был Джо и т. д. Неужели все вы боитесь конкурировать друг с другом, чтобы привлечь внимание группы: тогда вы не сможете сдерживать свои эмоции, ваши

чувства выйдут из-под контроля и вырвутся наружу, возможно, даже весьма агрессивным образом. Может быть, кто-то пострадает от этого, например Я». Я бы также использовала прямые вопросы, адресованные участникам: «Я знаю, Том, что у вас были сложные отношения с отцом, так же как и у Лиз. Что вы чувствовали, когда слушали ее рассказ?» (14)

*Комментарий психотерапевта.* Такая модель взаимоотношений не противоречит потребности отдельных участников в присутствии психотерапевта, она «исключает» руководителя из группового процесса и позволяет остальным участникам исполнять его роль. Таким образом, участники могут избежать ощущения потребности, чувства жадности и фрустрации.

Если в вышеприведенных примерах те психотерапевты, которые решили вмешаться, в своих комментариях обращают внимание и на X, то другие руководители менее беспокоятся о возможной реакции самого X на вмешательство, которое его во многом игнорирует. Они бы осуществили вмешательство следующим образом:

(М) «Каждую неделю у нас один пациент и шесть психотерапевтов. Почему так происходит?» (15)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы обязательно спровоцировал групповую реакцию на групповое сопротивление.

(М) «Боже мой! А что же будет, когда вы все расскажете свои истории? Начнете опять все сначала? Или вы ждете, что я подведу итог?» (16)

*Комментарий психотерапевта.* Это правило необходимо оспорить, хотя я понимаю, что сначала это покажется сарказмом или давлением.

(Ж) «Я заметила, что в течение нескольких недель никто так и не воспротивился принятой модели — когда время и внимание поровну распределяются между всеми участниками. Есть идеи по этому поводу?» (17)

*Комментарий психотерапевта.* Я полагаю, что причина появления такого правила кроется в действии защитных механизмов против ощущения жадности и алчности. Я бы попыталась сказать что-нибудь такое, что помогло бы участникам обратить свое внимание на эти чувства непосредственно на уровне сознания.

- (М) «Когда вы по очереди берете слово, вы как бы настаиваете на точном, равномерном распределении возможностей в группе: один за всех и **ВСЕ** за одного. Неужели каждый может высказываться только соответственно своей порядковой очереди? Вы думаете, что опыт каждого участника исключителен только для него самого? Вы привязаны к своему личному опыту, однако все же **СОБРАЛИСЬ** вместе. По некоторым причинам ситуацией, когда вы собираетесь вместе, необходимо управлять». (18)

*Комментарий психотерапевта.* За таким поведением может скрываться боязнь потерять индивидуальность.

- (М) «Давайте посмотрим на процесс, происходящий в настоящий момент. Похоже, установилось правило: каждый по очереди демонстрирует свой "семейный альбом"; не хочет ли группа тем самым избежать чего-то? Вы что, считаете, что единственный способ существования группы — это все делать по очереди? Может, вы боитесь, что иначе у вас не будет возможности выговориться?» (19)

*Комментарий психотерапевта.* Здесь необходимо предложить другие способы работы.

- (М) «Не кажется ли вам, что вот это "давайте говорить по очереди" всего лишь **ПОКАЗЫВАЕТ**, что вы, не имея такой дополнительной страховки, просто боитесь конкурировать за место в **группе?**». (20)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы интерпретировал это скорее как временное явление сосредоточенности на чувствах, испытываемых в данный момент, чем как обычное правило, которое группа для себя установила. Мое вмешательство заставит группу сосредоточиться на «здесь-и-теперь».

(Ж) «Вероятно, тем, что вы так стремитесь помочь друг другу и так вежливо соблюдаете очередность, вы демонстрируете свое отношение ко мне как к лидеру или "родителю" в группе. И мне кажется, что вы ощущаете сильную тревогу, может быть, даже раздражение от того, что я могу заставить вас самих заботиться о себе». (21)

*Комментарий психотерапевта.* Группа находится на очень ранней стадии своего существования. Усилия, пожалуй, необходимо направить на выработку сплоченности участников для того, чтобы избежать конкуренции и примирить их с руководителем.

Данные вмешательства, так же как и предыдущие, переключают внимание группы на модель взаимоотношений участников, но в отличие от приведенных ранее примеров психотерапевты здесь более целенаправленно подталкивают группу к анализу конкретной гипотезы в отношении этой модели. Одни побуждают участников группы к анализу их собственных чувств и интерпретаций этой модели; другие намекают на то, что эта модель служит группе средством избежать проблемы; а третьи открыто указывают, каких именно проблем группа старается избежать. Что касается последнего аспекта, то здесь психотерапевты несколько расходятся во мнениях по поводу причин изначальной тревоги. Чаще всего они говорят о желании избежать чувства жадности и зависти, но иногда — о стремлении сохранить свою индивидуальность и о гневе на психотерапевта.

Другие респонденты ставят перед собой задачу скорее не интерпретировать сложившуюся модель, а показать группе, что она не имеет оптимального терапевтического эффекта, либо выявить неудовлетворенность участников группы этой моделью — даже если это выявление повлечет раскрытие клиентов. Эти терапевты предлагали следующие варианты вмешательства:

(М) Если Х будет продолжать следовать описанной модели, скажите: «Ценой такой контролируемой спонтанности становится то, что реальные взаимоотношения в группе развиваться не могут и каждый все равно чувствует

потребность в ощущении безопасности. Неужели такое положение вещей устраивает всех членов группы?» (22)

*Комментарий психотерапевта.* 1. Группа новая, а значит, необходимо отчетливое дидактическое вмешательство, **ВЫЯВЛЯЮЩЕ** конфликт и компромисс. 2. Вопрос должен подбодрить тех, кто готов выразить свое мнение.

- (М) «**Кажется**, было бы спокойнее оставить свои личные драмы при себе, чем делиться ими друг с другом. Это достаточно скучно». (23)

*Комментарий психотерапевта.* Кажется, это защитный механизм против боязни личного общения. После шести сессий мне бы это все здорово надоело! (Контрперенос или ответная реакция.) Надеюсь, мой комментарий вызовет эффективную ответную реакцию, которая изменит установившееся правило. Это может быть реакция шока, боязни, гнева, чего-то актуального, **ЗДЕСЬ-И** теперь.

- (М) Я бы вмешался намного раньше. (Прерываю говорящего): «Не могли бы вы минутку подождать?» (Обращаюсь к группе): «Таким образом — высказываясь по очереди — мы можем узнать многое о каждом участнике и, без сомнения, дать дельный совет. Но мы не используем группу для анализа нашей реакции друг на друга, наших чувств по отношению друг к другу, а ведь это, в **ОБЩЕМ** — то, было бы более полезно». (24)

*Комментарий психотерапевта.* Вмешайтесь, чтобы установить иную групповую культуру.

Несмотря на многообразие предложенных **ВМЕШАТЕЛЬСТВ**, в реакции наших групповых аналитиков на данную ситуацию есть существенные общие черты. Действительно, все без исключения, они подразумевают в своих комментариях, если не в самом вмешательстве, что правило очередности нежелательно, и если они решают вмешаться, то их вмешательство, по крайней мере отчасти, имеет своей целью формирование модели, имеющей большой терапевтический эффект. В большинстве случаев эти типы вмешательства направлены на группу в

целом, а не на отдельных участников, хотя в некоторых примерах озабоченность тем, что X может почувствовать себя отвергнутым, заставляет психотерапевта обращаться и к нему. Конечной мыслью многих психотерапевтов является то, что вмешательство в группе, которая находится на столь ранней стадии развития, следует осуществлять осторожно, так чтобы не создать несвоевременной угрозы для участников.

Дэвид Кеннарл

## ВОЗМОЖНЫЙ ВЫХОД ИЗ ГРУППЫ

### СИТУАЦИЯ 3

*Группа существует два месяца. В первые несколько недель двое участников досрочно покинули группу, не обсудив причин своего решения. Еще один участник, Джон, пропустил уже две сессии. Во время этих сессий участники группы выражали свою обеспокоенность состоянием Джона, который казался подавленным и социально изолированным. На очередную сессию Джон приезжает с опозданием на несколько минут. Один из участников радостно приветствует его: «Привет, Джон, рад тебя видеть». После этого остальные участники продолжают обсуждать, почему их коллеги по работе негативно относятся к психотерапии, и анализировать причины, вызывающие у людей депрессивное состояние. К Джону, который сохраняет молчание, никто не обращается.*

### Задача и проблемы психотерапевта

Скорей всего, большинство психотерапевтов решат, что их главная задача наданной сессии — дать Джону почувствовать, что он член группы. Если он уйдет, то это будет двойная потеря: Джон потерпит неудачу, а из группы выйдет третий



участник. Другая цель, которую могут одновременно преследовать психотерапевты, — помочь группе, которая все еще находится на раннем этапе своего существования, развить терапевтическую культуру. Через некоторое время у участников группы могут появиться специфические отношения, ожидания, желания, понимание, навыки и т. д., которые способствуют повышению позитивного терапевтического эффекта групповых занятий для каждого из членов группы; психотерапевт же при этом по необходимости будет фасилитировать процесс или «дирижировать» им — отсюда и термин «руководитель/дирижер». Анализ взаимодействия (или его недостаточности) между Джоном и остальными участниками группы — естественное и основное средство достижения этой цели. Третья задача психотерапевта — постараться понять процессы, происходящие в группе в настоящий момент, а затем решить, насколько полезным будет осознание этих процессов участниками, а также как и когда этому осознанию следует способствовать.

Давайте попытаемся решить, какие процессы в действительности могут скрываться за видимыми взаимоотношениями в «невидимой» группе (см. подробнее *Agazarian and Peters, 1981*). Краткая предыстория этой групповой ситуации, несомненно, имеет определенное значение: если Джон покинет группу, то он будет уже третьим. Оставшиеся участники, естественно, вспомнят об этом. Что они могут ощутить из-за ЭТОГО? Заботу о Джоне и, возможно, неуверенность, с какой стороны к нему лучше подступить, опасение, что прямой вопрос может его расстроить и сделать его уход еще более вероятным. Заботу об остальных участниках группы: решит ли кто-то еще уйти? Не развалится ли группа? Не решит ли психотерапевт распустить группу? Вероятно, также досаду на Джона, поскольку **ОН** не сообщил группе (через руководителя), что не сможет **прийти**. К тому же, возможно, определенное желание, чтобы Джон *действительно* ушел: раз уж он не готов приходить каждую неделю, как остальные, — в конце **КОНЦОВ**, другим участникам также, может быть, сложно посещать все сессии, — то ему лучше уйти. Тем, кто не покинет

группу, достанется больше времени, и они получают (теоретически) возможность установить более тесный контакт с психотерапевтом. Наконец, негативные или смешанные чувства по отношению к терапевту в данной ситуации из-за недостаточно тщательно проведенного им подбора участников, что послужило причиной выхода пациентов из группы, — и надежду или предположение, что ведущий станет расспрашивать Джона о причинах его отсутствия и опоздания.

Исходя из всего этого можно определить некоторые проблемы или «фокальные конфликты» (*Whitaker, 1985*), которые присущи отношению участников к Джону, к группе в целом или к психотерапевту. Что касается отношения к Джону, то здесь могут присутствовать два потенциальных конфликта: первый — что делать, второй — как воспринимать. Члены группы хотят выяснить, что с Джоном, но боятся риска расстроить его; они также могут ощущать некоторую вину за то, что Джона «выключили» из группы на первых сессиях (кто-то что-то сказал или не смог сказать), и в то же время раздражение из-за **того**, что Джон явно недостаточно предан группе. По отношению к группе в целом участники могут чувствовать, что она является одновременно безопасным местом, убежищем от непривлекательных чужаков и местом, где людей могут, например, расстроить, причинив тем самым страдание. По отношению к руководителю группы участники могут иметь оптимистические соображения — он, наверное, «знает, что делать», — а также ощущать разочарование или гнев, поскольку именно руководителя считают ответственным за проблемы, появившиеся в группе.

А как же с Джоном? Можем ли мы догадаться о его мыслях и чувствах? Бойтся ли он того отношения, с которым столкнется после двухнедельного отсутствия? (Его опоздание дает повод так подумать.) Все еще надеется, что группа или психотерапевт смогут ему помочь, но не знает, каким образом? **Чувствует** вину за то, что не предупредил о своем отсутствии? Ощущает себя чужаком, не чувствует себя частью группы?

Мы видим, что за кажущейся простотой описанной в начале главы ситуации скрывается множество острых вопросов. Каково мнение психотерапевта?

Психотерапевт может, конечно, просто подождать, чтобы затем увидеть, что будет происходить в группе; и некоторые из наших респондентов рассматривают такую возможность как первоначальный вариант действия. Однако если поведение группы так и не изменится до конца сессии, то есть вероятность, что Джон больше не вернется. Если же психотерапевт решает вмешаться, то у него несколько вариантов действия. Далее вмешательства, избранные респондентами, сгруппированы в определенную последовательность: сначала мы приведем те вмешательства, которые направлены на фасилитацию общения Джона и других членов группы — анализ скрытого смысла поведения группы откладывается здесь на более поздний срок; а в конце — те, которые имеют своей целью побудить группу обратиться к осознанию скрытых процессов, происходящих в группе. Как будет видно из комментариев психотерапевтов, выбор вмешательства зависит от мнения руководителя, смогут ли на данной стадии участники группы совладать с осознанием своих негативных или смешанных чувств — по отношению к Джону, к психотерапевту и к самой группе.

Если одни респонденты явно предпочитают сосредоточиться на создании позитивной атмосферы в группе, то другие используют данную ситуацию как возможность указать группе на существование бессознательной связи между подспудной озабоченностью и очевидной темой разговора в группе. Другая проблема для психотерапевта — решить, насколько следует входить в конфронтацию с группой: налицо множество подходов — от теплой поддержки и ободрения до позиции «пусть все идет своим чередом». У терапевтов также нет единого мнения, к кому следует обращаться: к Джону, или к группе в целом, или и к Джону и к группе. Наконец, вероятно, наиболее важная задача для многих респондентов — определить подходящее соотношение между двумя функциями психотерапевта: исполнение роли лидера, помогающего участникам группы преодолеть их трудности, и роли ассистента, помогающего участникам самим анализировать свои способности справиться с ситуацией. Групповой анализ как метод делает акцент на том, что именно группа должна стать главным фактором **Терапевтических** изменений. При этом групповые аналитики

внимательно относятся и к потребностям группы в конкретный момент. В представленных ниже вмешательствах мы видим, как опытные групповые аналитики рассматривают данную ситуацию под разными углами зрения и предлагают широкий спектр решений возникших проблем.

## Прямое обращение к Джону

(Ж) Я бы улыбнулась Джону, как только он вошел, по возможности кивнув или жестом приглашая его сесть. В подходящий момент я бы обратилась к нему: «Мы тут обсуждали твоё отсутствие: ты ведь нас не предупредил. Что случилось?» ПОСЛЕ его ответа и реакции группы (если таковая будет) я бы еще раз объяснила, почему так важны регулярность и пунктуальность (стараясь, чтобы это не прозвучало в ультимативной форме). (1)

*Комментарий психотерапевта.* На этой ранней стадии существования группы прямой вопрос к Джону кажется более предпочтительным, нежели анализ мыслей группы по поводу его отсутствия/подавленности. Сделайте акцент на том, что вы рады его приходу, а не на том, что были огорчены его отсутствием.

Это простое и прямое вмешательство осуществляется достаточно целенаправленно. Слова руководителя звучат дружелюбно и тепло, а не угрожающе; психотерапевт осознает всю свою ответственность за то, чтобы помочь Джону вновь утвердиться в группе; он использует ситуацию как возможность проделать определенную работу, прямо направленную на сохранение групповых норм. Психотерапевт твердо решает не обращать внимания на скрытые чувства или процессы в группе, считая, что для этого еще не пришло время и что поддержание позитивной атмосферы гостеприимства есть наиболее важная задача в настоящий момент. Но воспримет ли группа от психотерапевта ту идею, что негативные или сложные чувства не стоит выражать открыто и что сами участники также должны нести ответственность за группу?

## Побуждение участников к беседе с Джоном по поводу него самого

- (Ж) «Вам, по всей видимости, сложно решиться обсуждать с Джоном его отсутствие и рассказать ему, что вы думаете обо всем этом... в конце концов, вы ведь все очень беспокоились за него...» (2)

*Комментарий психотерапевта.* Мне бы хотелось содействовать свободному общению между участниками группы. В этом случае «забота» о Джоне была бы позитивным началом для дальнейшего общения: это побудило бы участников поделиться друг с другом своими чувствами и одновременно указало бы на ответственность друг перед другом за свои слова и т. д.

- (Ж) «Кажется, будто нам трудно признаться Джону, что мы были обеспокоены его отсутствием». (3)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы хотела укрепить положение Джона в группе, дав ему понять, что о нем говорили в его отсутствие; не надо упрекать его за пропуск сессии; группа должна стать активной и сразу принять Джона.

- (Ж) «Видимо, вам трудно решиться спросить Джона, почему его не было на прошлых сессиях». Это должно быть сказано с улыбкой, обращенной к Джону, — так, чтобы он не воспринял мои слова как обвинение. (4)

*Комментарий психотерапевта.* Желание вызвать дискуссию по поводу опасений из-за возможного ухода Джона из группы, а также попытка убедиться, что он отсутствовал по уважительной причине; позвольте Джону вербализировать свои ощущения относительно того, как сложно ему было прийти, обратитесь к опасениям пациентов, что они деструктивно повлияли на участников, покинувших группу.

Несколько различными путями эти три психотерапевта пытаются совместить два аспекта: включение Джона в группу и **Помощь** группе в обретении чувства ответственности за это. Первый психотерапевт все еще делает акцент на создании

позитивной атмосферы и избежании ощущения наказания третий в своих замечаниях предлагает гипотезу: СЛОЖНОСТЬ при разговоре с Джоном может состоять в том, что другие пациенты чувствуют в некотором смысле вину за выход ДВУХ предыдущих участников из группы.

## Вызов стремлению группы избежать разговора с Джоном

Также уделяя основное внимание побуждению Джон и других участников группы к открытому взаимодействию, НЕкоторые из наших респондентов предпочитают тем не менее более вызывающий подход к группе и стремятся привлечь внимание группы к вопросу, какое отношение тема РАЗГОВОРА имеет к одному из участников группы — к Джону.

- (Ж) «Мы говорим об отношении других. А как насчет НАШЕГО собственного отношения друг к другу здесь, в ГРУППЕ нашего беспокойства друг о друге?» (5)
- (М) «Мы как будто больше интересуемся мнением ДРУГИХ людей, чем нашими собственными отношениями в группе. Джон нашел в себе силы прийти, а вы его ИГНОРИРУЕТЕ». (6)

В данных вмешательствах позиция психотерапевтов была сказана ясно и открыто; но подобный тип вмешательства, ПСЖАЛУЙ, вызовет у участников группы ощущение, что им ВЫГОДЕЖИВАЮТ; другие респонденты оказались более ПРОНИЦАТЕЛЬНЫМИ и смогли избежать этого эффекта. Конечно, многое ЗАВИСИТ от интонации высказывания психотерапевта. Возьмите, к примеру, следующее лаконичное вмешательство:

- (М) «Кажется, мы ничего еще не сказали по поводу возвращения Джона». (7)

Можно представить, что это говорится резким, НЕОДОБРИТЕЛЬНЫМ голосом, как суровый выговор или порицание (НАПРИМЕР, минает учителя, взирающего на провинившегося: «Нечего СКАЗЫВАТЬ?»), или мягким, ободряющим голосом, как бы ПРИГЛАШАЮЩА

ответить. Эта разница для группы будет иметь огромное значение.

*Комментарий психотерапевта.* Это вмешательство — попытка раскрепостить участников группы так, чтобы они выразили свои мысли по поводу отсутствия Джона, ухода двух бывших членов, а также сомнения, стоит ли посещать сессии. Это также может подтолкнуть к беседе Джона.

## Вербализированное удивление поведением группы

В следующих двух примерах психотерапевты в качестве вмешательства выбрали вербализированное удивление поведением группы. Такое вмешательство подразумевает, что здесь есть чему удивиться; при этом участникам самим предоставляется право определить, стоит ли реагировать, и если стоит, о как.

Ж) «Интересно, почему это никто в группе не спрашивает Джона о его отсутствии. Мне помнится, пока его не было, вы о нем весьма беспокоились, а сейчас, когда он пришел, никто не готов "пойти к нему навстречу"; хотелось бы знать, что все это **ЗНАЧИТ**». (8)

*Комментарий психотерапевта.*

1. Пусть группа все сделает сама: не работайте за нее и не задавайте вопросов.
2. Восстановите в группе недостающие детали: раскройте «психотерапевтический **ЗОНТИК**» над всеми **невербализированными мыслями**.
3. Избегайте трудоемких интерпретаций касательно ухода из группы, двойственных чувств по отношению к группе и т. п. Надеюсь, эти интерпретации отыщет сама группа — если уже не нашла и не готова их обсудить.

М) «Для вас тема отсутствия участников на сессиях стала болезненным вопросом. Вы (группа) ничего не говорите о том, что Джон пропустил две сессии, и хотя все рады, что ты (Джон) снова с нами, никто ничего не спрашивает о твоём отсутствии». (9)

*Комментарий психотерапевта.* Возможно, я попытаюсь проанализировать чувства Джона, а также продолжить незаконченный разговор о проблеме выхода из группы.

Используя методику «удивления вслух» или «замечания вскользь», психотерапевты надеются выполнить две задачи: способствовать взаимодействию между Джоном и другими участниками и заставить участников размышлять над тем, что происходит в группе. В обоих вмешательствах психотерапевты осознают связь между очевидной темой разговора и скрытым беспокойством за Джона или — шире — озабоченность по поводу пропусков сессий и ухода из группы; однако они не указывают непосредственно на эту связь — психотерапевт просто говорит: кажется, есть проблема, и ее стоит обсудить. Эффективность этого подхода зависит от заинтересованности участников в развитии темы.

## Указание на существование параллельной коммуникации без ее конкретизации

Существует альтернативный, достаточно профессиональный подход к вопросу, как привлечь внимание участников на то, что происходит внутри группы. Можно дать участникам понять, что на самом деле то, о чем они говорят, прямо относится к ситуации, сложившейся в группе. Так вводится идея параллельной коммуникации, описанная Мэланом (Malan, 1979) и применяемая во всех формах психотерапии. Она предполагает существование скрытой параллели между открытой обсуждаемой темой, или вопросом, и другим вопросом, который беспокоит говорящего (или, как в нашем случае, группу) но который говорящим не осознается, предположительно из-за того, что о нем говорить неприятно. Весь смысл интерпретации при этом заключается в гипотезе о существовании параллельного значения: в психоаналитической работе это один из наиболее интересных аспектов, впрочем, именно он чаще всего раздражает критиков психоанализа (или таит для них опасность). Далее предлагаются несколько примеров вмешательств



тельства, в рамках которых простейшим образом выражается мнение о наличии параллельной коммуникации. В этих вмешательствах психотерапевты никоим образом не стремятся **определить** возможное содержание этой коммуникации, и употребляя терминологию, выработанную нами для нашего **исследования**, такой тип вмешательства можно назвать «направленной фасилитацией» — когда психотерапевт открывает дверь в параллельное значение, но оставляет возможность войти в нее самой группе.

- (М) «Не кажется ли вам, что мы говорим сейчас о нашем беспокойстве за Джона?» (10)
- (М) «От вашего разговора создается впечатление, будто каждый из вас пытается выразить свою обеспокоенность тем, что происходит с Джоном, — ведь он пришел последним в группе...» (11)
- (М) «Мне кажется, разговор идет о Джоне, но самого Джона вы в этот разговор не включаете. Кто-нибудь может объяснить, почему?» (12)
- (Ж) «Не касаются ли эти общие темы, о которых мы сейчас говорим, нас самих?» (13)

В отличие от предыдущих данные примеры вмешательства выглядят не как приглашения и предложения группе что-то сделать (например, заговорить с Джоном), а, если хотите, как приглашение поразмышлять над групповым процессом. Какими будут возможные последствия такого вмешательства для группы? Вероятно, оно вызовет обострение чувства тревоги у тех участников, кто подавлял в себе все мысли о Джоне и его трудностях, но одновременно и чувство облегчения у тех, кто **думал** о Джоне, но своих мыслей вслух не выражал. Связать две стороны параллельной коммуникации — это всегда деликатная задача, так как при этом предполагается, что группа или отдельный участник не ощущает в полной мере эту связь; упоминание о ней часто встречается с недоверием или возмущением, так как результат подобной интерпретации **воспринимается** скорее как болезненная атака на нарциссизм, а не как полезное наблюдение. Один из способов минимизации нега-

тивного эффекта данного аспекта интерпретационной связи - вести себя как учитель, который объясняет работу детали механизма. Обратите внимание на то, как в третьем примере вмешательство посредством простого дополнения в виде вопроса помогает уменьшить отрицательное воздействие интерпретации, имитируя относительную безопасность атмосферы «обучения»; а в четвертом примере руководитель избегает прямого обращения к Джону и дает следующий комментарий:

*Комментарий психотерапевта.* Я бы продемонстрировал, как группа может обращаться с материалом, — «обучение-через-интерпретацию». Своим высказыванием я бы постарался показать свое отношение к Джону как к отдельному участнику и к группе как к единому целому.

## Прямая ссылка на параллельные негативные или смешанные чувства участников по отношению к группе

В следующих примерах вмешательства психотерапевты прибегают к более значительному вмешательству: они высказывают предположение, что негативное отношение к психотерапии, о котором говорит группа, связано с обеспокоенностью самих участников. Члены группы, возможно, сами разделяют чувства, подобные тем, которые они обсуждают, и вследствие этого испытывают противоречивые ощущения по отношению к группе. В этом контексте пропуск сессии и опоздание Джона, а также предыдущие случаи ухода из группы свидетельствуют об иной проблеме, стоящей перед психотерапевтом: вопрос не только в том, как помочь участникам выразить и собственную обеспокоенность непосредственно Джону, но и в том, насколько амбивалентность самого Джона — идти или не идти на сессию — отражает чувства других участников, а именно их неуверенность и смешанные чувства по отношению к группе. В предыдущих примерах психотерапевты хотя и осознавали эту проблему, но предпочитали акцентировать внимание и строить свое вмешательство на позитивных ощущениях внутри группы, считая, что группа пока не готова анализировать свою скрытую тревогу.

В следующих примерах вмешательства психотерапевты **пытаются** соединить, с одной стороны, поддержку, а с другой — анализ чувств участников, который неминуемо усилит ощущение тревоги в группе. Умение правильно сбалансировать эти аспекты — одно из самых основных для любого психотерапевта, и любопытно заметить по мере нашего исследования типов вмешательства, насколько по-разному выглядит это соотношение у тех или иных групповых аналитиков. Эти двое психотерапевтов действуют достаточно осторожно:

- (М) «Интересно, насколько полезными каждый из вас считает наши групповые сессии». (14)
- (Ж) «Да, нелегко на столь раннем этапе существования группы поделиться сомнениями, полезно ли все это». (15)

Далее психотерапевты более откровенны в своих вмешательствах.

- (Ж) «Я все больше думаю, не разделяете ли вы сами того негативного отношения к психотерапии, о котором мы сейчас говорим. Я и раньше замечала, что часто, когда вы говорите о чем-либо, происходящем вне группы, это бывает связано с чувствами, которые вы сами испытываете в группе — прямо сейчас». (16)

*Комментарий психотерапевта.* Я думаю, участники группы скрывают свои собственные негативные чувства в отношении группы и, возможно, в отношении руководителя — при этом они опасаются показать свою подавленность. Так как это начальная стадия развития группы, я бы сделала некоторого рода наставление.

- (Ж) «Я думаю, вы сейчас говорите о своем собственном ощущении неуверенности относительно группы — о таком же, как и у ваших коллег по работе. Большинство испытывает тревогу на начальной стадии существования группы, и было бы неплохо об этом поговорить». (17)

*Комментарий психотерапевта.* Я думаю, это свидетельствует о том, что участники опасаются, что группа распадется и что обсуждение этих мыслей сделает ее распад только более вероятным;

но так как об этом не говорится вслух, участники чувствуют себя изолированными, и каждый считает, что он один испытывает эти опасения. Я бы надеялась, что в ходе последующей дискуссии разговор естественным образом перейдет на пропуск Джоном сессии и на его возвращение. Если же нет, то я найду для этого другие возможности, так как считаю, что Джон своим поведением может быть, выражает чувства всей группы.

- (М) «**Последние** пару сессий я сидел тут и думал, что происходит здесь, "за кулисами" группы — и, знаете ли, мне кажется, все это имеет отношение к весьма реальным сомнениям, которые часто испытывают люди после двух месяцев занятий в такой группе, как ваша. Вам так не кажется? "Зря я сюда пришел!" и т. п.» (18)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы попытался вывести проблему на поверхность и **показать**, что она касается всех, — это был бы первым шагом; а затем, по возможности, исследовал бы, как группа с этой проблемой справляется.

- (Ж) «Не кажется ли вам, что, говоря о взглядах ваших коллег по работе, вы на самом деле выражаете ваши собственные сомнения в эффективности психотерапии? **В** должно быть, пытаетесь понять, почему двое участников покинули группу. Не собирается ли Джон так же уйти? Люди уходят, потому что чувствуют себя подавленно в группе?» (19)

*Комментарий психотерапевта.* Мне кажется, что здесь речь идет о негативных мыслях и чувствах и их необходимо **высказать**. Группа не уверена, что это будет воспринято адекватно. Участники, вероятно, опасаются, что если обратиться непосредственно к Джону, спросить его, почему он пропустил две сессии, и **выразить** собственное беспокойство по поводу его подавленного вида то все это расстроит самого Джона. Возможно, они также **пытаются** понять, не сказали ли они чего-то такого, что заставило других участников покинуть группу. Очевидно, что тема **выходит** из группы до сих пор еще не обсуждалась. Это можно **объяснить** тем, что сам ведущий испытывает тревогу относительно **обсуждения** проблемных вопросов.

(Ж) «Мне кажется, вас всех сильно беспокоит вопрос, эффективна ли психотерапия. Возможно, Джон выразил свои сомнения тем, что пропустил несколько сессий, но, я думаю он не единственный, кто испытывает подобные смешанные чувства». (20)

*Комментарий психотерапевта.* Для первых групповых сессий типичной является всеобщая (характерная и для руководителя) обеспокоенность тем, чтобы группа «работала» во всех смыслах этого слова, а также опасения относительно как распада группы, так и излишней ее сплоченности. Я предпочитаю рассматривать эту тревогу как групповое явление и, по возможности, апеллирую к «повзрослевшей» группе — раз уж мы заранее договорились все до конца анализировать.

В данных вмешательствах психотерапевты обращаются к выявлению и анализу скрытых мыслей и чувств, которые могут испытывать участники группы: будет ли результат? правильный ли выбор я сделал? не вызовет ли это у нас еще большую депрессию? мы что-то сказали или сделали такое, что заставило других покинуть группу? В этих вмешательствах респонденты обращают внимание и на другие аспекты: на то, что подобное поведение, а именно пропуск сессии, может выражать определенный аттитюд; на то, что сомнения в эффективности терапии — обычное явление для группы на столь ранней стадии существования и что вполне нормальным будет обсудить эти сомнения; на возможность в целом указать на существование параллельной коммуникации.

В своих комментариях психотерапевты также упоминают некоторые аспекты, на которые вмешательство не направлялось, а именно: опасения участников, что группа может развалиться, и сомнения или негативные чувства по отношению к психотерапевту. Возможно, респонденты посчитали, что непосредственное обращение к этим темам на данном этапе вызвало бы у участников излишнюю тревогу. Тем не менее в контексте создания групповых норм во многих примерах вмешательства присутствует скрытый вопрос: кто должен взять на себя ответственность за выход группы из создавшегося затруднительного положения — руководитель или члены группы.

В следующем примере вмешательства этот вопрос четко ставится перед группой.

- (Ж) «На прошлой неделе вы сильно беспокоились из-за Джона и удивлялись, почему он не приходит; а сейчас кажется, вы не в состоянии даже обратиться к нему. Похоже, все чувствуют какую-то беспомощность и **ЖДУТ** что на самом деле я должен заняться этой проблемой и вернуть всем вам ощущение спокойствия». (21)

*Комментарий психотерапевта.* Есть две проблемы: **отсутствии** Джона и негативные чувства по отношению к руководителю. Я думаю, Джону нужно помочь остаться (потому ему надо дать понять, что на прошлой неделе нам его не хватало), а группе **не** обходимо показать, что Джону можно помочь, если завести с ним разговор, — тем более что двое участников недавно уже **покинули** группу.

Такое вмешательство вряд ли усилит тревогу; оно **кажется** достаточно ободряющим и сочувственным, чтобы группа смогла осознать свою зависимость от психотерапевта и чтобы участники начали сами что-то для себя делать. И напротив, вмешательство в следующем примере преследует те же цели, но в абсолютно ином ключе:

- (М) «Меня очень беспокоит то, что сейчас происходит. В группе будто бы царит атмосфера беспомощности, **СЛОВНО** психотерапия — это бесполезная трата времени, и нечего здесь анализировать. Мне кажется, нас всех **должны** беспокоить то, что Джон пропустил две последние сессии, а сегодня опоздал. У вас нет желания **поговорить** обо всем этом, Джон?» (22)

Констатация того, что психотерапевт сам «очень **обеспокоен**», в действительности, скорее всего, значительно **усилил** ощущение тревоги у участников группы. Психотерапевт **так** же демонстрирует **определенную** опрометчивость, например комментируя атмосферу беспомощности, а затем нападая на Джона, — все это лишь увеличивает пассивность группы. Здесь вряд ли можно говорить об атмосфере теплоты и **сочувствия**, а тройное упоминание о беспомощности, бесполезной трате

времени и бессмысленности анализа дает только еще более деморализующий эффект. Создается такое впечатление, что психотерапевт считает: у группы возникли проблемы и он сам должен вмешаться, паля из всех пушек, чтобы спасти группу. У этих двух примеров вмешательства одинаковая цель, но разные средства, и из их сравнительного анализа можно узнать **МНОГО НОВОГО**.

Остается еще одна область «скрытых» чувств или «скрытой» коммуникации внутри группы, которая пока не комментировалась: группа может испытывать двойственные чувства по отношению не только к групповой терапии и к психотерапевту, но также и к самому Джону. В конце концов, позволяет ли депрессивное состояние участника не принимать во внимание установленную договоренность, что тот, кто не может прийти на сессию, должен предупредить об этом руководителя? Другие участники успешно борются со своими негативными чувствами касательно посещения сессий; если Джон не может совладать со своими сомнениями, ему лучше уйти. Подобные мысли вполне реальны, но их вербализация в подобных обстоятельствах покажется проявлением враждебности и невнимательности, поэтому в настоящий момент лучше просто игнорировать Джона. Этот психотерапевт все же решительно взялся за это сложное дело:

(Ж) «На прошлой неделе вся группа обсуждала несчастный вид Джона; а сейчас, когда он здесь, никто, похоже, не представляет, как ему помочь. Может быть, у вас смешанные чувства: а стоит ли ему вообще помогать». (23)

*Комментарий психотерапевта.* Это явление ухода из группы — очевидно, групповая проблема, т. е. никакие помощь и поддержка со стороны руководителя не предотвратят ухода, если группа противится усилиям психотерапевта или позволяет участнику уйти. Если группа не относится к участникам, покидающим группу, с беспокойством или тревогой, значит, я полагаю, многие из ее пациентов предпочитают, чтобы «слабак» ушел, им кажется, что они и без него выживут, оставшись с руководителем.

Это интересная позиция, но кажется сомнительным, чтобы **КТО-ТО** из участников захотел признаться в таких смешанных

чувствах на столь ранней стадии жизни группы: **применен** такого типа вмешательства требует, чтобы участники чувствовали себя в твердой безопасности и были уверены друг в друге и в своем руководителе, а обе эти предпосылки пока еще только «носятся в воздухе». Тем не менее если участники **возраза** руководителю, то это поможет вновь внедрить Джона в группу, хотя и за счет того, что психотерапевта воспримут в роли возмутителя спокойствия. Руководитель в таком случае станет мишенью для всех отрицательных эмоций группы, а эта роль психотерапевт иногда также должен брать на себя. **Если** участники все-таки согласятся с психотерапевтом, то **руководителю** необходимо удостовериться, что Джон воспринял это как общую проблему группы и как выражение серьезной **личной** поддержки.

Следующее вмешательство должно получить приз как самое рискованное:

- (М) «Несколько похоже на историю с блудным сыном, не так ли? Пока Джона не было, все о нем беспокоились. А теперь, когда он здесь, вы не знаете, что делать: заклать литупитанного тельца в честь его возвращения или **зарезать** самого Джона». (24)

*Комментарий психотерапевта.* Я предлагаю метафору, которая несет в себе больше возможностей и смыслов, чем непосредственная интерпретация. К тому же она более драматична, интересна и забавна (по крайней мере для меня) и не содержит чьей-либо критики. Группа становится частным примером более или менее универсального человеческого опыта.

Сопоставление с блудным сыном достаточно удачно, но оно подразумевает знание соответствующей притчи и **способность** интерпретировать метафору: аллюзия на желание убить Джона может подействовать раздражающе на такую группу, где участники все понимают буквально. Если для группы определенного типа (скажем, в которой собираются священники) подобное вмешательство может стать стимулирующим, то в большинстве других групп оно бы поставило участников в замешательство — к чему это клонит психотерапевт? — и **неко**



горы могли бы подумать, что сказано что-то умное, смысл чего они не смогли понять.

## Технические соображения: невербальная коммуникация и отложенное вмешательство

Осталось два аспекта вмешательства. Оба они касаются вопросов техники, времени и тактики. Первый — использование руководителем невербальной коммуникации в общении с группой. Некоторые из наших психотерапевтов попытались облегчить коммуникацию между Джоном и остальными участниками группы следующим образом, не прерывая хода групповой беседы. В одном случае такое вмешательство оказалось единственным:

(М) Я бы внимательно смотрел на Джона, так чтобы все это заметили. (25)

*Комментарий психотерапевта.* Я надеюсь, что мое внимательное наблюдение за Джоном заставит кого-нибудь включить его в общение, завязать с ним разговор. Я бы предпочел со своей стороны на данном этапе ничего не делать в надежде, что группа сама проведет параллель. Если же ситуация не изменится, логично будет вмешаться.

Для других психотерапевтов невербальная коммуникация была первым из двух или трех этапов вмешательства.

(М) Я бы попытался установить визуальный контакт с Джоном, чтобы продемонстрировать заинтересованность и пригласить его к разговору. Если это не поможет, то... (26)

(Ж) Я бы случайно встретилась глазами с Джоном, ободряя его взглядом, надеясь подтолкнуть к разговору. Я позволила бы группе продолжать беседу в течение некоторого времени в надежде, что кто-нибудь обратится к Джону. (27)

Те психотерапевты, чье первоначальное вмешательство имело форму невербальной коммуникации — с Джоном или группой, — стремились определить для себя достаточно четкий план продвижения от подобного минимального вмешательства к более целенаправленному подходу, в случае, если группа сама не проведет параллель. Здесь речь уже идет о втором важном техническом аспекте — откладывании вмешательства на тот момент, когда оно станет либо уже ненужным, потому что группа сама провела параллель, либо **необходимым** так как группа на данном этапе оказалась не способной провести параллель без всякой помощи. Эти «отложенные» вмешательства иногда упоминались респондентами, и здесь мы цитируем их полностью, так как они проясняют некоторые технические аспекты группового анализа.

- (М) Я бы попытался установить визуальный контакт с Джоном, чтобы продемонстрировать заинтересованность приглашение к разговору. Если это не поможет, то я скажу: «Кажется, легче говорить о депрессии, чем допустить, что кто-то из нас может испытывать депрессивно состояние. Похоже, что мы игнорируем всю значимость отсутствия Джона на прошлых двух сессиях». (26)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы подумал, что Джон (как двое участников, покинувших группу) стал выразителем противоречивого отношения группы к психотерапевтической работе чувства, что группе трудно сказать о своем разочаровании, гнев и страхе. Я бы хотел, чтобы участники, равно как и Джон, поняли, что факт пропуска Джоном нескольких сессий говорит сам за себя.

- (Ж) Я бы случайно встретила глазами с Джоном, ободряя его взглядом, надеясь подтолкнуть его к разговору. Я позволила бы группе продолжать беседу в течение некоторого времени в надежде, что кто-нибудь обратится к Джону. Я бы подождала не больше 20 минут — **полчас** максимум — и затем, если бы за это время в группе **ни** чего не произошло, сказала бы: «**Наша обеспокоенность** тем, считают ли другие люди психотерапию **полезно**»

или нет, должна быть как-то связана с вашими собственными чувствами по отношению к уходу из группы Х и Y и к двухнедельному отсутствию Джона, а также с вашими сомнениями в групповой психотерапии». Естественно, группа остановится по крайней мере на одном из этих пунктов, а я помогу ей проанализировать свои чувства. В случае необходимости я бы была готова снова акцентировать внимание на каком-либо пункте, оставшемся без внимания участников, но не прерывала бы ценную работу, а «приберегла» бы это для следующих сессий. Я рассчитываю на то, что Джон вступит в разговор — с помощью или без помощи группы, в противном случае я повернусь к нему и скажу: «Когда тебя не было, все выражали беспокойство твоим подавленным видом». (27)

*Комментарий психотерапевта.* Разумеется, лучше, если группа сама сделает все это. В противном случае моя первичная обязанность как руководителя состоит в том, чтобы сфокусировать внимание на важнейших моментах (не делая, однако, на данном этапе пространных интерпретаций). Джону необходимо дать высказаться, для того чтобы он остался в группе; это будет легче сделать, если он поймет, что его подавленное состояние заметно и что группу все это беспокоит. Совершая оба вмешательства, я бы рассчитывала, что мой подход и мои слова послужат для участников группы моделью поведения в будущих ситуациях (хоть когда-нибудь!).

Фаулкс (Foulkes, 1964, p. 62-63) пришел к выводу, что задачей психотерапевта является вести группу вначале и позволить группе «снять руководителя с пьедестала», когда он уже ООЛЬШЕ не будет нужен. Так, психотерапевт сначала является лидером группы, а затем — лидером в группе. В данной главе МЫ показали, как психотерапевты подходят к данному вопросу с нескольких сторон, по-разному рассуждая о том, каким ДОЛЖНО быть соотношение между осознанием группой своей СПОСОБНОСТИ брать на себя ответственность и ответственностью самого психотерапевта за благополучие группы и, в частности, за благополучие уязвимого участника. Здесь к одной СИТУАЦИИ предлагается исключительно богатый набор вмеша-

тельств, варьирующих от поддержки до вызывающих ИНТЕРПРЕТАЦИЙ. Лишь некоторые из этих вмешательств (или ни Одно из них) были бы непродуктивными. Вероятно, наиболее важным выводом из этого может стать следующий: СУЩЕСТВУЕТ так много аспектов жизни группы, которые нельзя бы бы рассмотреть в самой группе, используя подход, сочетающий релаксацию, эмпатию и ободрение.

Дэвид А. Уинтер

## УЧАСТНИК ОБРАЩАЕТСЯ ЗА РАЗРЕШЕНИЕМ СОВМЕЩАТЬ ГРУППОВУЮ ТЕРАПИЮ С ИНДИВИДУАЛЬНОЙ

### СИТУАЦИЯ 4

*Эта группа встречается уже год. Привлекательная молодая девушка (одна из пятерых участников группы) после сложного начала, когда она пыталась монополизировать всеобщее внимание, кажется, наконец вписалась в группу и стала более интегрированным ее членом. Тем не менее вы знаете, что она испытывает глубокие, неразрешимые проблемы во взаимоотношениях с матерью из-за того, что поддерживает отношения с отцом. Сегодня она **нерешительно** сообщает, что, по ее мнению, участники группы очень рассердятся, **поскольку** она втайне от них и от своего руководителя — тоже женщины — в течение последних шести месяцев проходит индивидуальный курсу психотерапевта-мужчины. Группа относится к ее заявлению тепло и доброжелательно, одобряя ее признание и советуя **продолжать** участвовать в обоих видах терапии. Она обращается к вам и вежливо спрашивает, не возражаете ли вы.*

## Задача и проблемы психотерапевта

Следует ли начать с обсуждения вопроса девушки: **1** возражает ли ее психотерапевт против того, что она тайно проходит курс индивидуальной психотерапии? Конечно, **пробл**ма совмещения групповой и индивидуальной психотерапии **1** нова; Фаулкс в целом не возражал против того, чтобы предлагать членам группы посещать индивидуальные сессии, но **ш**этом указывал на возможные причины обращения **КЛИЕНТО**E индивидуальной психотерапии, например на эдипальные конфликты (*Faulkes and Anthony, 1957*). Среди причин, по которым психотерапевт может предложить члену группы индивидуальную психотерапию, может быть стремление **оказа** клиенту поддержку в период жизненного кризиса или фаслитировать его эффективное участие в группе. Однако, к; отмечает Ялом (*Yalom, 1985*), негативной стороной такого **с**вмещения может стать то, что клиенты перестанут выражать свои эмоции в группе, прибегая к индивидуальным сессиям; к тому же групповой и индивидуальной психотерапии — если это не одно и то же лицо — могут преследовать противоположные цели. По мнению Ялома, индивидуальная групповая психотерапии могут оказаться **взаимодополняе**ми при условии, что оба психотерапевта будут находиться в постоянном контакте, при этом на индивидуальных **заняти**х следует анализировать опыт работы клиента в группе.

В данном примере терапевта, даже если она в целом не против совмещения индивидуальной и групповой **психотерап**ии по меньшей мере должны беспокоить причины, по **котор**ым клиент решил обратиться к индивидуальной психотерапии а также тот факт, что в течение шести месяцев это **решен**е сохранялось в секрете; возможно, руководителю захочется и побеседовать с индивидуальным психотерапевтом. Если же руководитель не согласна с совмещением этих видов психотерапии то, по-видимому, она предъявит клиенту некий ультиматум необходимо использовать какой-нибудь один вид психотерапии. Так или иначе, психотерапевту придется **столкнут**ься с вопросом, стоит ли выражать клиенту свое недовольство как следует поступить, чтобы обеспечить **взаимодополните**ль

ность обоих видов терапии или прекратить использование одного из них. Действия психотерапевта могут быть также обусловлены желанием выразить свою поддержку решения клиента раскрыться группе. Принимая решение, выразить или не выражать свое недовольство, психотерапевт должна также отдавать себе отчет в том, что подобная ситуация может создать угрозу ее собственному положению, и в своих чувствах, которые она испытывает из-за того, что клиент отверг ее (женщину) как психотерапевта и выбрал психотерапевта-мужчину.

Помимо проблем, вызванных самим вопросом клиентки, психотерапевт может обратить отдельное внимание на скрытый смысл этого вопроса и на самораскрытие клиентки. Почему, например, она обратилась к индивидуальной психотерапии? Как связано ее решение с тем, что «она испытывает глубокие, неразрешимые проблемы во взаимоотношениях с матерью из-за того, что поддерживает отношения с отцом»? Насколько важен тот факт, что ее групповой психотерапевт — женщина, а индивидуальный — мужчина? Насколько значимо то, что первоначально она стремилась монополизировать внимание группы? Какой ей представляется реакция психотерапевта на ее раскрытие? Как, по мнению клиентки, отреагирует группа? Какова для нее желаемая реакция группы?

Наконец, последнее, на что может обратить внимание психотерапевт, — это очевидное одобрение, с которым, вопреки ожиданиям, группа встретила откровение девушки. Не ставят ли участники тем самым под сомнение авторитет психотерапевта; не соглашаются ли с мнением девушки — косвенно выраженным в ее поведении, — что поддержка, оказываемая в группе, недостаточна для удовлетворения потребностей участников? Не может ли это быть простым проявлением чувства облегчения: теперь, когда у девушки есть альтернативный терапевтический ресурс, она уже вряд ли будет снова стремиться монополизировать внимание в группе? Не задумаются ли они, насколько полезной может оказаться и для них индивидуальная психотерапия? И если такая дискуссия будет иметь место, то должна ли психотерапевт вмешаться и предотвратить любые возможные попытки участников прибегнуть к индивидуальной психотерапии? Не вызывает ли раскрытие клиент-

ки помимо положительных эмоций и скрытое **негодование**. Может быть, они не полностью осознают те или иные **СВО** ощущения?

С учетом этих столь многочисленных аспектов **проблемы** вызванной раскрытием клиента, сложно определить, на что первую очередь должна обратить свое внимание **психотерапевт**. Должна ли она направить свое вмешательство прежде всего на сохранение оптимальных терапевтических **УСЛОВИ** для данного клиента и для группы в целом? Или **Первоначал**но предметом исследования должен стать латентный **СМЫС** поведения клиента и групповой реакции на это поведение. Всегда ли эти два аспекта являются взаимоисключающими. Давайте посмотрим, как некоторые из наших групповых **ПСИ**хотерапевтов действовали бы, столкнувшись они с подобной **СИ**туацией.

## Вмешательство, избранное респондентами

(М) «Возражаю». (1)

*Комментарий психотерапевта.* Эту проблему следует решать позже. Подозреваю, что группа на меня здорово разозлится.

Очень редко групповой аналитик высказывает свое **мнение** так прямо и откровенно. Важно отметить, что **психотерапевт** уточняя свой ответ, говорит, что он действовал бы таким образом, только если бы почувствовал, что группа «**солидаризи**руется» с клиентом.

Это не единственный психотерапевт, который бы в **данной** ситуации выразил свои чувства по поводу раскрытия **клиента**. **При** этом другие психотерапевты, готовые высказать **не** согласие, намерены также раскрыть и причины своего **недо**вольства. Вот их ответы.

(Ж) «Возражаю, потому что вы так долго нам ничего об **этом** не говорили. Иначе с чего бы мне так **раздражаться**. Я прекрасно понимаю: я — женщина, а тот другой **пси**



хотерапевт — мужчина. Должно быть, вы уже поняли, что взаимоотношения с другими участниками способствуют тому, ради чего группа существует, однако все же предпочли обратиться не к какому-то мужчине в группе, а к другому психотерапевту — мужчине. К психотерапевту у вас особое отношение? Чувствуется, что своим поведением вы бросаете мне вызов, а другие участники в группе вас поддерживают». Я могла бы обратить внимание на ее «семейный треугольник» или позволила бы ей самой вспомнить об этих отношениях, раз уж они уже известны группе. (2)

- (М) «Я возражаю. И не потому, что вы хотите заполучить внимание и "отца", и "матери", что вполне естественно, а потому, что своим поведением вы вносите в группу такой же раздор, как и у себя дома. Вы даже рассчитываете, что мы будем сердиться». (3)

*Комментарий психотерапевта.* Будьте откровенны и интерпретируйте. А если будет нужно, интерпретируйте и «отрицание» участников группы.

Эти психотерапевты не просто высказывают клиентке свое несогласие с ее действиями, но также обращают внимание на параллели между ее поведением и ситуацией в семье: во втором примере это делается посредством интерпретации, а в первом — несколько более завуалированно. Делая основной акцент на раскрытии клиента, первый психотерапевт также обращается к реакции группы на этот поступок, а второй — упоминает о возможности такого обращения.

Другие психотерапевты, также осознавая свое возмущение поведением девушки, обеспокоены тем, что может произойти, если они открыто выразят недовольство, отвечая на вопрос клиентки.

Они отвечали следующим образом:

- (М) Я бы, конечно, почувствовал угрозу своему положению и был бы рассержен. Если бы мне удалось сохранить присутствие здравого смысла, я бы сказал — не ей, а группе: «Я понимаю, что каждый хочет чувствовать себя

в группе индивидуальностью, но проблема в том, что иногда это достигается в ущерб преданности группе». (4)

*Комментарий психотерапевта.* Меня бы подмывало как следует высказаться. Но было бы более разумным и приемлемым вариантом связать ситуацию с контекстом отношений в группе и подтолкнуть участников к конфронтации с девушкой и с их собственными чувствами.

(М) 1) Сначала я бы усиленно сдерживал свой естественный гнев: если бы я открыто продемонстрировал свои чувства, это не принесло бы никаких положительных результатов.

2) Я бы подождал в надежде, что группа сама произведет соответствующую интерпретацию. Если бы участникам это не удалось, я бы осуществил некое простое, но прямое вмешательство, сказав фразу, идущую вразрез с мнением группы: «Разве "материнская" группа недостаточно хорошо тебя **"кормит"?**», и был бы **ГОТОВ ПО**яснить, что я подразумеваю, если клиент или члены группы сделают вид, что ничего не поняли. (5)

*Комментарий психотерапевта.* Надо же! Что же я сделал не так? Почему группа сама не занимается всем этим? Я не часто прибегаю к прямолинейным «аналитическим» интерпретациям при такой групповой культуре, но в подобном случае необходима развернутая интерпретация.

Возможно, именно степень недовольства поведением клиента заставила этих двух психотерапевтов задуматься о том, что будет, если они выразят свои чувства. Любопытно, что, обдумывая возможную реакцию на вопрос клиентки, они в первую очередь хотели подтолкнуть участников группы к тому, чтобы те проявили свои не столь позитивные чувства и высказали собственные интерпретации поведения девушки, тем самым вступив с ней в конфронтацию.

Другие психотерапевты в своих ответах на вопрос клиентки говорили не о собственных чувствах относительно использования клиенткой индивидуальной психотерапии, а о решении девушки рассказать обо всем в группе. Вот их высказывания:

- (М) «Я рад, что вы мне все это рассказали. Интересно, что мешало вам сделать это раньше, почему вы решились только сегодня?» (6)

*Комментарий психотерапевта.* Пациент бросил психотерапевту вызов и ожидает, что его будут критиковать или выговаривать. Важно не попасть в эту ловушку, а исследовать ее вместе с пациентом. Я бы также задумался, что делать с энтузиазмом других участников, который, весьма вероятно, представляет собой проявление их отрицания собственной зависти.

- (Ж) «Приятно осознавать, что теперь вы можете с нами этим поделиться». (7)

*Комментарий психотерапевта.* Позвольте ей почувствовать, что все ее принимают, а затем можно обратиться к ее неразрешимым проблемам.

Некоторые психотерапевты, по крайней мере сначала, не отвечали на прямой вопрос клиентки, возражают ли они; респонденты стремились переадресовать этот вопрос ей же самой: таким образом они прибегали к некой терапевтической уловке, которая позволяет фасилитировать последующее исследование чувств клиентки, в особенности ее соображений относительно ожидаемой и желаемой реакции психотерапевта на ее раскрытие. Например:

- (М) «А вы как думаете?»

Не дождавшись никакого отклика ни от нее самой, ни от членов группы, я бы сказал: «Я рад, что вы нам об этом рассказали; но ведь прошло уже шесть месяцев: я в недоумении — вы что, боялись, что я буду против, — как если б я был вашей матерью и препятствовал вашим отношениям с отцом, несмотря на ваши желания?» (8)

- (Ж) Долгий прямой, по возможности теплый, вопросительный взгляд — пауза — «А вы хотите, чтобы я возражала?» (9)

*Комментарий психотерапевта.* Пусть она сама пофантазирует насчет моей реакции — не следует отвечать незамедлительно

(позже — может быть). В целом, я бы предпочла прибегнуть скорее к переносу, чем к «интерпретации». Если она ответит отрицательно, тогда участники группы своей реакцией подтолкнут или могут подтолкнуть клиентку к выражению ее собственных мыслей, которые, вероятно, отразят чаяния самой группы.

(М) Приподнятые брови выразят удивление и намекнут на мое несогласие.

«Вы думали, мы разозлимся?»

и позже:

«Чрезвычайно важно, чтобы мы с вашим другим психотерапевтом смогли тесно контактировать. Можно, я буду время от времени ему звонить?» (10)

*Комментарий психотерапевта.* Она ждет от нас выражения гнева: это позволяет нам обратиться к ее проблемам. «Треугольник» в виде двух психотерапевтов и ее самой дает возможность снова и снова «инсценировать» ее сложности в отношениях с матерью — и будет более продуктивно, если здесь, в этом новом «спектакле», «узы» между «родителями» станут крепкими.

Два последних примера свидетельствуют о том, что невербальный компонент психотерапевтического вмешательства может иметь такое же большое значение, как и вербальное воздействие. Стоит заметить, что во втором примере отложенная часть вмешательства выполняет две функции. Здесь психотерапевт создает условия для практических действий и стремится обеспечить взаимодополнительность двух видов терапии; он делает это таким образом, чтобы снабдить клиентку «корректирующим эмоциональным опытом», в рамках которого отношения внутри «треугольника», сформированного двумя психотерапевтами и ею самой, будут не столь острыми, как в ее семейном «треугольнике». Однако понятно, что в некоторых случаях отношения группового психотерапевта с индивидуальным могут оказаться не слишком дружелюбными. Обратите внимание, например, на комментарий одного из психотерапевтов.

*Комментарий психотерапевта.* Я была бы очень зла на этого индивидуального психотерапевта, если бы узнала, что это он прича-

стен к решению пациентки совмещать две формы психотерапии. В любом случае, я бы постаралась с ним побеседовать. Если бы пациентка не позволила мне этого, я бы дала понять, что ситуация становится опасной — и для нее самой, и для всей группы.

Некоторые психотерапевты попытались дать клиентке понять, что они не собираются отвечать на ее вопрос, так как существуют другие, более актуальные проблемы, на которые действительно стоит обратить внимание. Например:

- (Ж) «Вопрос не в том, возражаю ли я. Вопрос в том, что значит для вас иметь двоих психотерапевтов, одного из которых вы делите с группой, а другого держите в секрете. Вам это даст что-то большее, чем другим?» (11)

*Комментарий психотерапевта.* Моя задача — сделать так, чтобы клиентка и группа осознали, что и причины, и последствия кажущегося преимущества девушки имеют негативную природу, а также проанализировали то, как в поведении девушки выражаются чувства зависти, сопротивления, деструктивность во взаимоотношениях, предательство по отношению к группе и к своему руководителю, и обратили внимание на тот факт, что участники группы полностью отрицают свою обиду на девушку.

- (М) «Вы так обходительны! Вопрос не в том, возражаю ли я. Вопрос в том, куда вы тянете всю группу и себя лично». (12)

*Комментарий психотерапевта.* Реакция на экзистенциальную драму; девушка демонстрирует в группе проявление ЭДИПАЛЬНОГО конфликта и втягивает в этот спектакль меня, руководителя («отца»), вступая в своеобразный сговор с группой. Я бы также спросил, почему это эдипальная группа не раздосадована на девушку. Похоже, что в течение шести месяцев происходили какие-то тайные процессы, а я то ли упустил их, то ли не смог результативно вмешаться, а может, и то и другое. Интересный случай.

- (Ж) «Вопрос не в том, возражаю я или нет. Вопрос в том, не угрожает ли твоей групповой терапии то, что ты, во-первых, решила отдельно заниматься психотерапией, а во-вторых, скрывала от нас это важное решение в течение шести месяцев». (13)

*Комментарий психотерапевта.* Меня, конечно, заденет и разозлит все это, мне придется приложить усилия, чтобы контейнировать свои чувства. Тем не менее, несмотря на этот сдерживающий фактор, я, несомненно, буду активно пытаться как-то все это уладить. Я не уверена, что смогу дальше работать с этим пациентом в сложившихся обстоятельствах. Многое будет зависеть от способности пациента осознать скрытый смысл своих действий и от моей собственной способности установить конструктивную связь с другим ее психотерапевтом. Мой опыт работы с пациентами, посещающими двух «конкурирующих» психотерапевтов, показывает, что продолжение таких занятий не всегда в интересах пациентов. Мои комментарии должны каким-то образом показать клиентке всю серьезность ее поведения и призвать тем самым ее к полноценному сотрудничеству для улучшения ситуации.

Еще одному респонденту кажется очевидным, что ситуацию можно исправить только в том случае, если клиент выберет какой-нибудь один вид психотерапии. Психотерапевт, не колеблясь, говорит об этом, хотя и выражает свои мысли обнадеживающим, не обвиняющим тоном:

- (М) «Вполне понятно, что вы решили "подстраховаться" и воспользовались двумя видами терапии; но было бы больше пользы, если бы вы сосредоточились на чем-нибудь одном, сделав выбор еще до начала сессии и придя на сессию с готовностью обсудить этот выбор». Я по возможности попытался бы провести параллель с ее эдипальными чувствами. (14)

*Комментарий психотерапевта.* Перенос теряет точность, партиципация раскалывается или искажается из-за использования двух глубинных (т. е. переносных) видов психотерапии. Приведенные выше слова необходимо произнести не отвергающим или пренебрежительным тоном, а толерантным и обнадеживающим.

Другие психотерапевты склонны признать, что совмещение занятий психотерапией не обязательно должно оказаться вредным для конкретного клиента. Например:

- (Ж) «Сначала я подумала, что вы в последнее время стали лучше себя чувствовать в группе; хотелось бы знать, помогает ли вам и в группе ваша индивидуальная пси-

хотерапия. Надо признаться, меня здорово удивила новость, что вы уже шесть месяцев ходите на индивидуальные занятия и ничего нам об этом до сих пор не говорили. Может, вы боялись, что мы будем **возмущены?**» (15)

*Комментарий психотерапевта.* Моим непосредственным эмоциональным откликом было бы раздражение; но на самом деле, почему бы ей и не использовать одновременно и индивидуальную психотерапию, и групповую; главная задача — дать ей понять, что их нельзя смешивать, нельзя допустить, чтобы я уподобилась ее вечно возражающей матери, нужно предотвратить повторение ее детского конфликта.

Многие психотерапевты решили в целом проигнорировать вопрос клиента и поставили своей задачей либо фасилитацию исследования проблем, обозначенных раскрытием клиента, либо интерпретацию поведения девушки. Вот чрезвычайно прямой ответ на вопрос пациентки, который выводит на поверхность дальнейшую реакцию группы:

(Ж) «Я думаю, нам следует поговорить об этом в группе». (16)

*Комментарий психотерапевта.* Прямой ответ вызвал бы проявление возмущения, испытываемого участниками группы, это возмущение я затем смогла бы интерпретировать. На повестку дня открыто выносится вопрос о психотерапии, а у меня появляется время все обдумать и собрать больше информации.

А вот два фасилитирующих вмешательства, задача которых — подтолкнуть клиента к определенным действиям, а именно к исследованию параллелей между сложившейся ситуацией и опытом прошлого:

(Ж) «Мне в вашей ситуации чувствуется что-то знакомое; вы, кажется, ждете, что я буду возражать или разозлюсь на вас». (17)

*Комментарий психотерапевта.* На этой стадии я бы «не делала резких движений» — неуклюжая интерпретация переноса воспринималась бы как месть с моей стороны, т. е. означала бы, что «я возражаю».

Этот психотерапевт, «не делая резких движений», вероятно, имеет четкое представление, чем именно нынешняя ситуация похожа на опыт прошлого. Тем не менее он решает не выражать свое мнение непосредственно в виде интерпретации, так как эта интерпретация будет иметь «карательное» значение; он стремится незаметно подтолкнуть клиента к тому, чтобы тот понял, чем именно сложившаяся ситуация напоминает прошлый **ОПЫТ**.

Следующий психотерапевт также прибегает к фасилитирующему вмешательству; при помощи сравнения он уже более целенаправленно побуждает клиентку искать параллели между групповой ситуацией, в которой оказалась девушка, и ситуацией в ее семье:

(Ж) «Сдается мне, что группа для вас — нечто вроде пирога, которого никогда не хватает на всех. Вам так не кажется?» (18)

И наконец, откровенное интерпретирующее вмешательство, которое направлено не только на поведение клиентки в его связи с детским опытом девушки, но и на то, какое значение оно имеет для группы:

(Ж) «Мне кажется, вы отыгрываете перед всей группой свою детскую фантазию: у вас особые отношения с одним из родителей и одновременно вы пренебрегаете всеми остальными родственниками. Но, создав такую ситуацию, вы всего лишь заново переживаете детскую проблему, но не разрешаете ее». (19)

*Комментарий психотерапевта.* Хотя еще о **МНОГОМ** следует сказать, я доверяю группе самой это сделать: так я смогу избежать повторения ситуации противоборства девушки со мной как с ее «матерью».

Психотерапевт решает прибегнуть к интерпретации, признавая при этом, что есть еще многое, о чем он мог бы сказать. Вмешательства этого и многих других психотерапевтов в предложенных нами примерах свидетельствуют о том, что часто у **групповых** аналитиков гораздо больше мыслей и гипотез от-



носителем групповых ситуаций из их практики, чем они готовы изложить. Как мы увидели, для многих психотерапевтов **в** приведенных примерах главной задачей, обуславливающей степень раскрытия ими собственных чувств и мыслей относительно использования клиентом индивидуальной психотерапии, было не уподобиться в своем поведении родителям клиентки.

## 7

Джефф Робертс

# ПРИГЛАШЕНИЕ НА РОЖДЕСТВЕНСКУЮ ВЕЧЕРИНКУ

## СИТУАЦИЯ 5

*В группе, существующей уже год, идет последняя сессия перед перерывом на рождественские праздники. Все выглядят жизнерадостными. Но на самом деле, несмотря на ваши серьезные усилия, участники испытывают тревогу из-за предстоящей разлуки; и эту тревогу они не хотят признавать. Неожиданно, по случаю праздника, один из участников вносит корзину, полную ароматных сладких пирожков, а другой — бутылку вина и бокалы для каждого, включая психотерапевта.*

## Задача и проблемы психотерапевта

Можно сказать, что члены этой группы оказались вовлечены в маниакальное действие и собираются справиться «маниакальное празднество». Они, по всей видимости, отрицают значимость потери контакта с группой на период Рождества и единодушно настроены избежать бессмысленных разговоров об отрицательной стороне праздника. Зачинщики торжества добились коллективного отыгывания во время сессии<sup>1</sup>, и к

моменту, когда требуется провести вмешательство, все участники группы уже, похоже, готовы поддержать затею.

Если ведущий не прекратит эту на первый взгляд безобидную вечеринку, то он впоследствии не сможет делать какие-либо замечания, так как его слова покажутся нетактичными или неприятными в общей атмосфере праздника, сложившейся в группе. Таким образом, в «аналитическом смысле» группа отказывается от оговоренного правила воздержания от алкоголя и, как мне кажется, демонстрирует определенную агрессию по отношению к руководителю.

Изначально задачей психотерапевта является наблюдение за группой и определение типа ситуации. Руководитель почти наверняка будет испытывать неприятное ощущение, что происходит что-то важное и пока непонятное, определенным образом свидетельствующее о том, что психотерапевт утратил контроль над группой. Если руководителю знаком язык **ПСИХОАНАЛИЗА**, то из всего этого он может сделать вывод, что члены группы (совместно) осуществляют отыгрывание вне сессии (или отыгрывание во время сессии). Группа отрицает всякое предчувствие потери и замещает его показной радостью и весельем. Будучи не способными противостоять стремлению действовать в соответствии со своими чувствами, участники группы нарушают правило воздержания от алкоголя, которое является важнейшим для психоаналитического процесса. Вместо того чтобы попытаться выразить словами свои чувства, фантазии и мысли — именно в этом состоит предназначение группы, — было единодушно решено отметить праздник. У руководителя две первоочередные задачи. Во-первых, необходимо выработать гипотезу о смысле такого поведения. Во-вторых, нужно быстро решить, как управлять этим поведением. На то, чтобы выбрать первичное вмешательство, у психотерапевта есть всего несколько секунд — пока участники откупоривают бутылку.

Помимо прочего, руководитель задумается, с одной стороны, над тем, как справиться с этой ситуацией, а с другой — над **Тем**, как не нанести удара по самолюбию тех, кто великодушно Принес вино и пирожки для группы. Нет ли здесь скрытой ассоциации с причащением? Не смешивает ли группа парадок-

сальным образом празднование рождения Христа с его распятием и воскресением? Действительно, можно предположить, что, празднуя начало жизни, участники невольно празднуют и ее конец, которого они так хотят **избежать**<sup>2</sup>. Важно, чтобы руководитель попытался восстановить правило воздержания от алкоголя: это облегчит анализ отыгрывания. Таким образом, можно будет обратиться к настоящему и прошлому опыту потерь у участников группы. Вследствие этого веселое и жизнерадостное настроение может смениться ощущениями грусти и депрессии.

Также верно будет предположить, что в группе существенно изменилось представление о границах дозволенного и руководителю не следует потакать такому поведению, чтобы не создавать прецедента для повторения отыгрывания во время сессии и вне ее в будущем.

## **Вмешательство, избранное респондентами**

(Ж) Прежде чем что-то сказать, я бы, наверное, подождала и посмотрела, как будет развиваться ситуация, а затем бы сказала, что, как мне кажется, группа затеяла праздник, чтобы избежать тяжелых чувств по поводу предстоящей разлуки и рождественских каникул. (1)

Или в том же ключе, но более лаконично:

(Ж) «Р. и Г. пытаются помочь нам избавиться от гнетущих чувств по поводу **разлуки**».

В обоих случаях руководители позволяют событиям развиваться своим чередом. Они действуют тактично по отношению к участникам, принесшим вино и пирожки, и одновременно осуществляют такое вмешательство, которое выявляет вероятную скрытую мотивацию поведения группы. Ведущие не говорят об агрессивном характере такого поведения (как и большинство респондентов). Оба они высказали свое мнение о характере чувств, вызванных расставанием. При этом вто-

рой руководитель не скрывает, что предстоящая разлука вызывает «гнетущие **чувства**». Без сомнения, перерывы — это болезненные и тяжелые периоды, однако те, кто после долгих школьных четвертей проводил рождественские каникулы дома, скажут, что некоторые расставания могут вызывать и радостные чувства.

- (М) «Если бы нынче был канун Пасхи, я бы подумал, что это "Тайная вечеря", но раз уж сейчас рождество непорочно зачатого младенца, то все это напоминает праздник плодородия». (3)

*Комментарий психотерапевта.* Нет смысла продолжать эту пустую затею. Она приведет к тому, что участники еще больше увлекутся праздником, поэтому я должен взглянуть на ситуацию под абсолютно другим углом зрения. Я прервал их и обратился к вопросам, связанным с трапезой и с тревогой по поводу грядущей потери, с возможностью новой жизни и, вероятно, с потерей ответственности: при этом я не указал, на какой именно аспект и каким образом следует отреагировать — я надеюсь, что это и так достаточно неожиданная и многозначительная фраза, чтобы пациенты не смогли ее просто проигнорировать. Мое вмешательство представляется мне удачным и потому, что таким образом я не попадаю в ситуацию, когда, приложив много усилий, я ничего в итоге не получу, кроме раздражения и усталости. Я часто обращаюсь к теологическому смыслу Рождества и Пасхи (естественно, при условии, что большинство членов группы разделяют мои взгляды). Впрочем, это то, что всем знакомо в той или иной степени, это часть общих для всех бессознательных процессов конструирования действительности, часть базовой матрицы (foundation matrix)<sup>3</sup>.

Психотерапевт решает бороться с таким поведением при помощи вмешательства, направленного на то, чтобы шокировать участников; при этом он пытается увлечь группу, апеллируя к их бессознательному посредством метафоры. Использование хорошо продуманной метафоры в качестве вмешательства в нужный момент может оказать глубокий терапевтический эффект. Метафорический язык более близок бессознательному, чем обычная речь. Часто, например, сны говорят на языке метафор. Метафора может охарактеризовать

ситуацию более точно и лаконично, чем пространные и подробные описания и объяснения посредством «кодифицированной» речи. Мюррей Кокс, который вместе с Элис Тильгаард написал книгу о метафоре в психотерапии (*Cox and Thielgaard, 1987*), полагает, что метафоры способны вызывать глубинные изменения, не возмущая поверхности. Их можно скорее сравнить с глубинными бомбами.

- (М) Мое лицо выразит удивление и сомнительное удовольствие. Я съем пирожков и выпью вина вместе с ними. В какой-то момент я, вероятно, скажу: «Прощальная вечеринка?» или, может быть, напомним о причастии на Тайной вечере. (4)

*Комментарий психотерапевта.* Я воспринимаю отыгрывание во время сессии как допустимую форму общения, такую же важную, как и речь. Думаю, что можно преувеличить значение предстоящего перерыва и не обратить внимания на то облегчение и те перспективы, которые несет расставание. И радость, и уныние — все это достояние группы.

Это исключительно соблазнительная позиция. В окончании какого-то периода времени есть свой позитивный аспект: это момент завершения трудовых будней и начало отдыха. Но перерывы в психотерапии, так же как и в жизни, могут деструктивно повлиять на взаимоотношения и на терапевтический процесс. Перерывы, особенно если их не обсуждать, могут привести к уходу из группы, обострению тревожных симптомов, суицидальному поведению и всем видам отыгрывания вне сессии. Отыгрывание вне сессии особенно характерно для групп, в которых было допущено отыгрывание во время сессии, а негативные чувства по поводу Рождества так и не нашли своего выражения внутри группы. К тому же если руководитель прямо или косвенно допускает или поощряет подобное поведение, то оно укоренится в групповой культуре и отыгрывания вне и во время сессии будут и впредь иметь место в группе. Более того, эти отыгрывания не всегда будут носить такой сдержанный и безобидный характер, как в данной ситуации.

(Ж) «**Вы** понимаете, что пришли в группу ради "терапии". Если бы мы встречались как дружеская компания, то пирожки и вино были бы весьма кстати; но нам необходимо понять, почему группе "нужна" эта вечеринка, а затем, уже после сессии, мы, возможно, посчитаем вполне уместным попробовать пирожки и выпить вина». (5)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы постарался сделать так, чтобы участники попытались понять, какой смысл имеет для группы все, что в ней говорится и делается. Здесь речь идет о срабатывании защитных механизмов против тревоги по поводу грядущего расставания. Думаю, что на это можно обратить внимание, не вызывая при этом болезненных ощущений у тех, кто настроен на праздник. Здесь налицо покушение на мой авторитет, но со всем этим можно будет разобраться уже после каникул. Я не буду участвовать в вечеринке и после окончания сессии.

Данное вмешательство представляет собой недвусмысленную попытку сохранить границы дозволенного в группе и правило терапевтического воздержания внутри коммуникационного поля группы. Психотерапевт четко указывает эти границы и выражает стремление их сохранить. Это вмешательство также кажется мне простым, неинтерпретирующим способом поощрить членов группы к использованию своих собственных ресурсов для анализа скрытого смысла поведения группы. **НЕСОМНЕННО**, однако, что те, кто настроен на праздник, испытают болезненные ощущения; хотя психотерапевт будет не прав, если посчитает, что это он спровоцировал такие ощущения, — на самом деле они косвенным образом вызваны самими рождественскими угощениями.

Решение психотерапевта не участвовать в вечеринке после окончания сессии порождает еще одну проблему. Встает вопрос о том, где стоит проводить вечеринку. Если у группы все еще останется желание отметить праздник, а психотерапевт не позволит это сделать в последние пять минут сессии (руководитель сам решит, участвовать ему или нет), то это может привести к тому, что отыгрывание во время сессии выльется в отыгрывание вне сессии и скомканный праздник продолжится в доме кого-нибудь из участников.

- (М) «Поминальная трапеза, кажется, превращается в свадебное застолье». (6)

*Комментарий психотерапевта.* Я учился у покойного Джима Хоума (Jim Home) и поэтому частенько комментирую ситуацию несколько завуалированно (и это не просто моя **прихоть!**), что, как мне кажется, позволяет каждому задуматься и сделать свое собственное толкование моего замечания.

Я бы рассматривал описанную сцену как стремление избежать болезненных ощущений, вызванных расставанием, и настроился бы обсудить то, о чем сложно говорить.

Данный психотерапевт намерен заставить членов группы обсудить смысл их собственного поведения. Я не могу однозначно оценить эту позицию. Можно подумать, что группа у руководителя, выбирающего такое вмешательство, достаточно подготовлена и в соответствии с определением группового анализа сможет перейти от отыгрывания во время сессии к анализу группы, осуществляемому всей группой, включая руководителя. Многие, на мой взгляд, зависят от того, станет ли это вмешательство ударом ниже пояса или участники пропустят его мимо ушей. В первом случае оно должно оказаться успешным. Я, правда, никогда не слышал о «поминальной трапезе» и «свадебном застолье». Если бы я был членом группы, не знаю, **пропустил бы** я это высказывание мимо ушей или отложил бы штопор и обратился за разъяснением.

- (Ж) Я бы сидела неподвижно, ничего не говоря и не делая. К концу сессии, глядя на съеденные пирожки и выпитое вино, я бы, возможно, заставила участников обсудить предстоящее расставание. ИЛИ я бы попросила группу отложить вечеринку до конца сессии, — хотя сомневаюсь. (7)

*Комментарий психотерапевта.* Я не думаю, что имело бы смысл советовать участникам прекратить сопротивление — группа слишком молода, и я еще не знаю, как сработают механизмы расставания.

Эта психотерапевт выбрала минимальное вмешательство. У нее есть определенная гипотеза, но она идет на риск, так как открыть дверь легче, чем закрыть. Допуская отыгрывание во



время сессии, она создает прецедент и позволяет всей группе решить на будущее, что у психотерапевта попустительский стиль руководства.

Пример: в давно существующую группу (в Центре групп-аналитической практики (Group-Analytic Practice)) пришел новый ведущий. Эта группа собиралась последней в неделю, и, очевидно, предыдущий руководитель позволял себе немного расслабиться на ее сессиях в преддверии выходных дней. В группе были курильщики, курившие сигареты во время сессии; участники сами по обыкновению готовили себе кофе на служебной кухне. Они пили вино, отмечая уход предыдущего руководителя. Через пять лет, когда полностью сменились все сотрудники, включая второго руководителя, участники этой группы все еще по привычке продолжали готовить себе кофе на служебной кухне. Ни одна другая группа в Центре групп-аналитической практики не позволяла себе такого!

(М) Я бы отказался попробовать вина и пирожков вместе с ними, хотя заметил бы, что все выглядит и пахнет весьма аппетитно. «Мы словно собрались у вас дома, — кто-то из нас даже, возможно, переодетый Дед Мороз; Рождество — это время гостеприимства. Кажется, будто группа уже сделала перерыв на каникулы и позволяет себе полностью игнорировать традиции и обычаи, установившиеся внутри группы». (8)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы не хотел, чтобы создалось впечатление, будто я принимаю подношения и благоволю таким образом к тем участникам, которые эти подношения принесли: как мне кажется, именно они упорней других отрицают свою тревогу. Я бы хотел сосредоточиться на семейном аспекте Рождества или на встрече друзей — в противовес «**СЕМЬЕ**», сложившейся в группе. Я надеюсь, что группа не остановится на этом и проведет параллели между подношениями, Дедом Морозом и Мессией и своими ощущениями по отношению к группе, например «нет вам места в гостинице!»

Этот психотерапевт отчетливо представляет, на что именно нужно обратить внимание группы. Он здесь предпочитает **не** внимать совету Уилфреда Байона (*Wilfred Bion, 1970*),

советовавшего психоаналитикам «приходить на каждую сессию ничего не помня и ничего не **ЖЕЛАЯ**». У него завидная уверенность в перспективах группы, хотя я лично на стороне Байона и считаю, что надежды и желания могут вылиться в разочарования, вызвать искаженное проявление мыслей и чувств и воспрепятствовать истинному творчеству.

Пока что я рассматривал только комментарий этого руководителя к вмешательству, которое не только является эффективным, но и заставляет меня почувствовать себя достаточно неуютно. Руководитель четко видит границы дозволенного в группе и сначала (как кажется) ведет себя достаточно снисходительно, положительно оценивая принесенные дары. Однако у этого вмешательства есть и обратная сторона. Оно противостоит агрессивности отыгрывания. Я не могу точно определить, что является лучшим подходом в данной ситуации — мягкость или конфронтация. Данное конкретное **вмешательство** будет очень болезненно воспринято группой. Даст ли оно пищу для размышлений и заставит ли моментально остановиться? Не нанесет ли оно очередную **рану**, которую долго потом придется зализывать; не вызовет ли нежелательной враждебности по отношению к терапевту? В ответ на рану, полученную на последней в этом полугодии сессии, **участники** могут просто больше не прийти.

(Ж) Я бы не отвергала категорически «рождественские дары», но сказала бы: «Прежде чем утопить свою печаль в вине, мы должны хорошо поработать. Праздники, особенно рождественские, почти всегда вызывают **болезненные** чувства, хоть это и сложно осознать. Пирожки пахнут замечательно, но они не ответ на эмоциональный голод, а лишь кратковременный паллиатив. Давайте посмотрим, что же кроется под этой жизнерадостной поверхностью». Если участники промолчат, то я скажу: «Сложно отказаться от жизнерадостности — ведь печаль так неприятна». (Возможно, после сессии мы **все** же отметим праздник.)

*Комментарий психотерапевта.* Мой комментарий концентрируется на ощущении утраты — боли и грусти (а не гнева, о наличии

которого свидетельствует отрицание); мне кажется, к печали подступиться легче, чем к гневу. Возможно, позже я скажу о существовании чувства «разочарования» по поводу того, что группа не будет встречаться несколько недель, но в течение некоторого времени мы еще будем не в состоянии осознать свой гнев (к тому же это может привести к существенным последствиям, которые проявятся после каникул). «Давайте посмотрим» — это очень полезный тип вмешательства, который в очередной раз подчеркивает, что группа сама должна интерпретировать ситуацию (отчего эта интерпретация покажется участникам гораздо более ценной). Я бы не отказывалась от кулинарных подношений (раз уж они приготовлены), так как в противном случае пациенты, вероятно, подумают, что я отвергаю их самих. Но лишь после анализа ситуации можно будет попробовать вина и пирожков (и то только в конце сессии). Сам же откажусь от алкоголя, сославшись на то, что у меня еще много работы.

Данный психотерапевт разработала детальную гипотезу относительно происходящего и четко и подробно излагает ее группе; она избегает многозначных метафор и полностью сосредоточивается на здесь-и-теперь. Более того, она демонстрирует высокий уровень профессионального такта и уважение чувств участников, что некоторые из наших терапевтов посчитали излишним и даже нежелательным. Мы в очередной раз сталкиваемся с проблемой: каким должно быть в конечном счете соотношение между установкой на конфронтацию и уважением (или недостатком уважения) чувств пациентов. Вот другой пример: терапевт-мужчина достаточно бестактно портит атмосферу праздника.

(М) «Ага! Веселее некуда... спасибо, да, я съем пирожок... **вкуснятина!**.. сегодня что-то особенное, экстраординарное... а на следующей неделе **(иронично)**... ничего!»  
Дальше я буду интерпретировать отрицание и все эти пирожки как отыгрывание, но не критикуя при этом сам факт отыгрывания. (10)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы хотел не критиковать отыгрывание вне сессии, приобретшее такую конструктивную форму, а интерпретировать его и указать группе на отрицаемые ею негативные аспекты переноса.

Психотерапевт действует уверенно и отдает себе отчет в своем решении позволить группе продолжить отыгрывание и в стремлении бросить вызов отрицанию. Ему не кажется, что только лишая (по крайней мере сначала) группу удовольствия, к которому она стремится, можно будет заставить пациентов вербально выразить свои ощущения. Можно утверждать, что слова и действия — это две взаимоисключающие модальности. На этом основываются те психотерапевты, которые пытаются заставить группу отказаться от действий и обратиться к своим ощущениям, а затем подобрать слова, посредством которых эти ощущения можно интерпретировать. Однако не так просто предотвратить любое отыгрывание. Можно понять дискомфорт и даже отчаяние следующего психотерапевта, зная, что он уже побывал в подобной ситуации.

(М) «Да... Я здорово шокирован (производя впечатление безучастности к контрпереносу). Весь год вы казались серьезной группой, а сейчас серьезность вдруг исчезла и сменилась всем этим; я подавлен». (11).

*Комментарий психотерапевта.* (Со мной такое уже было, и я действовал не лучшим образом. Спасибо за еще один шанс.) Группа не может справиться с тревогой по поводу предстоящей разлуки, участники отрицают тревогу и проецирует ее на психотерапевта — ощущение шока, потери, беспомощности, подавленности и т. п. Я бы придерживался этой позиции, утверждая, что слишком подавлен, чтобы участвовать в их празднике, и, физически находясь рядом с ними, эмоционально не смогу к ним присоединиться.

Понтий Пилат жив и здоров, он живет в \_\_\_\_\_.  
Думаю, что этим самораскрытием психотерапевт откровенно свидетельствует о кошмаре тех дилемм, которые группа с ТАКИМ удовольствием перед ним поставила. Испытываю мощный и сложный процесс проецирования, руководитель, хотя и стремится действовать на этот раз удачней, тем не менее, похоже, все равно провоцирует ситуацию, в которой он идентифицируется с этой проекцией. Мне не кажется, что это может что-нибудь изменить; скорее всего, у членов группы на все каникулы просто останется достаточно неприятное чувство вины.

(М) «Да, пахнет ароматно; пожалуй, все это похоже на поминальную трапезу. Впрочем, вероятно, нам все это придется съесть после сессии». (12)

*Комментарий психотерапевта.* В самих пирожках и вине нет ничего предосудительного; их можно использовать, чтобы стимулировать обсуждение скрытых проблем.

Данный психотерапевт в отличие от предыдущего воспринимает ситуацию очень спокойно и, откладывая отыгрывание, делает это в мягкой форме и предпочитает использовать сравнение, для того чтобы обратиться к бессознательным процессам.

(Ж) Сначала — ноль реакции. Я бы посмотрела, как будет развиваться ситуация, в надежде, что группа посредством отыгрывания начнет анализировать собственные навязчивые проявления защитных механизмов. Если этого не произойдет, то я приведу сравнение с похожей ситуацией, например с поминальной трапезой или с рождественской суетой и с желанием подарить гору подарков, чтобы покрыть ими стрессовое и болезненное состояние, в котором все отдают себе отчет. (13)

*Комментарий психотерапевта.* Раз уж вплоть до последней сессии группа противилась анализу своей тревоги, то я не думаю, что участники адекватно воспримут мои действия, если я обрушу на них, как тонну кирпичей, очевидную интерпретацию; эта интерпретация состоит в том, что группа отрицает свою тревогу и замещает ее праздником. Мне кажется, однако, что отыгрывание часто приводит участников, осознавших, как сложно иметь дело со своей тревогой, к инсайту. Способствовать этому процессу может его признание, при этом нужно прокомментировать маниакальное поведение участников.

Этот психотерапевт также однозначно рассматривает отыгрывание такого рода как относительно доброкачественное явление, которое само себя изживает. Поэтому они решают, что праздник должен продолжаться, так как во время него члены группы сами задумаются над тем, что же они делают.

Автор настоящей статьи сам был участником одной такой «праздничной» сессии и помнит, что в группе установилась культура скрытого отыгрывания, которое первоначально выгля-

дело так безобидно, что, казалось, не стоило ставить под вопрос его целесообразность. Однако, вероятно, для всех участников группы оно оказалось деструктивным по отношению к процессу анализа и, следовательно, к терапевтическому процессу. На самом деле в тот вечер группа оказалась слишком занята поглощением пирожков и вина, чтобы рассуждать о чем-либо другом.

С другой стороны, когда на вводном курсе по групповому анализу за несколько недель до Рождества была проведена ролевая игра по аналогичному сценарию (без присвоения каждому участнику определенной роли), то в группе разразился жаркий спор, в ходе которого были подняты интересные вопросы и сделаны печальные открытия. Актеры старательно вошли в роль, и оказалось, что отец одной из участниц группы, которая справляла праздник, лежал в больнице с серьезным заболеванием.

#### Примечания

1. Отыгрывание вне сессии (*acting out*) имеет место, когда бессознательные импульсы, спровоцированные терапевтическим процессом, начинают проявляться в поведении участников, обычно в символической форме или посредством переноса ощущений на кого-либо вне группы вместо терапевта. Отыгрывание во время сессии (*acting in*) имеет место, когда аналогичный процесс происходит в рамках сессии и пациент находится рядом с психотерапевтом. Пациент иногда стремится к тому, чтобы получить что-то дополнительно от психотерапевта. Это стремление может также выражаться в закодированной форме, например посредством угощения вином или шоколадом, принесенным на сессию.
2. Параллель с Тайной вечерей.
3. Фаулкс (*S. H. Faulkes, 1973*) обращал внимание на существование гипотетической коммуникационной сети, которая со временем создается в терапевтической группе. Он называл ее групповой матрицей. Он также указывал, что каждый участник привнесет в группу свою индивидуальную матрицу и разделит вместе с большинством других участников общую культурную матрицу. На глубинном уровне каждый участник разделяет присущую всему человеческому роду базовую матрицу (*foundation matrix*). Эта идея перекликается с *коллективным бессознательным* Карла Юнга.

Джефф Робертс

## УГРОЗА ПРЕЖДЕВРЕМЕННОГО ОКОНЧАНИЯ КУРСА ПСИХОТЕРАПИИ

### СИТУАЦИЯ 6

*Одинокая женщина 30-40 лет, занимающаяся в группе уже год, заявляет, что собирается покинуть группу через четыре недели — испытательный срок, изначально определенный в таких случаях руководителем для участников. Хотя за этот год она уже обрела уверенность в себе, окончание курса кажется преждевременным, поскольку некоторые проблемные моменты стали анализироваться в группе только сейчас — например, ее трудности в проработке в группе чувства агрессивности в себе и в других людях. Когда другие участники спрашивают ее о причинах ее решения, она отвечает весьма неопределенно: ей кажется, что в этой группе она не сможет достичь того, чего желает. После дальнейших вопросов она говорит, что в действительности мама не может понять эти причины. Сегодня последняя сессия испытательного срока, и пока непонятно, хочет ли она все еще покинуть группу или уже изменила свое решение.*

## Задача и проблемы психотерапевта

Угроза преждевременного окончания терапии представляет собой достаточно обычное явление в жизни группы. Для того чтобы управлять такой ситуацией, руководитель изначально должен сделать некоторые выводы относительно желания покинуть группу, выраженного участником.

1. Не являются ли эти мысли формой проявления внутренней амбивалентности пациента?

В течение продолжительного курса групповой терапии большинство участников так или иначе рассуждают на тему ухода. Одни подвергают эти мысли цензуре, другие выводят их на уровень умозрительных построений, третьи же действуют более конкретно и высказывают намерение уйти из группы. Всегда важно выявить того, кто уже размышляет о возможности прерывания терапии, так как «конкретная» реакция на его заявление может привести к усилению этого намерения и к вовсе не желательному выходу из группы.

2. Не является ли это попыткой при помощи группы решить, стоит уходить или нет, а само намерение покинуть группу преувеличивается с целью показать важность этого вопроса?

Кроме тех, кто готов умозрительно рассуждать о тех или иных вещах, существуют и такие люди, которые не умеют обдумывать и разрешать противоречия абстрактно. Дискуссию на тему, стоит уйти или нет, они в состоянии провести лишь в форме вербального «отыгрывания», когда выясняется, действительно ли они хотят покинуть группу. В этом случае, опять-таки, руководителю необходимо убедиться, что пациент всего лишь предлагает вопрос к рассмотрению, а не строит конкретные планы выхода из группы.

3. Не является ли это действительно серьезным намерением?

Иногда мы сталкиваемся с ситуацией, которая, возможно, как раз имеет место в приведенном примере, когда устойчивое



намерение демонстрируется таким образом, что либо оно не воспринимается всерьез, либо группа, признавая истинность этого намерения, решает по тем или иным причинам не докапываться до его истоков и при том или ином типе проявления базовых допущений (*basicassumption*) (см. главу 11) предпочитает игнорировать и нависшую угрозу потери своего члена, и факт существования в группе набора общих негласно установленных правил.

4. Не шутка ли это, не попытка ли вызвать интерес, привлечь внимание или провести рейтинг популярности? В этом случае участнику что-то нужно от руководителя, от конкретного члена или членов группы или от всей группы.

Управлять самооценкой почти всегда сложно. Немногим удалось избежать ситуаций, когда они сами себя недооценивали или переоценивали. При этом человек может прилагать огромные усилия, чтобы заставить себя почувствовать свою значимость. Многие из тех, кто через год ПОСЛЕ ухода на пенсию чахнут и умирают, вероятно, в течение всей своей жизни, какое бы благоприятное впечатление они ни производили, на самом деле вели жестокую борьбу с заниженной самооценкой. При групповой психотерапии некоторые пациенты испытывают сложности, если не встречают регулярного одобрения и поощрения со стороны группы или руководителя. Другим, оказывается, необходимо, чтобы поток похвал и поощрений все увеличивался. Озвучивание решения о выходе может оказаться дебютным ходом пациента с проблемной самооценкой в группе или продолжением серии подобных ходов.

5. Не попытка ли это получить от других членов группы или от ведущего ту или иную помощь в трудной групповой ситуации?

Для некоторых людей жизнь превращается в серию мелких и крупных катастроф, единственное спасение при которых — помощь извне. Вариантов такого сценария — тысячи. По одному — спасатель так и не появляется и жертва все глубже и глубже погружается в пучину неразрешимых реальных

и мнимых проблем; по другому — спасение приходит в нужную минуту, а спасенный получает истинное удовольствие от самого процесса. Групповые ситуации предоставляют возможность повторить такой тип беспомощного поведения и сделать его предметом аналитического процесса.

6. Не проявление ли это чувств по отношению к группе, выраженных от лица всех участников?

В групповых ситуациях нередко какой-нибудь рискованный участник выступает выразителем мнения всей группы. Если решительно высказанная мысль не находит противников среди других членов группы, то можно предположить, что группа в целом ее поддерживает. И руководителю придется обратить внимание на эту позицию, каким бы неприятным ни было для него все сказанное.

7. Не угроза ли это, формулируемая как «если все будет продолжаться в том же духе, то я намерен уйти»?

Такого типа заявления не требуют дальнейших объяснений. Группа и ее руководитель должны сами определить, обоснованы ли претензии участника.

Руководитель может начать формировать гипотезу относительно решения пациентки сразу после того, как это решение озвучено: тогда он сможет вмешаться так, чтобы обнаружить мотивацию, лежащую в основе ее поведения. В успешной и зрелой групп-аналитической группе руководитель имеет право ожидать, что группа сама осуществит большую часть этой работы. И напротив, если он будет делать слишком многое, то группа станет более беспомощной и инфантильной. Руководитель, который при разрешении проблем, связанных с самооценкой, осуществляет слишком многоплановое или слишком хитроумное вмешательство, напрочь отвергает принцип Фаулкса, заключающийся в том, что групповой анализ — «это эго-тренинг в действии». Чем больше тренирует свое эго руководитель, тем меньше придется работать с эго членов группы.

Если после обсуждения причин, спровоцировавших заявление об уходе из группы, участник все равно остается при своем мнении, руководителю придется определить, является

ли это решение одосрочном выходе из группы ошибочным или следует признать, что клиент уже достиг в группе максимум возможного. Так, участник может демонстрировать лежащую в основе своего поведения ригидность, психотизм или боязнь разбередить незарубцевавшуюся рану. В этой ситуации лучше не критиковать участника и причины его ухода, а позволить достойно уйти.

Можно также предположить, что пациент, выражающий желание уйти, почувствовал, что руководитель или другие члены группы как-то задели его или плохо к нему отнеслись, а он в условиях группы не может этому ничего противопоставить.

Недавно один из членов группы, руководимой автором (Дж. Робертс), высказал желание уйти и обиделся, когда психотерапевт (Дж. Робертс) предположил, что если он уйдет, то поступит как бабочка, перепархивающая с цветка на цветок. Пациент использовал это сравнение в качестве последнего аргумента в доказательство того, что психотерапевт (Дж. Робертс) вовсе его не понимает, и этот факт делает невозможным его дальнейшее нахождение в группе.

Всегда найдутся также пациенты, у которых возникали сложности, когда отношения становились более близкими; такие пациенты лучше себя чувствовали на курсах индивидуальной терапии как формы подготовки к групповым занятиям или как альтернативы им. Такие люди часто начинают испытывать стремление уйти в тот момент, когда в группе устанавливается большая степень близости.

Еще одним мотивом ухода, типичным для людей с длительными проблемами в отношениях с другими людьми (об этих проблемах говорит феномен предвосхищения неприятия), можно назвать стремление разрывать намечающиеся близкие отношения, чтобы только не столкнуться с неизбежным неприятием со стороны другого человека или других людей.

Наконец, важно рассмотреть один из наиболее значительных факторов, стоящих как за иррациональным, так и за хорошо обоснованным уходом из группы, а именно феномен отражения. В главе 11 данной книги говорится о том, что ответная реакция на группу, рассматриваемую в качестве зеркала, — это

реакция *исключительного неприятия*. Она имеет место, когда участник видит в зеркале группы отражение своей истинной сущности, которую он не хочет или в настоящее время не готов признавать. Именно в таком случае стремление покинуть группу может оказаться особенно сильным (см. вмешательство № 6).

## РОЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ

Задачей руководителя является заставить, насколько это возможно, и группу, и уходящего участника осознать причины ухода (или размышлений по поводу ухода). В большинстве случаев оказывается более предпочтительным, чтобы и группа, и уходящий пациент поняли значение как озвученного решения покинуть группу, так и возможных последующих действий, т. е. преждевременного окончания терапии. И до ухода пациента, и после него важно выяснить истинные причины такого поведения.

Из ситуации, изложенной в данной главе, видно, что женщина, выражающая стремление уйти, не осознает причин своего поведения, а просто испытывает сильное, почти непреодолимое желание бежать из группы. Будем надеяться, что руководитель делал все возможное, чтобы пациентка осознала эти причины, но ничего, кроме сопротивления, так и не добился. В данном примере мало что может подсказать истинную мотивацию потенциального ухода клиентки, однако отмечается, что у нее возникают сложности при проработке в группе чувства агрессивности в себе и в других людях. Как это верно! Вся история с ее стремлением избежать обсуждения своего решения об уходе вплоть до настоящего момента, несомненно, является выражением общего негласного желания избежать агрессивности в группе, а внезапный необъяснимый уход клиентки на самом деле представляет собой крайне агрессивный акт по отношению к группе и руководителю. Если все это станет понятным группе и все ее члены, включая руководителя, смогут свободно проявить свою агрессивность, то выход из группы либо произойдет более достойным образом, либо потребность в нем отпадет.

В данной ситуации, как и во всех ситуациях, когда начинается осуществляться отыгрывание или его можно ожидать, важно, чтобы руководитель максимально попытался сохранить аналитический процесс и восстановить границы дозволенного, не допуская, чтобы вмешательство укрепило **желание** пациента и сделало выход из группы более вероятным. Вместе с тем руководитель поступит правильно, если не станет удерживать в группе того, кому на самом деле будет лучше уйти.

## **Вмешательство, избранное респондентами**

- (Ж) «**Вы**, похоже, не уверены, хотите ли вы уйти из группы, к тому же есть еще кое-что, в чем вы хотели бы разобраться. Может быть, как раз для этого вам стоит пока остаться?» (1)

*Комментарий психотерапевта.* Позволить ей остаться, если она пожелает, и указать ей на то, что она сама не понимает мотивов своего поведения.

Данный руководитель обращается к самой пациентке и, как кажется, пытается выиграть время. Она не указывает на тот факт, что само стремление уйти до сих пор еще не обсуждалось. Она не хочет подключать группу и, очевидно, не намерена допытываться у клиентки, намеревающейся уйти, почему та молчала до настоящего времени.

- (Ж) «Мы все хотим, чтобы вы остались, но опасаемся спросить, готовы ли вы остаться». (2)

*Комментарий психотерапевта.* Позвольте участникам высказать свои желания и ощущения относительно грядущей потери, чувство вины и т. п. Дайте ей возможность принять решение, в правильности которого она будет уверена.

Данный руководитель говорит от лица группы, вряд ли при этом понимая, что именно необходимо участникам!

- (М) «Если бы вы еще остались в группе, стали бы вы на нас сердиться за то, что вы не получили того, чего хотели?»

Если она ответит утвердительно, я скажу: «И что тогда бы произошло?»

Если она ответит: «Нет, не думаю», я скажу: «Почему нет? Как долго вы сможете терпеть эту неудовлетворенность, прежде чем выйдете из себя?» (3)

*Комментарий психотерапевта.* На мой взгляд, я пытаюсь совместить два вопроса таким образом, чтобы пациентка открыла для себя иной смысл ухода или продолжения терапии; она сама поймет этот смысл, пытаюсь ответить на мой вопрос.

Психотерапевт в данном примере предполагает, что решение об уходе вызвано невозможностью получить то, что хочется! Во многих случаях преждевременный выход из группы объясняется именно так, однако это поведение может быть связано и с иными групповыми ситуациями, такими как стычки с другими участниками и болезненные ощущения, которые может испытывать пациент, увидевший свое отражение в зеркале группы. *Светмой, зеркальце, скажи, и всю правду доложи, кто на свете всех милее, всех румяней и белее?* Я не уверен, что однозначная интерпретация гнева по отношению к группе или руководителю может изменить ситуацию. Действительно, есть такие случаи, когда выход из группы невозможно предотвратить — как вылет пробки из раскупоренной бутылки шампанского.

**(М)** Если группа не займется этой неопределенностью, то это сделаю я сам.

«Похоже, мы никак не можем понять, уходите вы или нет, и это мешает группе проанализировать свои и ваши ощущения относительно вашего поступка». (4)

*Комментарий психотерапевта.* В зрелой группе я обычно занимаю нейтральную позицию по отношению к тому, кто собирается уходить, оставляя группе право иметь дело с вероятными защитными механизмами такого шага. Иногда я могу определить несколько сфер для работы, но пытаюсь не давить на пациента и не заставлять его остаться в группе. Лучше я рискну потерять пациента, которому стоит остаться, чем вступлю с ним в препирательство, после которых он все равно уйдет, — в этом случае, на мой

взгляд, ставится под угрозу возможность «после-терапии» — процесса «дозревания» опыта, приобретенного в группе.

Неспособность группы бросить вызов неопределенности ситуации и возможный конфликт — вот на что обращает внимание руководитель, который при этом надеется, что зрелая группа сама заинтересуется вопросом о причинах решения пациента. Учитывая стремление руководителя уйти от конфликта с пациенткой, такое поведение следует признать прекрасным примером терапевтического такта и дальновидности. Может, правда, возникнуть вопрос, правомерно ли назвать группу, которая так нерешительно ведет себя и не обращает внимания на возможность ухода своего члена в течение четырех недель, достаточно зрелой, чтобы она смогла всерьез обсуждать целесообразность этого ухода. Не прячется ли здесь руководитель за спину группы, опасаясь занять определенную позицию и поработать вместе с группой и пациентом, планирующим уйти, для того чтобы выяснить, насколько ЭТО ВОЗМОЖНО, истинную причину ухода? Более того, истинная причина может скрываться за разного рода оправданиями и отговорками. В такой ситуации задача содействовать откровенной дискуссии может оказаться весьма усложненной, особенно если другие УЧАСТНИКИ соглашаются с приведенными доводами, чтобы подготовить почву для собственного легкого ухода в случае, когда у них такое желание появится. Как показывает практика, чем упорней ведет себя участник в своем желании уйти, особенно если у него на это не одна, а несколько ПРИЧИН, тем с большей уверенностью можно сказать, что истинные мотивы своего решения он скрывает.

(М) «Не знаю, действительно ли это последняя ваша сессия. Мы так или иначе должны прийти к какому-то решению — ведь нам надо будет попрощаться, если вы уходите. Если же вы хотите остаться, то ваше место пока остается за вами: я еще не разговаривал с новыми потенциальными участниками». (5)

*Комментарий психотерапевта.* Очевидно, что еще многое МОЖНО сделать с ее уходом. Однако если это действительно последняя ее сессия, то нет смысла работать с пациенткой. Думаю, что

нужно найти деловой подход к ее неуверенности — уйти или все-таки остаться? Если она решит уйти, то мы проводим ее и пожелаем успеха в будущем — может быть, на других терапевтических курсах.

Данный психотерапевт выделил задачу сохранения терапевтической среды; он стремится избежать любых случайностей во время сессии, которая может стать последней для участника, — это может привести к конфликту или к чувству неудовлетворенности. Такая позиция кажется вполне оправданной, однако здесь существует и определенный риск: участники могут решить, что руководитель поддерживает желание группы оставить такого рода отыгрыш без комментариев.

(Ж) «Мне кажется, я немного понимаю, в чем ваша проблема. Трудно постоянно ощущать, что вы можете столкнуться с агрессивностью (в других и в самой себе), и, вероятно, в глубине души это беспокоит вас больше, чем вам самой кажется. Вас пугает возможная реакция группы. Это как раз те больные места, обнаружив и проработав которые вы получите больше пользы. В одной из моих групп этот критический момент называют "боле-вой точкой"; нужно мужество, что пережить его, и мне кажется, что вы обладаете этим мужеством и можете разобраться в ситуации — естественно, если есть желание». (6)

*Комментарий психотерапевта.* Я постаралась бы подвести пациентку к рассказу о той части ее натуры, которая готова бороться, и той, которая не желает оставаться в группе. Если бы в моей практике уже происходили подобные ситуации, я бы сослалась на них и надеялась (используя по необходимости невербальные сигналы) привлечь мнение других участников группы. В остальном же я буду пытаться выявить мотивацию пациентки. Отрицательный перенос (на руководителя, отдельных участников или группу в целом), если это именно он, необходимо интерпретировать.

Это очень заинтересованное, всестороннее и четко обоснованное вмешательство, направленное на то, чтобы определить конкретные переживания пациентки и, ссылаясь на мотива-



цию ее поведения, убедить продолжить терапию, несмотря на то что ситуация при этом становится гораздо более запутанной и болезненной, чем была вначале. Психотерапевт, пытаясь выяснить глубинную бессознательную мотивацию желания уйти, апеллирует также к «терапевтическому альянсу» (*treatmentalliance*)<sup>2</sup>. «Терапевтический альянс» — это специфическое соглашение между терапевтом и «бесконфликтным эго» пациента о совместных действиях с целью выявления и разрешения невротических конфликтов посредством терапевтического процесса, например вхождения в терапевтическую группу. Это исходное соглашение включает пункт о том, что терапия будет продолжаться в течение определенного времени, например два года, и может быть прервана лишь с обоюдного согласия и после серьезных размышлений. Однако если пациент включается в групповой процесс и осуществляет перенос — как негативный, так и позитивный, — то влияние его бесконфликтного эго обычно снижается. В таких случаях пациент склонен забывать, иногда бесследно, и об исходном соглашении, и об инициаторах этого терапевтического альянса. Данное вмешательство показывает, что, участвуя в терапевтическом процессе, пациент как бы балансирует на канате: с одной стороны, важно, чтобы инсайт был достаточно глубоким, с другой — участников при этом не должно появиться стремление избежать излишней невыносимой правды о себе, других людях и мире, в котором они живут. Предложенное вмешательство является крайне осторожным и сдержанным, оно предоставляет возможность пациенту или клиенту, который к нему прислушается, решиться на это опасное путешествие по канату.

(М) «Итак, вы собираетесь уходить? Или все же останетесь?» (Надеюсь, что этот вопрос зададут члены группы.) «Не кажется ли вам, что мы пытаемся не замечать проблемы и ходим вокруг да около? Мы не настаиваем на том, чтобы вы определились со своим решением, а вы сами боитесь раскрыться. Не это ли настоящая проблема, из-за которой и вам необходимо остаться в группе, и группе стоит задуматься?» (7)

*Комментарий психотерапевта.* Ситуация сложная; клиентка может уйти, а группа и далее не обратит внимания на эту проблему. Тон комментария должен быть **вызывающим**, чтобы вскрыть проблемы, которых группа избегает в настоящий момент, а именно гнев из-за того, что кто-то уходит, а кого-то бросают.

Данный руководитель также говорит о том, что на развитие ситуации здесь оказывает влияние фактор решимости или ее отсутствия. Это, пожалуй, вполне оправданное предположение: все участники группы, включая руководителя, были, похоже, недостаточно решительны, поскольку тянули с проработкой проблемы до самого последнего момента. Откладывание рискованных или потенциально болезненных моментов до тех пор, когда игнорировать их уже нельзя, типично для человеческого характера. В предыдущем примере руководитель обратила внимание на проблему нерешительности клиентки, собирающейся покинуть группу, и выбрала всесторонний и продуманный подход к ситуации. Она посчитала, что осторожный анализ укрепит решимость колеблющейся пациентки. Данный же руководитель настроен более жестко и взыскательно, он думает, что решимость можно укрепить, указав на очевидное безволие и бросив этому безволию вызов. Сложно с определенностью сказать, какой из этих двух методов будет более эффективным. Каждый руководитель склонен использовать свой собственный стиль (см. главу 1).

(М) «Не торопи ненастье» — вот старая пословица, которая, похоже, как раз имеет отношение к данной ситуации. (8)

*Комментарий психотерапевта.* Если она хочет уйти, это ее право. Своим комментарием я оставляю дверь открытой, но не указываю на нее.

Как отмечают Кокс и Тильгаард (*Cox and Thielgaard, 1987*), высказывание-метафора может затронуть глубины психики человека, не отразившись на ее поверхности. Метафора сродни сновидению, которое является «легким путем» проявления бессознательного. Для меня исходная проблема состоит в том, что я не могу понять этого вмешательства. Если оно затрагивает глубины психики, то тогда это не имеет значения; более того, попытка понять это высказывание может развить способ-

ность понимать эмоционально наполненные ситуации и выработать способ, как в них действовать. Если группа обратится к анализу этой многозначной фразы, то так она сможет успешно справиться с кризисной ситуацией и обрести зрелость. Однако метафорический подход может вызывать и серьезное, гневное сопротивление со стороны некоторых членов группы; и если сама группа настроена на конфронтацию, — как в данном случае, — то вместо того, чтобы затронуть глубины психики, такое замечание может остаться без внимания — «как с гуся вода».

### Примечания

1. Одним из признаков любого типа проявления базовых допущений является кажущееся непонимание со стороны некоторых участников группы всех ограничений времени и места и «правил, определяющих способы использования времени и места».
2. Сандлер, Дэйр и Холдер (*Sandler, Dare and Holder, 1973*) в главах 3 – 6 своей книги «Пациент и аналитик» (*The Patient and the Analyst*) подробно и интересно представили весь набор сложностей, возникающих в условиях терапевтических отношений.

## 9

Яннис Арзуманидес

# РАЗОЧАРОВАНИЕ В ТЕРАПИИ

## СИТУАЦИЯ 7

*Участники данной группы занимаются вместе уже два года, и их первоначальная идеализация своей группы и ее руководителя сменилась разочарованиями разной степени. Сегодня вся группа обсуждает вопрос о бесполезности психотерапии. Вы не реагируете на это, и участники более настойчиво заявляют о выбранной теме, пока наконец один за другим не замолкают. Молчание длится четырнадцать минут, а до конца сессии остается всего три минуты.*

## Задача и проблемы психотерапевта

В предложенной ситуации мы видим группу, которая вступила в фазу разочарования. Реакция группы на руководителя, который не решается прервать молчания, рождает целый ряд проблем.

Это важная стадия жизни группы. Похоже, что группа переживает переходный период, в течение которого некоторые из ее членов или группа в целом перейдут из состояния зависимости в состояние независимости (Winnicott, 1982; Klein, 1984), пережив период амбивалентности (Klein, 1984). Члены

группы не уверены, полезна ли для них групповая психотерапия; является ли групповой психотерапевт компетентным или, используя термин Уинкотта, достаточно хорошим родителем; нравятся ли им другие участники. В итоге они подходят к тому моменту, когда исчезает «волшебство» психотерапии. Тогда они подвергают сомнению значимость групповой психотерапии в целом, из-за чего перед ними может встать дилемма: следует ли вообще продолжать психотерапию или не стоит.

Можно утверждать, что группа в целом и ее члены находятся на стадии взаимодействия с тем, что Кляйн называла негативным объектом (*negative object*): пациенты атакуют этот объект, выражая тем самым гнев и фрустрацию. Много из того, что человек ненавидит в самом себе, переносится теперь на «мать», а точнее на «материнскую грудь» (Klein, 1984). В роли матери здесь может выступать группа, сама психотерапия или ведущий, и группа, психотерапия или ведущий рассматриваются, таким образом, как бесполезные.

Вопрос выбора времени для осуществления вмешательства является наиболее важным и требует обдуманности: следует вмешаться сразу или стоит не нарушать тишину и так и закончить сессию, не прибегнув к вмешательству. Вмешиваясь сразу, психотерапевт ставит своей главной целью фасилитацию общения внутри группы и содействие тем самым анализу участниками чувства разочарования в групповой психотерапии и, возможно, символического значения этого разочарования. Так, руководитель может косвенно указать членам группы, что они могут рассчитывать на его помощь и содействие в решении своих проблем. Если он не прервет молчания, то в таком случае вероятная его цель — заставить членов группы пережить напряженную ситуацию и самим решить, как действовать дальше: таким образом, группе предоставляется свобода и ответственность.

Естественно, выбор того или иного подхода зависит от конкретного психотерапевта и его подготовки, состава группы и стадии ее развития. Среди факторов, которые необходимо учесть, можно назвать следующие.

1. Достаточно ли долго встречается эта группа, чтобы ее можно было назвать устойчивой и сплоченной?

2. Разочарование может оказаться не чем иным, как просто закономерной стадией развития группы и ее членов, для которых это ощущение является средством выражения отрицательного переноса.
3. Возможно также, что группа просто переживает нормальную стадию своего развития, когда пациенты осознают, что тоже обладают силой. На этой стадии они понимают, что в конце концов помощь приходит в результате совместных усилий группы и усилий самой **ЛИЧНОСТИ**.

Конкретизируя последний пункт, можно сказать, что развитие группы повторяет развитие ребенка, который начинает осознавать свои возможности и способность влиять посредством своих действий на мир вокруг себя и делать что-то для себя. Из состояния полной зависимости, или, по выражению Балинта (*Balint, 1968*), «тотальной совместности», группа в целом и каждый из ее членов, как ребенок, переходит в состояние независимости и в процессе этого перехода, сознательно или бессознательно, переживает ранние стадии развития. Руководитель группы отдалается, как мать, отнимающая ребенка от груди. Будучи зависимым от силы эго группы и ее членов, этот переход вызывает ряд противоречивых чувств, таких как подавленность, гнев и возбуждение различной степени выраженности.

Первоначально группу волнует вопрос о «бесполезности психотерапии»: это сигнализирует о том, что участники не готовы взять на себя ответственность в данных условиях и на данной стадии своего развития. Как раз на этой стадии ребенок, или группа, должен «уничтожить своего отца», чтобы освободиться от него и получить возможность построить отношения «по-взрослому».

Группа пытается задействовать психотерапевта, но с его стороны помощь не приходит. Поэтому после неоднократных попыток, которые отчетливо свидетельствуют о зависимости группы, участники замолкают, отъединяясь тем самым друг от друга и осуществляя свой отрицательный перенос на психотерапевта (*Yalom, 1985*). Такое проявление отрицательного переноса — когда клиент считает: «Группа мне не подходит;

я должен поискать что-нибудь другое» — соответствует стадии отрицания ребенком одного или обоих своих родителей. **В**здесь-и-теперь описанной ситуации чувства участников могут своеобразным образом отразиться на отношении к психотерапевту. Другими словами, группа находится в состоянии бессознательной борьбы с авторитетами и испытывает потребность в независимости. Это выражается путем отрицания всякого значения групповой психотерапии, самого терапевта, а следовательно, косвенным образом, и отрицания бывших и нынешних авторитетов вообще.

- У разочарования есть свои положительные и отрицательные стороны — их соотношение зависит от силы эго конкретного человека. Если, например, он представляет собой хрупкое, слабое эго с низкой самооценкой, то разочарование может оказаться проявлением беспомощности и привести к панике и отчаянию. С другой стороны, разочарование может быть связано с эйфорией, вызванной ощущением «я свободен и могу принимать собственные решения». Такая позиция в итоге приведет человека к самоактуализации и способности сказать: «Вот то, что я хочу сделать в своей жизни» и затем сделать это.

## **Вмешательство, избранное респондентами**

Вмешательства можно разбить на две группы в соответствии с:

- 1) моментом их осуществления;
- 2) их содержанием.

Первая группа психотерапевтов высказала готовность молчать до конца сессии, не давая никаких комментариев, лишь отметив конец сессии. Среди их ответов были такие:

**(М)** Я бы не дал никаких комментариев. **(1)**

*Комментарий психотерапевта.* Группа выглядит сплоченной; обычно после стадии идеализации группа начинает мыслить

более реалистично. Возможно, на следующей сессии я **встречусь с проявлением** депрессии и агрессии.

(М) Пусть молчание продолжается до конца сессии. (2)

*Комментарий психотерапевта.* Но на следующей сессии нужно вернуться к теме этого молчания, если группа сама не станет обсуждать его. Я бы не **Очень** переживал из-за четырнадцатиминутной тишины в двухгодовой группе, если только в ней нет **какого-нибудь** особо ранимого **пациента**.

(М) Я бы продолжал молчать, выполняя роль **«пустого экрана»!** (3)

*Комментарий психотерапевта.* Не стоит поддаваться желанию предложить помощь. Группа уже устоялась и потому может сама **контейнировать** тревожные чувства, вызванные молчанием. Моя позиция была бы иной, если бы отдельные члены группы в настоящий момент чувствовали себя неуверенно.

(М) Никакой реакции. (4)

*Комментарий психотерапевта.* После двух лет своего существования группа может выдержать и более продолжительное молчание, оно ей может быть даже необходимо. Сказав что-то в последние минуты, руководитель может лишь навредить.

(М) Если эта группа к настоящему моменту стала действительно сплоченной, то я, пожалуй, не нарушу тишины и ничего не скажу. (5)

*Комментарий психотерапевта.* Я бы расценивал это разочарование как важную стадию жизни группы; это разочарование участники должны проработать.

(М) Я не скажу абсолютно ничего. (6)

*Комментарий психотерапевта.* Я не стал бы спасать их от отчаяния, вызванного потерей идеала. Лишившись помощи и достигнув дна, они затем должны сами выплыть. Мое молчание подчеркивает мою же «бесплезность» и в то же время свидетельствует о том, что я не собираюсь защищаться.

Эти психотерапевты решили не давать подробных комментариев. Их позиция основана на предположении, что: а) **груп-**



па после двух лет существования является достаточно сплоченной и устоявшейся; б) в группе нет слабых членов, подвергающихся риску в такой ситуации, и в) группа переходит от стадии идеализации к более реалистическому мышлению. Акцент ставится на тот факт, что хорошо устоявшаяся группа способна контейнировать молчание.

Вторая группа психотерапевтов готова продолжить молчание до конца сессии и лишь тогда осуществить незначительное вмешательство. Например:

- (М) Ничего не скажу до конца сессии, и лишь потом, тихо: «Время вышло». (7)

*Комментарий психотерапевта.* Группа существует давно, и мне кажется, у нее есть силы оставить ситуацию в подвешенном состоянии до следующей недели. Мое замечание показывает, что я все еще жив.

- (М) В этой ситуации я бы продолжал спокойно сидеть, а на последней минуте сказал бы: «До встречи на следующей неделе». (8)

*Комментарий психотерапевта.* Я был бы недоволен этой сессией — но так уж все случилось. Если до сих пор я не осуществил необходимое вмешательство, то мне приходится полагаться на структуру группы, чтобы и дальше продолжать аналитический процесс.

- (Ж) Думаю, что перед тем, как все разойдется по домам, я прерву молчание и замечу, например: «Так грустно, когда перечеркиваются большие надежды; я уже начинаю сомневаться, соберется ли вообще группа через неделю». (9)

*Комментарий психотерапевта.* Указать на свои опасения. Обратить внимание на **гнев будет сложно, если только кто-нибудь сам неотреагирует гневно — тогда этот гнев будет признан реальным** и действительно существующим. Проблема участников состоит, похоже, в том, они не знают, на кого возложить всю вину; они в плохом расположении духа, так как их идеализированная группа (и идеализированный психотерапевт) перестала существовать.

- (М) «Будет наверняка полезно поделиться тем, что сейчас происходит в моем сознании. Я чувствую себя неуютно, и мне кажется, что группа блокирует свои чувства; вероятно, следующую сессию мы начнем с того, что попытаемся обсудить все это». (10)

*Комментарий психотерапевта.* Мне не следовало бы так долго бездействовать; тем не менее разочарованность и враждебность со стороны группы делают меня беспомощным. Однако если участники обсудят свое поведение, то это препятствие может исчезнуть, равно как и их зависимость от меня. Впрочем, сегодня это уже поздно делать; однако я все равно должен что-то сказать, чтобы дать им заряд энергии и оптимизма перед тем, как они уйдут.

Эти психотерапевты хотя и готовы выдержать продолжительное молчание, тем не менее хотят показать группе, что им небезынтересно происходящее в группе. В некоторых случаях это сопряжено с выявлением чувств, которые испытывает группа, указанием возможных причин, вызвавших такую ситуацию, а также надеждой на то, что группа сможет все-таки выйти из тупика.

Третья группа психотерапевтов готова прибегнуть к более обстоятельному вмешательству. Некоторые из них заметили, что они вмешались бы гораздо раньше. Эти психотерапевты выражали сомнения, что они допустили бы столь продолжительное молчание, и оценивали ситуацию с оговоркой «раз уж так получилось». Например:

- (Ж) Не думаю, чтобы я допустила столь продолжительную паузу, оставив лишь три минуты. Раз уж так получилось, я скажу: «Вы все, очевидно, чувствуете себя брошенными мной, поскольку я не облегчила ваше положение. Гнев по отношению ко мне заслонил тот факт, что каждый из вас изолировался от других; вам поэтому кажется, что помощь может исходить только из одного источника, то есть от меня. Вы забыли, что вы — группа». (11)
- (Ж) «Кажется, вы сильно разочаровались в своей группе» (и друг в друге, и во мне). Я бы в подобной ситуации не допустила четырнадцатиминутной тишины. Зачем? (12)

*Комментарий психотерапевта.* 1) Попробуйте включиться в группу. 2) Попробуйте отыскать причину неудовлетворенности участников. — В чем она заключается? Чего хотят участники? Может быть, я их не удовлетворяю или между участниками происходит что-то такое, что еще не вышло на поверхность?

(Ж) Здесь, в Новой Зеландии, у вас НИКОГДА не будет четырнадцати минут тишины. Это не соответствует нашей культуре. У меня ни разу не было группы, которая смогла бы вынести тревогу такого рода. После трех-четырех минут тишины я бы уже попыталась завести их, спросив невзначай, как это молчание характеризует проблему, которую группа только что обсуждала. Я бы посмотрела в упор на отдельных участников, провоцируя их ответить, и, если молчание продолжится, прокомментировала бы их потребность в моем «контроле» и что-нибудь бы им предложила, какой-нибудь «ответ», какое-нибудь решение.

*Комментарий психотерапевта.* (Возможно, поскольку группа существует уже два года, ее участники смогут прийти на следующую сессию и взяться за обсуждение этой проблемы.) Было бы полезно, как мне кажется, предложить что-то «позитивное» — например, сказать, что участники уже стали настолько опытными, что могут не надеяться на всемогущего психотерапевта, а способны обрести поддержку в группе, если это действительно группа.

Группу более обстоятельных вмешательств можно разделить в зависимости от их содержания. Некоторые психотерапевты концентрируются на обращенной к ним агрессии, которую они рассматривают в качестве причины разочарования группы в психотерапии. Они применяют различные способы противодействия этой агрессии. Одни дают **непосредственную** интерпретацию молчания как формы агрессии, направленной против психотерапевта; другие просто указывают на то, что группа испытывает гнев, таким образом ведущие раскрывают этот гнев и фасилитируют общение; третьи позволяют группе самой справляться со своими чувствами, соответствующими ее стадии развития. Например:

- (Ж) Я бы, надеюсь, смогла определить эмоциональный градус этого молчания и, надеюсь, смогла бы распознать в нем гнев, депрессию, пассивность и т. д. — прежде всего гнев и депрессию. Затем, перед тем как завершить сессию, я бы заметила, например: «**Кажется**, вы испытываете слишком сильный гнев, разочарование и депрессию и потому не способны говорить. Чувство вашего разочарования во мне очень серьезно — вы как будто видите перед собой несостоятельного родителя, и что еще **хуже** — первоначально все выглядело так обнадеживающе и многообещающе. Думаю, некоторые из вас просто разрываются между желанием заплакать и дать мне по зубам/избить/растерзать (в зависимости от уровня группы, ее языка и **культуры**)». Затем я подождала бы ответа. Если никто не заговорит, я не стану больше прерывать молчания до конца сессии. Я бы наблюдала за невербальной реакцией, но ничего бы не комментировала. (13)
- (М) «Группа, похоже, в гневе. Вы, кажется, понимаете, почему вы оказались в такой ситуации, и теперь перед вами встает необходимость что-то изменить». (14)

*Комментарий психотерапевта.* Обратная сторона идеализации — гнев, если не злоба. Молчание в данной ситуации является, похоже, подавляемой агрессией. Мой комментарий был нацелен на то, **чтобы** вызвать проявление этого подавляемого гнева («беспольный **ублюдок!**»). Тогда группа сможет высвободить свою энергию, страх, **фрустрацию**...

- (М) Я бы, возможно, сказал, подмигнув: «Ну и что дальше?» (15)

*Комментарий психотерапевта.* Я хочу показать им, что то, что они испытывают, вполне закономерно, что из сложившейся ситуации есть выход и что я жду, пока они сами этот выход обнаружат. Надеюсь, мое замечание вызовет более открытое проявление гнева — если и не в оставшиеся три минуты, то на следующей сессии.

- (М) «Через несколько минут нам нужно будет закончить. Что же произошло, пока все молчали?» Если ответа не после-

дует: «Мне кажется, что группа в настоящий момент единодушно решила отказаться от меня за ненужностью. Интересно, как вы себя при этом чувствуете». (16)

*Комментарий психотерапевта.* Вместо того чтобы оставлять все как есть — хотя я и сам участвовал в этой стычке, — я бы предложил им проанализировать молчание, а также те мысли и чувства, которые оно выражает и вызывает. Признав гнев по отношению ко мне, я тем самым показываю, что он мне не страшен.

(Ж) (Я бы не допустила четырнадцати минут тишины в конце занятия.) «Я обеспокоена тем, что происходит в группе. Сначала вы выражали широкий спектр ощущения обделенности, а сейчас проявляете сильные чувства разочарования, уязвленности и гнева. Я всерьез опасаясь, что мы не сможем проработать их, поскольку они слишком интенсивны. Сегодня уже не остается времени, но через неделю мы должны к этому вернуться». (17)

*Комментарий психотерапевта.* Высвобождение невыносимых, неразрешимых чувств кажется мне подходящим способом в них разобраться. Психотерапевт должен демонстрировать свою прежнюю включенность, вовлеченность в группу. На следующей неделе я посмотрю, насколько устойчивым оказалось их разочарование. В случае необходимости я буду действовать достаточно прямолинейно.

(Ж) «Такое ощущение, что группа в гневе. Почему бы вам просто не поговорить об этом». Думаю, что если бы я была настроена более решительно, то так и продолжала бы молчать до конца сессии, с тем чтобы использовать эту ситуацию на следующей сессии; но, пожалуй, я все же сделала бы этот комментарий, чтобы "заставить" участников понять, что им предстоит как следует потревожиться». (18)

Другие психотерапевты сконцентрировались прежде всего на депрессии, которую испытывают участники группы. Одни из них готовы указать на эту депрессию и помочь группе выйти из нее, тогда как другие считают, что группа достаточно сильна и может сама справиться с депрессивным состоянием

и **фасилитировать** таким образом свое развитие. Среди ответов этих психотерапевтов были такие:

- (М) (а) Если это достаточно сплоченная группа и ни один из ее членов не подвергнется риску в случае моего вмешательства, то я ничего говорить не **буду**. (б) В противном случае я бы указал на их депрессию, произнеся констатирующим тоном: «Мы выглядим очень подавленно». (19)

*Комментарий психотерапевта.* Если группа и ее члены достаточно сильны, то есть смысл в том, чтобы они сами, без помощи психотерапевта, боролись со своим депрессивным состоянием...

- (М) «Кажется, в воздухе пахнет депрессией: вы как будто разочаровались в групповой психотерапии и, похоже, опасаетесь, что она больше ничего вам дать не может». (20)

*Комментарий психотерапевта.* Лично мне кажется сложным окончить сессию с таким чувством отторжения. По своему опыту я знаю, что реакция группы на мое замечание будет «маниакальной», впрочем, на ее использование уже не остается времени.

Еще одна группа психотерапевтов отметила, что руководитель обязан указать группе те аспекты, которые следует анализировать, он должен нести особую ответственность за свои решения и действия на такой сессии и продемонстрировать свое присутствие в группе. Опять же, одни предпочли прибегнуть к вмешательству, а другие посчитали, что в данный момент оно будет неуместным. Например:

- (Ж) «Вы намерены показать, что я здесь не нужна. По-видимому, вы твердо решили, что здесь ничем уже помочь **нельзя!** Гораздо удобней сказать, что все бессмысленно, чем взять на себя ответственность за преодоление того, что вам мешает... До встречи на следующей неделе». (21)

*Комментарий психотерапевта.* В том, что я сказала, можно увидеть испытание их ответственности. Не уверена, что я стала бы дожидаться для этого конца сессии.

- (Ж) «Похоже, такое завершение сегодняшней сессии символизирует начало перемен в жизни группы — столкнущ-

шись с разочарованностью и унынием (все когда-нибудь кончается — и групповые встречи, и сама жизнь), вы неохотно согласились с необходимостью нести за все личную ответственность». (22)

- (Ж) «Похоже, группа подошла к концу определенной фазы развития и готова перейти на новую стадию, когда исчезают иллюзии и осознается реальность. Естественно, на вас возлагается уже большая ответственность». (23)

*Комментарий психотерапевта.* Важно **УВИДЕТЬ** в разочаровании признак роста и развития **ГРУППЫ**, а не ее неудачи.

Некоторым из этих психотерапевтов ситуация, в которой оказалась группа и в которой участникам необходимо помочь взять на себя ответственность за решение проблем, казалась ни больше ни меньше как отражением экзистенциального парадокса самой жизни. Они посчитали, что наиболее удачным способом обратить внимание группы на эти экзистенциальные проблемы будет вмешательство на основе примера:

- (М) «У матери было два сына-близнеца — оптимист и пессимист. Первому мать подарила тонну навоза, а второму — золотые часы. Увидев подарок, оптимист подумал: "Раз здесь такая куча навоза, значит, где-то должна быть и лошадь". Пессимист же сказал (взглянув на часы): "Украдут! Непременно **украдут...**"» (24)

*Комментарий психотерапевта.* Группа в такой ситуации сталкивается с сущностным парадоксом самой жизни. Я никогда не пытаюсь разрешить этот парадокс сам и не заставляю это делать группу — я просто даю им возможность его осознать.

- (М) «Был такой старый американский психотерапевт, который говорил, что лучший способ избежать психотерапии — это регулярные встречи с **психотерапевтом!**» (25)

*Комментарий психотерапевта.* Я привожу собственную вольную ассоциацию. На мои слова трудно среагировать непосредственно; они заставляют группу взглянуть (еще раз) на обсуждавшиеся вопросы с другой **ТОЧКИ** зрения. В моем замечании содержится скрытая мысль, что важно не то, чем вы обладаете, а то, что вы с этим делаете. Это проблема экзистенциального характера.

Мы увидели, что существует широкий спектр возможных реакций на данную ситуацию. Одни психотерапевты решили не комментировать молчание, позволив группе исходя из собственных возможностей самой справиться с ситуацией: так группа получает шанс выйти из своего депрессивного состояния, развить в себе чувство ответственности и взглянуть на реальность. Другие, наоборот, выражали сомнение в целесообразности продолжительного молчания. Большинство из руководителей были готовы вмешаться гораздо раньше и расценили четырнадцатиминутную тишину как бесполезную.

Как показывают наши примеры вмешательства, молчание в группе и выбор момента вмешательства психотерапевта являются жизненно важными проблемами в психотерапии и требуют отдельного внимания.



# 10

Яннис Арзуманидес и Джефф Робертс

## УГРОЗА ФИЗИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ

### СИТУАЦИЯ 8

*Пациентка в пограничном состоянии находится в данной группе в течение 18 месяцев. Для нее характерны частые перепады настроения, и она не может найти поддержку в группе. На данной сессии присутствуют четверо из шести участников. Она не в состоянии **скрыть** своего отношения к психотерапевту. В конце сессии она взрывается и, достав опасную бритву, угрожает «**порезать** вас на куски». Двое участников в панике **убегают**.<sup>1</sup>*

### Задача и проблемы психотерапевта

Это самый значительный кризис в жизни группы. Психотерапевту здесь необходимо быстро определить приоритеты и план **действий**. Он должен решить, стоит ли сначала заняться группой в целом и теми, кто выбежал из кабинета, или пациентом в пограничном состоянии, и как следует действовать. Надо ли пытаться удержать участников в комнате? Стоит ли противостоять угрозе физического насилия физическими же средствами или необходимо удержать ситуацию в рамках вербального воздействия? Было бы смехотворно пытаться справиться с ситуацией, которая представляет угрозу физи-

ческой безопасности, при помощи интерпретации — аналитика, выбравшего такую позицию, читатель справедливо назовет **«крайне странным»**. Тем не менее эта угроза может быть не более чем театральным жестом, и даже в подобной ситуации она может оставаться далекой от исполнения. Пациент в пограничном состоянии часто оказывается не способным отличить реальность от фантазии; поэтому если руководитель сможет четко определить, что пациент все еще захвачен фантазией порезать кого-нибудь на куски, то в реальности это может так никогда и не произойти. Опрометчивая попытка обезоружить пациента способна сделать насилие реальным!

Одной из задач психотерапевта является не допустить, чтобы члены **группы** навредили себе или друг другу. В сознании психотерапевта галопом пронесутся мысли. Насколько эти мысли будут адекватны ситуации? Неожиданные угрозы насилия не особенно способствуют хладнокровному, упорядоченному мышлению у большинства людей. В первые несколько мгновений после угрозы психотерапевт испытывает порыв как-то среагировать. Солидная доза адреналина, несомненно, вызовет у него нервную дрожь, его руки затрясутся, пульс начнет скакать, колени подкосятся, мощно заявит о себе инстинкт «дерись или беги». Эти ощущения проявятся либо в сильном порыве последовать за двумя убежавшими пациентами, либо в стремлении принять вызов и воздать злодею по **заслугам!** Только справившись с такими импульсами, психотерапевт сможет обратиться к своему терапевтическому рассудку и найти более продуманный и конструктивный ответ. Будет ли на это время — ведь счет идет на секунды? Если у психотерапевта уже были ситуации, когда он сталкивался с таким импульсивным поведением и он тщательно анализировал их, то у него, вероятно, времени хватит. Такой желательный вариант действий более вероятен, когда психотерапевт способен показать, что он удерживает свой страх и гнев под контролем и что он искренне желает диалога. Психотерапевт должен попытаться отсрочить переход импульса к действию в реальный поступок — как в своем поведении, так и в поведении клиентки. Это дает время на размышление. В отличие от самых первых мыслей, произвольно приходящих в голову в таких ситуациях,

последующие оказываются обычно более полезными. Если же сделать паузу оказывается невозможным, то битва проиграна, а терапевтическая структура разрушена.

Вы увидите из второй части данной главы, что в ответ на неустойчивость пациента некоторые психотерапевты сами прибегли к отыгрыванию.

Одним из основных вопросов, не сразу появляющихся у терапевта, может быть такой: «**Как** могу способствовать сохранению единой и защищенной группы?» Психотерапевту необходимо исправить ситуацию, не потеряв при этом возможности использовать ее в терапевтических целях, поскольку отыгрывание — это драматическая форма коммуникации, в нем проявляется скрытая программа действий, которую долгое время удавалось контролировать.

Способом противостояния отыгрыванию является заблаговременная или своевременная интерпретация конфликта или фантазии, которые могут стать предметом этого отыгрывания. Правильный выбор момента действия — залог успешности вмешательства, способного предотвратить деструктивное отыгрывание. Весьма важно — из превентивных соображений — внимательно следить за процессами, происходящими у пациента в пограничном состоянии, и активно влиять на них, для того чтобы сохранить обоюдно приемлемый образ реальности и избежать крайностей искаженного переноса. Эти превентивные меры могут фасилитировать существенные изменения в рамках тщательно соблюдаемого терапевтического альянса. Если же это оказывается принципиально невозможным или достичь этого так и не удастся, то психотерапевту приходится определять оптимальный вариант действий уже в момент, когда происходит отыгрывание.

Наконец, психотерапевт должен задуматься: «В чем смысл этого безумного поступка?» Так, еще Фрейд говорил, что тот, кто не помнит или не понимает своего прошлого, так и будет слепо его воспроизводить. Когда пациент осуществляет отыгрывание, необходимо обратить особое внимание на скрытое сообщение, содержащееся в этом поведении: это позволяет обнаружить психопатологию и помочь пациенту измениться посредством установления связи с прошлым, скрытым в мани-

акальных действиях. При этом следует также выявить цели, которые преследует пациент, и степень его готовности принять и использовать эту новую информацию. Утверждалось, что отыгрывание — это иррациональное поведение, обычно деструктивное по своей сути, которое имеет весьма скромный терапевтический эффект, если его не проанализировать, не осознать и не проработать до или после того, как оно осуществится. Психотерапевт, участвующий в этой ситуации, должен исследовать скрытые психические механизмы, заставившие пациентку размахивать ножом и угрожать. Также важно понять и символическое значение отыгрывания. Все это необходимо для того, чтобы пациентка осознала, что она делает и почему, и чтобы впредь такое поведение не повторялось.

Психотерапевту необходимо проанализировать в своем сознании все преимущества и недостатки отыгрывания и определить, как оно может быть использовано в терапевтических целях или как свести к минимуму возможность его осуществления. Решив для себя это, психотерапевт тем самым подготовит себя к действию в подобных ситуациях, **ЕСЛИ** они будут иметь место — особенно когда они принимают такую крайнюю форму.

Мы уже говорили, что отыгрывание может происходить как в группе, так и вне ее. Одни психотерапевты рассматривают любые отыгрывания как деструктивные и иррациональные, другие утверждают, что они предоставляют психотерапевту и группе существенную возможность инсайта (*Agazarian and Peters, 1982, p. 202*) и могут быть использованы в терапевтических целях. Отыгрыванием вне группы может оказаться сопротивление — субститут воспоминаний о прошлом опыте и решения проблемы в рамках группы. В случае с бритвой можно утверждать, что способность пациентки выразить свой гнев в такой извращенной форме можно расценивать как прогресс, поскольку это отыгрывание произошло внутри группы, а не вне ее, где никто бы не смог воздействовать на искаженное восприятие пациентки. К тому же отыгрывание в общественном месте могло бы привести к чьим-либо телесным повреждениям (или ее самой), а затем — к вмешательству полиции и юридическим санкциям.

В целом психотерапевтам, мягко говоря, не нравится деструктивное поведение, но когда оно имеет место, руководи-

телю необходимо держать ситуацию под контролем, не наказывать за такое поведение и использовать все терапевтические средства, прежде чем прибегнуть к запретительным мерам. Тем не менее выражать чувства лучше раньше, чем позже, и лучше словами, чем действием. Но при всем сказанном мы не должны забывать, что иногда человек вследствие своего опыта может испытывать скрытое желание и потребность в том, чтобы его контролировали, полностью осознавая, что сам он этот контроль осуществлять не в состоянии. Такой клиент обычно чувствует облегчение, когда обретает контроль извне. Эта форма контроля содержит информацию: кто-то о нем заботится, он в безопасности.

Также важно принять во внимание реакцию других участников группы и услышать, что они скажут по поводу инцидента. Дальнейшая «групповая» судьба пациента, осуществившего отыгрывание, будет во многом зависеть от реакции на этого пациента других участников и от того, как инцидент будет проанализирован и понят. Кроме того, члены группы могут оказать серьезное позитивное или негативное воздействие на данную клиентку, поскольку она может оказаться выразителем не только своего собственного гнева, но и гнева группы.

Последнее, что может оказаться важным в данной ситуации, это то, что, по мнению авторов, бритвы чаще используются как средство нанесения легких порезов самому себе, что редко приводит к смерти или даже к серьезным увечьям. Нанесение порезов снижает напряжение, пациент получает видимую внешнюю рану, которую можно молчаливо и настойчиво демонстрировать окружающим, как бы говоря: «Смотрите, что вы заставили меня сделать!» В данном случае гнев экстернализируется — признак определенного прогресса, и в своем гневе пациентка угрожает психотерапевту и ранит группу, из которой, как кровь из раны, «выбегают» два участника.

## **Вмешательство, избранное респондентами**

Интересно заметить, насколько разнообразны были подходы, предложенные опытными психотерапевтами в данной

ситуации. Их первоначальные вмешательства можно разделить на следующие группы:

- применение физической силы;
- вербальный ответ, убеждающий пациентку «убрать бритву»;
- вербальный ответ, направленный на интерпретацию скрытой мотивации поведения;
- вербальный ответ, затрагивающий вопросы о границах дозволенного;
- попытка вернуть бежавших участников.

Это основные соображения практически всех психотерапевтов. Разница состоит лишь в последовательности реакции респондентов. Одни предпочитали прибегнуть сначала к вербальному, а потом, при необходимости, к физическому воздействию. Другие хотели вернуть бежавших членов группы и потом уже заняться «заблудшей» пациенткой и вопросами отыгрывания, в то время как третьи сначала предпочитали разобраться с клиенткой, а потом уже с группой.

Ниже мы рассмотрим вмешательства, к которым психотерапевты готовы были прибегнуть в первую очередь.

### **Применение физической силы**

Некоторые психотерапевты выразили в своих ответах подозрение или даже уверенность в том, что угроза будет приведена в исполнение, и были готовы применить физическую силу в случае необходимости. Предложено несколько различных способов такого поведения.

- (Ж) Если она пойдет в мою сторону, я должна силой остановить ее, одновременно вежливо с ней разговаривая. (1)
- (М) Если она поднимется и станет нападать на меня, я применю достаточную силу, чтобы ее обезоружить. (2)
- (М) Если она стоит, резко сказать: «Сесть». Если нападает — вскочить на ноги и ударить ее. (3)
- (М) Если она будет нападать, я поставлю ее на место. (4)

(М) Быстро оценить ситуацию, быть готовым остановить ее физически или убежать вместе с другими участниками. (5)

(М) Я обращаюсь к ней по имени и спокойно скажу: «Думаю, что другие участники группы тоже на меня **ЗЛЯТСЯ**». Но я буду готов, если она начнет исполнять свою угрозу, схватить и обезоружить ее, призвав на помощь других участников, а затем предупрежу ее, что еще одно подобное проявление насилия — и она потеряет место в группе. (6)

*Комментарий психотерапевта.* Пациент в пограничном состоянии часто выражает бессознательные ощущения всей группы. Действительное насилие нельзя потерпеть, а с его угрозой можно поработать.

(Ж) (Дать множество невербальных сигналов другим членам **группы!**) Очень спокойным тоном попросить пациентку объяснить, что все это значит. Определить возможные средства защиты — стул или подушку в пределах досягаемости. (7)

*Комментарий психотерапевта.* Ключевой вопрос — можно ли с этим **«работать»** или это полный **психотический срыв**; в последнем случае в целях всеобщей безопасности необходимо применение физической силы.

### **Вербальный ответ, убеждающий пациентку «убрать бритву»**

(М) Громко сказать: «Пожалуйста, убери **это!**», «Здесь не место для таких развлечений», «Итак, в чем дело?» (обращаясь к пациентке в пограничном состоянии). (8)

(М) «Убери бритву!» (9)

(Ж) «Пожалуйста, отдай мне бритву». (10)

(М) «**Вам** следует убрать бритву и попытаться обдумать свои **чувства**». (11)

- (Ж) «Вы не в силах сдержать свой гнев. Вам, должно быть, кажется, что ни группа, ни я вовсе вам не **ПОМОГЛИ**». Затем, в зависимости от обстоятельств, я бы предложила бросить бритву на пол, или отдать ее мне, или убрать ее. Потом я бы спросила: «Вы хотите, чтобы я занималась только вами?» и позже: «Я кажусь вам настолько ничемной, что даже если буду заниматься только вами, из этого не выйдет ничего хорошего?» (12)

*Комментарий психотерапевта.* Для того чтобы сформировать адекватный ответ, необходимо было участвовать в предыдущей сессии: здесь требуется взвешенное сочувственное замечание, в котором заключалось бы то, что вы знаете о чувствах пациентки. Например, вы можете указать на то, что пациентке невыносимо болезненно чувствовать растущую близость — как с руководителем, так и с другими членами группы, — эта близость кажется угрожающей и пугающей.

- (М) «Мне достаточно ваших слов, чтобы понять ваш гнев, поэтому вы можете убрать бритву». (13)

В действительности, очень немногие из респондентов не старались убедить пациентку попробовать осознать и выразить словами свои чувства. Тем не менее в том, как следует действовать в ситуации угрозы, их мнения сильно и во многом расходятся. В вышеуказанных примерах некоторые психотерапевты взяли неагрессивный, неавторитарный тон и старались занять «примирительную», неугрожающую позицию, чтобы смягчить конфронтационный характер ситуации. Другие склонны надеяться, что пациент автоматически среагирует на приказ. Кто-то же должен командовать. Третьи готовы были ответить агрессией на агрессию, стремясь в большинстве случаев устрашением заставить пациентку покориться. Наконец, самые пронизательные психотерапевты в своем более или менее интерпретирующем комментарии — как в последнем примере — выразили надежду, что бритва так и не будет использована. Выбор типа вмешательства будет зависеть от стиля поведения и характера психотерапевта, а также от того, насколько объективно руководитель оценит клиентку и ее способность вновь обрести контроль над собой.



## Вербальный ответ, направленный на интерпретацию скрытой мотивации повеления

- (Ж) «Я вижу, вам кажется, что никто не понимает и не принимает всерьез вашего гнева и что единственный выход — продемонстрировать этот гнев. Пожалуйста, теперь попытайтесь сесть и объяснить нам, что вы чувствуете внутри себя. Сядьте рядом со мной и обо всем расскажите». (14)
- (М) «Двое участников выразили ваш страх своим бегством. Вы нападаете на то, что вам предлагается, вместо того чтобы принять это. Вам так много нужно, что вас это страшит». (15)
- (М) «Я вижу, что вы испытываете по отношению ко мне чувства острые, резкие. Хорошо, что все это вышло наружу. Не каждый СМОГ бы вынести такие режущие чувства, как ваши, по отношению ко мне или к группе. Вот почему, вероятно, они убежали. На самом деле вам необходимо убрать бритву и попробовать разобраться в своих чувствах». (16)
- (Ж) «Вам трудно переносить ваше чувство гнева. Вам, вероятно, кажется, что ни я, ни группа ничем вам не помогли». (17)
- (М) «Вы, должно быть, ненавидите меня за то, что я не предложил вам помощи, а вместо этого интересовался только другими и заботился только о них. Вы хотите вырезать меня из группы, чтобы я занимался только вами, — и вырезать меня из вас самой, чтобы вы были свободны». (18)
- (Ж) «Ваше проявление враждебности по отношению ко мне — это, возможно, попытка вырваться из изоляции и рассказать о своей фрустрации и гнев, — несомненно, все в группе смогут это понять». (19)
- (М) «Вы, возможно, разочарованы, что мне не удалось избавить вас от ваших тяжелых ощущений и они так и будут вас преследовать до конца ЖИЗНИ...» (20)

- (Ж) «Вероятно, вы настроены меня зарезать, поскольку чувствуете себя расстроенной и раздосадованной тем, что не получили от меня и от группы того, чего вам не хватает». (21)
- (М) «Кажется, вы опасаетесь, что группа и я не сможем помочь вам и даже не пойдем, насколько сильны сейчас ваши отчаяние и ярость». (22)
- (Ж) «Я не хочу, чтобы вы меня поранили, но я вижу ваши сильные чувства. Не думаете ли вы, что "порезав меня на куски", вы сможете один из них взять себе и никогда им не делиться с другими участниками?» (23)
- (Ж) «Вы хотите, чтобы мне было так же больно, как и вам?» (24)

Эти психотерапевты тем или иным способом пытаются найти путь к невыраженным и невыразимым бессознательным идеям, скрытым за поведением пациентки. Как говорилось выше, этот тип примитивного поведения чаще всего имеет в своей основе пережитую в прошлом драму, состоящую в том, что «жертву» лишили чего-то или травмировали родители. Такие драмы являются источником внутренних страданий и желания возмездия. Если человек, переживший подобную драму, расскажет о своем опыте, тогда ему больше не понадобится воспроизводить его в столь примитивной форме. В данном случае психотерапевты пытаются различными способами обеспечить клиентке доступ к этим глубоким, волнующим переживаниям. В дальнейшей перспективе их целью было бы показать, что раны можно исцелить и что придерживаться мотива возмездия всю свою жизнь не имеет смысла.

### **Вербальный ответ, затрагивающий вопросы о границах дозволенного**

- (М) «Вы знаете, что как бы вы ни были раздражены, физическое насилие в группе недопустимо», — настолько властным тоном, насколько это возможно. (25)

- (М) «Хорошо. Вы на меня сердитесь; но здесь мы используем только слова. И вы тоже», — а затем предупредить ее, что любое повторное проявление насилия будет означать, что она автоматически теряет место в группе. (26)
- (Ж) «В группе можно обсуждать то, что у вас вызывает гнев; но я не готова к проявлению какого-либо физического насилия здесь». (27)
- (М) «У вас здесь есть право быть выслушанной и, как я надеюсь, понятой; однако вам не стоит запугивать всех». (28)
- (Ж) «Пожалуйста, уберите бритву. Прежде чем вы вошли в эту группу, я объяснила вам, что это — ГРУППА ДЛЯ БЕСЕД. Вы можете попытаться выразить словами, что вы чувствуете, тогда, возможно, мы сможем чего-нибудь достичь». (29)
- (М) «В этой группе не должно быть никаких проявлений насилия; или уберите бритву, или идите вон. Физическое насилие недопустимо, поскольку в таком случае терапия становится опасной для жизни». (30)
- (М) Практика показывает, что в случаях со вспыльчивыми пациентами в пограничном состоянии уход от проявления крайнего страха/гнева может успокоить пациента. Я бы изо всех сил старался восстановить границы дозволенного и получить контроль над пациентом. Если будет нужно, я прямо выскажусь с этой целью. (31)

Ситуация исчезновения границ дозволенного противоречит фундаментальным принципам терапии и расценивается многими психотерапевтами как чрезвычайная. Психотерапевты стараются прибегать к таким вмешательствам, которые направлены на восстановление или укрепление границ дозволенного; впоследствии психотерапевт с радостью заметит, что сохранение этих границ принесло пациенту чувство облегчения. Часто все происходит именно так; однако так же часто состояние хаоса и безнаказанность импульсов могут оказаться достаточно влиятельными, и психотерапевт должен будет учесть их в своем вмешательстве.

### Попытка вернуть бежавших участников

- (Ж) Если она пойдет в мою сторону, я должна силой остановить ее, одновременно вежливо с ней разговаривая. Если мне удастся сохранить самообладание, то я, пожалуй, попрошу одного из оставшихся членов группы попытаться вернуть двоих бежавших участников. (32)
- (Ж) Я бы попыталась вернуть в группу тех, кто в панике бежал, и сказала бы: «Давайте спокойно посмотрим на ситуацию. Почему **У** вынуждена демонстрировать свои чувства таким образом, почему ей так сложно просто рассказать, как плохо она себя чувствует? Что означает эта угрожающая вспышка злобы? Кому вы хотите причинить боль на самом деле?» (33)

*Комментарий психотерапевта.* Главный принцип — держаться невозмутимо и сохранять контроль над группой, поэтому важно вернуть пациентов, в панике выбежавших из кабинета. Возможно, мне придется некоторое время заговаривать зубы, чтобы прекратить панику; это также необходимо, чтобы агрессия «выдохлась».

- (Ж) Я встану и попытаюсь предотвратить бегство двоих участников (если они все еще в комнате). Я попрошу их сесть на место. (34)

Пациент в данной ситуации угрожает порезать психотерапевта. Это самая мрачная перспектива как для психотерапевта и для других пациентов, так и для самого зачинщика. Бегство двоих участников группы аналогично возможному кровопусканию у психотерапевта, поэтому удачным развитием этой ситуации будет снятие этой угрозы и возвращение тех, кто убежал. Тогда все проблемы будут решены. Очевидно, те психотерапевты, которые обращались к убежавшим пациентам, принимали во внимание этот аспект. Такой подход достоин восхищения, впрочем, если члены группы уже собрались убежать, то их будет практически невозможно удержать. Разрешение проблемы обычно становится возможным на следующей сессии, когда вернутся беглецы.

## Заключительные замечания

Насколько это возможно, необходимо предусматривать ситуации проявления искаженных чувств, мыслей и поведения во время курса психотерапии. Нельзя запретить любое отыгрывание, поскольку это слишком ограничит членов группы в средствах самовыражения и не позволит проявиться тем или иным элементам переноса, которые могут позволить участникам получить информацию друг о друге. Тем не менее подобным соображениям может противостоять необходимость сохранить сплоченность группы как безопасного терапевтического пространства и затем направить выражение гнева и отчаяния в русло сознательной вербализации, повышая тем самым способность участников к самоанализу и сознательному контролю над поведением и выработкой жизненных стратегий.

### Примечания

1. Из описания данной ситуации непонятно, встала ли пациентка со своего места и направилась в сторону психотерапевта или только продемонстрировала бритву, оставаясь в сидячем положении, и сказала с места: «Я порежу вас на **КУСКИ**».

Описание ситуации оставляет возможность для предположений и соответственно непохожих реакций. Эта двойственность, вероятно, способствовала разнообразию ответов, поскольку каждый респондент представлял себе различную картину событий.

*Джефф Робертс*

## **ВМЕШАТЕЛЬСТВО С ЦЕЛЮ СОЗДАНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ СРЕДЫ**

Руководитель психотерапевтической группы имеет своей целью не только предоставление психотерапевтических услуг каждому пациенту, но и создание терапевтической среды в группе в целом. Поэтому ему необходимо контролировать и каждого участника по отдельности, и группу как целое. Потребности группы не всегда могут совпадать с потребностями конкретного участника, хотя в дальнейшей перспективе потребности пациентов будут полнее удовлетворяться как раз путем создания терапевтической среды в группе и развития группы как средства психотерапии. Большинство психотерапевтов уверено, что применение методов, за которые высказывался С. Фаулкс, приведет к созданию благоприятной терапевтической среды и эффективной психотерапевтической группы. Тем не менее в группе могут происходить и деструктивные процессы, которые на короткий или длительный период способны сделать и группу, и среду в лучшем случае нетерапевтическими, а в худшем — вредоносными. Далее мы рассмотрим вопрос, каков баланс между деструктивными и конструктивными процессами в группе и какое влияние на этот баланс может оказать вмешательство ведущего.

Руководитель осуществляет в своей группе фасилитацию на разных стадиях — формирования группы, ее консолидации, работы с группой и окончания терапии. Обязанность руководителя сводится к проведению вмешательств, соответствующих конкретной стадии. В краткосрочной закрытой группе психотерапевт способен достаточно четко определить свои задачи. В долгосрочной, медленно развивающейся открытой группе промежуточные стадии растягиваются, в течение них происходят выходы из группы и принятие новых членов. Такие события могут вызывать различные последствия: так чаще всего выражается присущая группе в целом тенденция регрессировать к начальным стадиям своего развития, после чего процесс обретения зрелости идет с ускорением. Руководитель выбирает способ своего вмешательства в зависимости от того, что происходит в группе. Наиболее очевидной задачей психотерапевта здесь является фасилитация процесса расставания с уходящими членами. В то же время новым участникам потребуется защита от других членов группы, которые недоброжелательно отнесутся к приходу новичков — как при **появлении** в «счастливой семье» нового ребенка.

## Групповая матрица

Идею матрицы можно назвать самым значительным вкладом Фаулкса в теорию группового анализа. С. Фаулкс понимал групповую матрицу по-разному. Одним из наиболее приемлемых определений можно назвать следующее:

Матрица — это гипотетическая сеть коммуникативных связей и отношений в конкретной группе. В эту сеть включены все; она в конечном счете определяет смысл и значимость всех событий, в ней осуществляются все вербальные и невербальные контакты (*Foulkes, 1964*).

Разработав эту идею, Фаулкс дал тем самым инструмент, с помощью которого можно увязать наше понимание человеческой коммуникации в группе с основополагающими принципами науки — принципами творения и преобразования. В своей последней работе Робертс пишет:

По мнению психоаналитиков, особенно **Нойманна** (*Neumann, 1954*), сознание можно расценивать как результат творчества человека, тысячелетиями выступавший на поверхность медленно и мучительно из-под толщи коллективного бессознательного. Фаулкс полностью поддерживал такое определение и, исследуя групповой анализ, указывал, что именно терапевт должен «ОКУНУТЬ» сознание участника в группу, чтобы оно «побарахталось» в группе и вынырнуло — укрепленное и переоцененное. Таким образом, развитие сознания можно соотносить с теорией восприятия, а именно с концепцией фигуры и фона, в том смысле что для самоопределения человеку необходимо фигурировать на каком-либо фоне. Групповая матрица может стать тем фоном, на котором личность (сознание) может обрести новый жизненный ресурс. Эта точка зрения полностью совпадает с другими определениями матрицы (*Oxford English Dictionary, 1971*):

1. Мать, в том числе беременная.
2. Матка.
3. Исходная субстанция.
4. Форма для изготовления чего-либо.

(*Roberts, 1983*)

На основе этого краткого перечня определений слова «матрица» можно вывести общее определение: *матрица — это генеративный контекст, в котором нечто, имеющее структуру, часто живое и, возможно, обладающее ценностью, содержится в период своего формирования или трансформации.*

**Робертс** полагает, что «групповую матрицу следует рассматривать как контекст, в котором можно достичь безопасной и исключительно глубокой регрессии, которая способна обеспечить значительное обновление формы и трансформацию основных компонентов **ЛИЧНОСТИ**».

## **Доброкачественные и злокачественные матрицы**

Групповая матрица олицетворяет собой контейнирующее и трансформирующее начало в группе. Влиятельная и, возможно, эзотерическая идея групповой матрицы перекликается с выводами Ялома о том, что эффективной может быть только сплоченная группа. Чем крепче сплетена сеть, тем боль-



ше будет улов, чем плотнее соткан ковер, тем он роскошнее. Однако в групповой матрице — метафорическом определении «терапевтической среды» — могут происходить как созидательные, так и деструктивные процессы. Вот некоторые типы деструктивных матриц:

1. *Паутина*. Ужасное существо сидит в центре созданной им матрицы. Такая сеть нужна, чтобы залавливать, парализовать и пожирать безвинные жертвы. Нет сомнений, что некоторые групповые психотерапевты выступают как раз в роли психологических пауков по отношению к членам своей группы, или могут восприниматься пациентами как таковые.

2. *Лабиринт*. Хаджидаки (*Hajidaki, 1989*) сравнил матрицу с лабиринтом и представил подробный научный обзор тех ассоциаций, которые может вызывать лабиринт. Я лишь вскользь касаюсь этого типа матрицы, однако я не сомневаюсь, что лабиринт сам по себе — место весьма небезопасное. В нем можно потеряться навеки или, что еще хуже, повстречать ужасное чудовище, которое — опять-таки, как паук — может схватить и сожрать.

3. *Рыболовная сеть*. Групповую матрицу можно также сравнить с рыболовной сетью, с помощью которой в сознание группы попадают прекрасные и диковинные создания. Тем не менее время от времени сетью можно выловить и настолько странные и агрессивные существа, что рыбаки не в состоянии с ними справиться: эти существа наносят вред корабельной команде и даже могут потопить само судно. В какой-то момент группа осознает тот психологический ужас, с которым она не в состоянии справиться, в результате чего могут наступать долгие периоды стагнации или дезинтеграции.

4. *Птичья клетка*. В течение долгого времени групповая матрица может быть необходимым каркасом для группы. Однако в определенный момент этот каркас превращается в клетку, которая, обеспечивая защиту, не обеспечивает свободы. Один участник квалификационных курсов в Лондоне, придя на первую сессию группы, встречающейся дважды в неделю, услышал скрежет тюремных ворот. И он с ужасом подумал, что его ждет по меньшей мере пять лет заключения.

5. *Разложение матрицы.* Матрицы, как показывает практика, могут тем или иным образом разлагаться, искажаться или деформироваться. В этой связи применимы такие метафоры, как «узел», «спутанный клубок», «разрыв», «кордон», «транспортная пробка», «плотина», «дезинформация и пропаганда» и «крысы в канализации». Проследив эту цепь ассоциаций, можно прийти к выводу, что некоторые типы деструктивных процессов в матрице являются результатом небрежности и невнимательности.

## Деструктивные процессы в группе

Пятнадцать последних лет предметом пристального изучения является тот факт, что групповые процессы в течение продолжительного времени могут быть деструктивными по отношению как к группе, так и к ее членам. Еще ранее на этот феномен указывал Байон (*W. R. Bion, 1961*). В своей работе «Опыт работы в группах» («*Experiences in Groups*») он говорил о том, как групповая деятельность становится примитивной и деструктивной, если руководитель упорно препятствует стремлению участников совместными усилиями выйти из тупиковой ситуации. Эти деструктивные типы функционирования он назвал «базовыми допущениями» («*basicassumptions*»). Ни Байон, ни члены его групп не стремились к тому, чтобы группа стала терапевтической. Но если руководитель чаще оказывает поддержку и реже провоцирует тревожное состояние, то такая группа в отличие от групп Байона может преодолеть деструктивное начало внутри себя и принести пользу наиболее заинтересованным и целеустремленным пациентам. Техника группового анализа — один из методов, которые, как считают групповые аналитики, могут в целом фасилитировать творческий подход в противодействии деструктивным процессам в группах. Впрочем, безупречной техники пока не разработано.

Групповые аналитики выделяют две основные концепции, характеризующие и объясняющие деструктивные процессы в групп-аналитической группе. Первая рассматривает феномен, который автор концепции, Зинкин (*Zinkin, 1983*), называет

«пагубным отражением» («*malignanmirroring*»). Вторая, выдвинутая Нитсуном (*Nitsun, 1991*), говорит об «антигруппе» («*anti-group*»); она посвящена тем процессам, посредством которых группа, созданная в терапевтических целях, переходит на ту стадию, когда проявляются «темные» мотивы поведения.

## Пагубное отражение

Вспомнил ли он в эту последнюю минуту просветления всю свою жизнь, свои желания, искушения и поражения? Он прошептал, словно обращаясь к какому-то видению... он попытался крикнуть, но этот крик прозвучал, как вздох:

— Ужас! Ужас!

*Дж. Конрад. Сердце тьмы. (Перевод А. В. Кривцовой)*

Группа групп-аналитической психотерапии поэтически сравнивается с зеркальным залом (*Anthony, 1957*). Это сравнение говорит о том, что пациенты в группе постепенно начинают видеть не только друг друга, но и свой собственный образ, отраженный в других. В большинстве работ, посвященных феномену отражения, указывается на то, что видение самого себя в таком «зеркальном зале» полезно для конкретного участника и способствует позитивному развитию группы. Тем не менее Зинкин (*Zinkin, 1983*) выражал мнение, что такое видение может оказаться слишком навязчивым. Восприятие самого себя через призму групповых процессов может не только вызвать интерес, трансформацию и развитие, но и привести к ярости, панике, отрицанию или бегству. Как полагает Зинкин, увидев себя в зеркале, человек почувствует скорее отчуждение, чем поддержку. Впрочем, в зеркалах часто отражается истина (*Garland, 1983*). Для некоторых ужас кроется не в самом процессе отражения и даже не в искажениях, которые могут обнаружиться в отраженном образе. Наиболее нежелательным и действительно ужасным результатом, часто отвергаемым с особым упорством, являются обычно расхождения между тем, что человек увидел в зеркале, и тем, что он ожидал там увидеть.

Один из пациентов в группе, которой руководил автор, большую часть времени был как бы прикован (как Нарцисс) к зеркальной поверхности, в которой отражались его жизнь и он сам. Но его

притягивала не красота того, что он видел, а «ужас, ужас» — как Куртца, таинственного антигероя повести Джозефа Конрада «Сердце Тьмы».

Психоаналитик и его группа прежде всего нацелены на поиск истины, полагая, что раскрытие истины фасилитирует полноценный рост и развитие как отдельного участника, так и группы в целом. Некоторые пациенты, впрочем, не готовы к восприятию правды о самих себе, и когда эта правда выявляется, они перед ней беспомощны. Ситуация, когда правда оказывается преждевременной, когда она высказывается слишком откровенно или когда ее чересчур много, расценивается такими людьми как катастрофа. Вероятность такой реакции от постижения правды зависит от того, как и в какой атмосфере это постижение происходит. Грубая **конфронтационность** в новой группе полностью отличается от постепенного постижения истины в устоявшейся и благополучной матрице. Результатом катастрофической реакции на самопознание посредством отражения может стать переход группы в деструктивную фазу или интенсификация уже происходящих деструктивных процессов. Одна из таких деструктивных фаз подробно описана в статье **Зинкина**.

Понимание этих вопросов имеет большое значение при отборе участников и определении состава группы, а также при принятии решения о моменте вмешательства в групповой процесс. Это также дает пищу для размышлений относительно тех пациентов, которые внезапно покинули группу, какие бы причины они для этого ни указывали. Велика вероятность, что такие пациенты испытали трудности при восприятии открывшейся в группе правды о самих себе. И чем более энергичен выход из группы, тем более вероятно, что человек так никогда и не узнает правду о себе. В конце концов, и Куртц столкнулся с истиной лишь на смертном одре.

## **Антигруппа**

Нитсун (*Nitsun, 1991*) утверждал: уверенность в том, что группа сама по себе созидательна и потому является терапевтической, может быть лишь следствием идеалистической за-

шоренности. В процессе развития в группе, особенно в новой **и**особенно в той, при подборе членов которой были допущены ошибки, зарождается антигруппа: ее очевидная **«ЦЕЛЬ»** — расчленив, подорвать группу изнутри и снизить тем самым ее интегративный и терапевтический потенциал. Важным выводом исследования Нитсуна является то, что равновесие между группой и антигруппой гораздо менее устойчиво, чем хотелось бы. Даже перышко может перевесить ту или иную сторону. Метод Фаулкса очень сложный и тонкий и требует от психотерапевта «легкой руки», и поэтому руководитель, осуществляя своевременное вмешательство и направляя тем самым процесс в сторону развития группы, а не антигруппы, может таким образом положить это перышко на ту или иную чашу весов.

Читая Фаулкса и других исследователей группового анализа, психотерапевт может слишком понадеяться на способность группы действовать в качестве терапевтического инструмента. Фаулкс предлагал, как уже указывалось выше, что групповой анализ — это «анализ группы, осуществленный всей группой, включая руководителя». Такое утверждение может вызвать у руководителя ложное чувство безопасности и способствовать стремлению «играть на скрипке, пока горит Рим». Немного скепсиса при создании матрицы не повредит руководителю группы. Тогда он сможет облегчить коммуникацию на ранних стадиях существования группы. Иногда также полезно отнестись скептически и к давно существующей группе, без особых усилий движущейся по наезженной колее, тщательно и безоговорочно стараясь избегать опасных ловушек.

## **Вмешательство в поворотный момент**

Человеку, избравшему профессию группового психотерапевта, обязательно придется в различные моменты вмешиваться в жизнь других людей и в процессы, происходящие в других людях. Тема настоящей книги — вмешательство в процессы, происходящие в небольшой групп-аналитической психотерапевтической группе. Задача авторов — расширить знание групповых психотерапевтов о способах вмешательства

в группе и о стилях вмешательства, доступных в «рамках» «групп-аналитического» метода.

Функция группового психотерапевта заключается в содействии созданию благоприятной групповой матрицы. Психотерапевт может принять к сведению идеи, предложенные в настоящей главе, и подобрать подходящие метафоры, позволяющие почувствовать процессы, происходящие в группе и в ее членах. Благоприятная матрица сдерживает нежелательные и деструктивные элементы и состояния; иногда сама структура группы и групповые процессы могут развиваться таким образом, что причиняют вред участникам. В такие моменты особенно необходимо, чтобы руководитель правильно оценил ситуацию и смог бы разработать стратегию вмешательства, которое бы помогло группе вернуться к обычному функционированию. В данной главе мы рассматривали идею вмешательства исходя из того, что психотерапевт совершенствует *навыки вмешательства* посредством участия в психологических процессах отдельного человека, а *групповой психотерапевт* — в более сложных межличностных процессах, составляющих групповую динамику. Большую часть времени групповой психотерапевт фасилитирует благоприятные и созидательные процессы, создавая тем самым терапевтическую среду. Тем не менее становится все очевидней, что группа не всегда движется по пути созидания, и большинство ситуаций, описанных в данной книге, это подтверждают.

Случаются моменты, когда группа останавливается, а затем начинает двигаться в конструктивном или деструктивном направлении. Энергия группы используется, таким образом, в ту или в другую сторону. Групповые ситуации можно рассматривать как поворотные моменты в жизни группы. Мастерство группового психоаналитика отчасти заключается в его способности к творческому подходу при руководстве развитием группы в такие поворотные моменты. Часто также говорится о том, что психотерапевтическая группа представляет собой микрокосм обычной жизни. Потому управление в поворотные моменты жизни отдельного человека есть центральная составляющая искусства самой жизни, и это искусство можно развить — как это часто и происходит — в атмосфере безопасности, свой-

ственной для психотерапевтической группе. Ключевая задача руководителя — обеспечить постоянство этой атмосферы.

Групп-аналитическая группа и руководитель совместно работают над поиском смысла поведения группы и всех ее членов, включая самого руководителя. В поворотные моменты в жизни группы или отдельного человека *осмысление* приобретает решающее значение, а в терапии главным компонентом становится интерпретация. В следующей, а также в заключительной главах будет представлен и изучен подробнее такой важный терапевтический инструмент, как интерпретация.

# 12

Малколм Паинс

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ: ПОЧЕМУ, ЛЯЯ КОГО И КОГДА?

Один из героев Шеридана говорил: «Клянусь небом, из них двоих сложнее всего понять переводчика». Мы должны помнить это выражение, когда передаем пациентам свои **МЫСЛИ**.

В моем словаре четыре различных определения интерпретации (*interpretation*).

1. Объяснение или толкование значения: передача информации **ПОНЯТНЫМ ЯЗЫКОМ**.
2. Устный межъязыковой перевод.
3. Представление сценической интерпретации.
4. Существенное значение чего-либо.

Все эти четыре определения можно отнести к интерпретативной деятельности психотерапевта, заключающейся в позиционировании самого себя посредством диалога в психической жизни другого человека и своей психотерапевтической группы.

Я начну со второго определения — «устный межъязыковой перевод», — поскольку его, бесспорно, можно применить по отношению к психотерапевтической группе. Каждый из наших пациентов разговаривает на особом языке своего невроза и



уникального жизненного опыта. Но несмотря на то, что все члены группы — уникальные личности, они обладают также фундаментальным сходством в том, что С. Фаулкс (*S. H. Foulkes, 1973*) называл «базовой матрицей». Будучи членами одной и той же культуры, укоренившейся в общем языке и социуме, большинство пациентов в отдельной психотерапевтической группе на глубинном уровне будут связаны друг с другом этими общими корнями. Групповыми психоаналитиками этот факт также расценивается как мощный фактор динамического развития, поскольку если каждый отдельный человек в своей невротической уникальности демонстрирует некоторые отклонения от психолого-социальной нормы, то сама группа может олицетворять ту норму, от которой отличается каждый участник. Психотерапевтическая группа должна перенять и изменить ту норму, которая определяется воздействием личной и профессиональной культуры самого психотерапевта. **Психотерапевт/руководитель** является членом психотерапевтического сообщества; в этом сообществе бытует специфическое понимание того, что есть норма психической и эмоциональной жизни. Психотерапевт должен помнить о динамических силах сознания, для того чтобы видеть связь между ненормальным развитием и теми симптомами, которые в конце концов вызовут в человеке потребность в поддержке. Знания, attitudes и опыт психотерапевта, несомненно, оказывают воздействие на модель общения в группе и, следовательно, на «групповую матрицу», которая развивается с течением времени. Каждый привносит в терапевтическую ситуацию свою собственную матрицу. Здесь разнообразными путями члены группы анализируют самих себя и свои проблемы посредством переноса или того, что де Маре (*de Mare, 1972*) называл транспозицией (*transposition*) — это более точный термин для определения процесса полной репликации предыдущего жизненного опыта в новой терапевтической обстановке.

## Пример

Женщина, которая росла без отца и была в очень близких отношениях с доминирующей и несколько параноидальной матерью,

испытывала стресс и гнев при общении с другой женщиной — членом группы. Эта вторая женщина решила бросить психотерапию, поскольку сменила одну гомосексуальную партнершу на другую, проживающую в другой стране. Между двумя женщинами происходили жесткие трения. Первая из описанных пациенток получила от руководителя следующую интерпретацию: ее страх и гнев по отношению к другой участнице был результатом потребности в поддержке при общении с властной женщиной — в поддержке, которой она была лишена в детстве из-за того, что жила без отца и без других мужчин. Она среагировала на эту интерпретацию весьма эмоционально и с облегчением. Эта пациентка оживила свое детство посредством переноса и смогла понять интерпретацию и использовать ее в качестве подходящего средства укрепления своей личности. Проработка своих отношений с мужчиной, которого нет в ее жизни, — это процесс, который происходит в группе: она принесла сюда свою идеализацию мужской силы и свои нападки на тех мужчин, которые рассматриваются как слабые.

В данном примере совмещаются два аспекта интерпретации: как устного межъязыкового перевода — с языка одной женщины на язык другой, так чтобы пациентки смогли понять суть своего межличностного конфликта; и как объяснения мотивов и истоков поведения каждой из этих женщин, с тем чтобы они четче осознали свою внутреннюю сущность.

Групповой психоаналитик, согласный, как и я, с теорией и методикой, разработанной С. Фаулксом, выполняет как интерпретатор двойную функцию. Он участвует и в индивидуальной работе с членом группы, и в динамике группы в целом. Без интерпретирующей работы с отдельными участниками невозможен терапевтический процесс в долгосрочной группе. Группы, с которыми я работаю, собираются один или два раза в неделю и продолжают встречаться несколько лет независимо от того, приходят ли участники ради тренинга или просто как пациенты. Главной целью является обогащение психической и эмоциональной жизни, и наши теории представляют конкретные и в то же время широкие возможности для этого. Теории, в которых функции руководителя сводятся к концентрации на групповых процессах или которые утверждают, что вся работа должна быть посвящена переносу на психотерапев-

та, искусственно ограничивают столь необходимую свободу и, как показывает практика, оказываются бесперспективными.

В психоанализе существует иерархия вербальных актов, таких как прояснение, конфронтация, интерпретация. Наиболее ценный из них — интерпретация, а наименее ценный — вопрос. Еще менее привлекателен акт прямого ответа на вопрос пациента. В психоанализе мы не встречаемся с групповой ситуацией лицом к лицу, и задача психотерапевта — которого мы называем руководителем группы — и его клиентов здесь значительно отличается от работы в ситуации классического психоанализа. При групповом анализе мы не должны ставить себя в доминирующее положение, как это свойственно для психоаналитической модели. Можно использовать все психоаналитические способы говорения, при этом существует широкий набор прочих актов, которые находятся в центре процесса коммуникации как такового. В групповом анализе утверждается идея, что люди обладают безграничной способностью понимать друг друга на всех уровнях. Реакция других членов группы может вывести бессознательные процессы на поверхность с глубинного бессознательного уровня — например, когда человек говорит о симптомах, жизненных трудностях, душевных страданиях или конфликтах. Адекватное понимание этих процессов — результат того достоверного знания, которое один человек формирует о другом человеке на основе широкого личностного участия в терапевтической ситуации. Интерпретации, предлагаемые друг другу членами группы, часто представляют собой выражение понимания чужого опыта. Это попытки установить отчетливую, ясную вербальную связь друг с другом и внутри себя. Будучи людьми, мы должны общаться, и в небольшой аналитической группе мы обретаем широкую возможность осуществлять это общение.

Исходная задача психотерапевта — фасилитировать коммуникативную способность членов группы. Он организует ситуацию и устанавливает ограничения времени и пространства; он создает атмосферу контейнирования, которая позволяет сильным эмоциям и аттитюдам проявляться в безопасных условиях. Рольевые модели контейнирования тревоги и эмоций способствуют внутренней обработке «сырых» чувств и четкой

артикуляции идей: все это придает смысл терапевтическому процессу. Это необходимые предпосылки **интерпретативной** деятельности — свободной деятельности психотерапевта! Во время интерпретации психотерапевт переживает момент свободы, он отступает от функции контейнирования. Этот момент свободы представляет собой искушение для психотерапевта: руководитель постоянно должен решать, когда он должен слушать, когда — контейнировать, а когда — говорить или действовать. В большинстве случаев, я считаю, необходимо слушать, контейнировать, обрабатывать и усваивать информацию. А когда же действовать? Это самый сложный вопрос. Вот простой ответ: тогда, когда вы можете сделать что-то ценное, о чем участники прежде не имели представления.

## Пример

Отчетливо доминирующая, целеустремленная, властная женщина несколько месяцев ходит в группу, встречи которой происходят раз в неделю. Она провоцирует множество конфликтов, но ее высоко ценят за силу характера и пронизательность замечаний. Участники узнали ее драматическую историю: она воспитывалась психотической матерью, неоднократно попадавшей в больницу, и отцом, ушедшим из семьи, когда пациентка была совсем маленькой. Поэтому она оставалась одинокой не только тогда, когда ее мать забирали в больницу, но и в те мучительные моменты, когда у матери происходили рецидивы психотических параноидальных процессов. На нынешней сессии она рассказывала, как ей сложно принять то, что ей предлагают другие; это, как ей кажется, связано с ее потребностью доминировать и быть в отношениях дающей, а не берущей стороной. Она говорила о подарках, которые ее мать дарила ей в детстве, — с ними всегда было что-то не так. Наконец психотерапевт предположил, что, вероятно, пациентке всегда казалось, что подарки исходят от психотической стороны личности ее матери. Как только эти слова были сказаны, она резко выбежала из комнаты. Десять минут спустя она вернулась и попыталась скрыть подавленность под маской своего обычного хладнокровия. Затем было потрачено много времени на то, чтобы осмыслить этот момент проявления болезненной тревоги, которая была высвобождена посредством индивидуальной интерпретации.

Я считаю, что психотерапевт каждый раз должен заслужить право на интерпретацию. Правда всегда личностна. Не существует объективной межличностной истины о пациенте, которую мог бы изложить психотерапевт. Признавать какое-либо утверждение о жизни другого человека истинным — значит вступить в конфронтацию с этим человеком. Любая интерпретация — это вмешательство, вторжение в частное владение другого человека, и для осуществления этого вторжения недостаточно просто решить, что пациент пришел именно ради такого вмешательства. Психотерапевт должен действовать с деликатным сочувствием, с желанием передать свое понимание, которое само по себе базируется на своеобразном сочетании эмпатии и рационального объяснения. Мы чувствуем вместе с другими и за других и в то же время применяем все наше знание человеческой природы, с тем чтобы выразить свое понимание таким образом, чтобы другие смогли нас услышать, понять и использовать наши слова.

Работая супервизором, я много усилий тратил на то, чтобы заставить психотерапевтов отказаться от своих интересных и часто очень мудрых интерпретаций и вместо этого выразить пациенту в группе свое одобрение и понимание. Это можно сделать посредством элементарных невербальных сигналов. Как говорил Фаулкс, в работе психотерапевта решающее значение имеет не то, что психотерапевт делает, а то, что он собой представляет. Я также вспоминаю слова Дональда Уинникотта (*Donald Winnicott*) он говорил, что к концу своей жизни пришел к выводу, что в психоанализе для пациента наиболее ценным является не мудрая интерпретация — она скорее позволяет самому психотерапевту сохранять веру в собственные возможности, — а способность *дать пациенту что-то взамен того, что он принес психотерапевту*, причем сделать так, чтобы он сумел это воспринять и унести с собой. Здесь мы входим в сферу реактивности, вовлеченности, отображения. Это состояния интерсубъективности, участия — того, что сейчас стало расцениваться как основные жизненные процессы, в которые вовлечены мать и ребенок с самого рождения. Эта деятельность — основа диалога, обретения новорожденным своего

места в семейной матрице, основа процесса становления человека.

Есть еще одно определение термина «интерпретация» — эстетическое: исполнение музыкального произведения, читательское восприятие литературы, поэзии, зрительское восприятие предмета искусства. Это индивидуальная **режиссерская** интерпретация произведения, основанная на особенностях размера, ритма, гармонии. Акт интерпретации может иметь эстетическое значение. Эстетика в той или иной мере присуща всему, однако в некоторых случаях ее значение сильно увеличивается — это и есть момент творчества, предложения чего-либо аудитории. В реакции аудитории на предложенную форму интерпретации отражается степень полноты интерпретации. Такой реакцией могут быть отклик аудитории, изменение атмосферы и настроения в группе, поощрительные возгласы, моменты рефлексии, все, что рождает ощущение, что вас поняли и что это понимание принесло пользу, чувство, что вам в более полной форме возвращается то, что вы пытались передать своим пациентам.

Интерпретация — это также акт перевода. Психотерапевт на ином языке, соответствующем нашему пониманию человеческой природы, передает свою версию того, что невнятно выразил пациент. Возьмем, к примеру, симптом. Фаулкс говорил, что симптом разговаривает вполголоса сам с собой в надежде быть услышанным. Это забавное утверждение достаточно верно. Симптом — это коммуникативный акт, который может исходить глубоко из сознания пациента. Та реакция, которую этот акт вызывает у других членов группы и у психотерапевта, есть ключ к пониманию секретного шифра, используемого пациентом для самовыражения. Новая группа ограничена в средствах общения, поскольку ее способность сдерживать и в конечном итоге понимать то, что выражают в своем болезненном состоянии другие люди, невелика. Со временем возможности реактивности и понимания значительно расширяются. Тогда группа становится утонченным способом осуществления наиболее глубоких и важных реакций.

## Пример

В той группе, в которой гомосексуальная женщина объявила о своем намерении покинуть группу, другая женщина вспоминает: когда женщина-лесбиянка пришла в группу, эта пациентка почувствовала враждебность по отношению к ней из-за ее гомосексуальности; однако затем она смогла принять эту гомосексуальность и саму женщину, внутренне проанализировав свои заблокированные чувства. Она поняла, что это **обделенность** материнской заботой и пониманием вызвала в ней скрытую зависть по отношению к теплым гомосексуальным отношениям другой женщины и к тому, насколько полно близость с другой женщиной может удовлетворять эмоциональные и физические потребности. Она поделилась своим предположением, что, выходя из группы, чтобы начать новые гомосексуальные отношения, пациентка отрицала испытываемую ею боль при проработке грусти, боль, которая во многом пациентку укрепила. Кажется, во французском языке термин *«interpreter»* связан с идеей передачи в пользование чего-либо другому человеку. Мы одалживаем часть самих себя, своих эмоциональных сил, своих убеждений, с тем чтобы пациент и группа смогли все это использовать для улучшения собственной способности слушать себя и понимать свои глубинные ощущения.

## Пример

У члена группы жизнь во многих отношениях удалась, у нее широкие возможности эмоционального развития. Однако другие участники, особенно мужчины, ощущали в ее поведении в группе что-то неестественное. Им казалось, что она не полностью отдавала свои силы группе, так чтобы все могли почувствовать ее душевность и доброту; то, как она себя вела, рождало ощущение дистанцирования и **матерналистской** власти, что было неприятно и нежелательно. Она была как мать, которая не делилась с детьми своими проблемами, поскольку дети не смогут ее понять и поддерживать. Сквозь чувство смущения, которое испытывал один из мужчин в отношении этой пациентки, он понял, что, будучи ребенком, он прекрасно знал, что его мать чувствовала себя глубоко подавленной и несчастной — это также скрывалось, и в итоге он чувствовал смущение. Из реакций других пациентов была

составлена интерпретация, которая позволила женщине обнаружить в себе **матеральную** идентификацию.

Группа — это место, где пациенты обмениваются чем-либо, а интерпретация — неотъемлемая часть этого обменного процесса, попытка заменить поверхностное глубинным, внешние симптомы — внутренним значением, изолированность — общением. Именно с этого я начал отвечать на свой вопрос — интерпретация в групповом анализе: почему, для кого и когда?



## 13

Дэвид Кенард, Джефф Робертс  
и Дэвид А. Уинтер

### ВЫВОДЫ

Мы полагаем, что те, кто читает эту главу, уже попробовали себя по крайней мере в некоторых приведенных упражнениях и изучили вмешательства, предложенные опытными психотерапевтами, а также наши комментарии.

Психотерапевты, ответившие на Опросник групповых ситуаций, предложили богатый выбор возможных способов воздействия на развитие терапевтической группы. Большинство респондентов — групп-аналитики, и потому они подробно описали метод групп-аналитической психотерапии. Это недирективный подход к групповой психотерапии, в центре которого находится группа и который базируется на крепком психоаналитическом фундаменте. Тем не менее материал данной книги будет полезен большинству из тех групповых психотерапевтов, которые стремятся содействовать групповым процессам, позволяющим членам группы сохранить независимость и самостоятельность в принятии решений. В этом заключаются лучшие традиции активного слушания пациентов, или клиентов, и обучения на их примере (*Casement, 1985*).

### Обзор вмешательств

Ситуации, представленные в данной книге, нельзя назвать простыми и понятными для психотерапевта. Все они в

той или иной степени иллюстрируют моменты, когда психотерапевт должен что-то сделать, чтобы избежать пагубных последствий как для отдельного участника, так и для терапевтического потенциала группы. Исключением является лишь первая ситуация, в которой еще слишком рано предсказывать какой-либо результат взаимодействия участников в группе. Вмешательства, приведенные в каждой главе, представляют собой мнение опытных психотерапевтов относительно того, что следует сказать или сделать в данный критический момент; респонденты не рассуждали о том, что они бы предприняли для фасилитации терапевтического климата группы в более благоприятных условиях.

Такая постановка задачи помогает читателю определить ответ на вопрос, который больше всего волнует начинающих психотерапевтов: «Что мне делать, **ЕСЛИ...?**» Во многих случаях, как, например, в первых трех ситуациях, ответ может быть следующим: «Ничего не делать» или «Подождать и посмотреть, что будет дальше». Групповые психоаналитики выражают твердую уверенность, что члены группы способны сами во всем разобраться и найти выход из ситуации; психотерапевты, чтобы не причинить вреда ни одному из участников, готовы во всем положиться на групповой процесс. Конечно, существуют ситуации — например, ситуации 4, 5 и особенно 8, — когда практически невозможно не среагировать. Такие ситуации довольно редки, но руководителю будет полезно представлять себе, как они могут выглядеть.

Далее мы сначала прокомментируем некоторые общие черты вмешательств, а затем обсудим примеры различных их типов согласно классификации, данной в главе 1. Другими словами, мы постараемся ответить на вопрос, какие типы вмешательств в той или иной ситуации направлены на сохранение структуры, какие — на фасилитацию группового процесса, а какие — на интерпретацию его содержания.

## **Общий стиль**

За небольшим исключением, все представленные вмешательства описаны просто и доступно, с минимальным ис-

пользованием технических психоаналитических терминов, таких как проецирование (projection), расщепление (splitting), перенос (transference) и т. п. Психотерапевт оставляет терминологию при себе, применяя ее лишь в своих письменных комментариях к вмешательству. Исключениями являются лишь метафорические отступления и странности, присущие одному-двум респондентам. Из комментариев таких психотерапевтов становится очевидным, что применение метафор объясняется стремлением заставить группу по-новому взглянуть на ситуацию; впрочем, как говорили в своих замечаниях авторы данной книги, это не всегда может сработать. Описанные вмешательства в большинстве своем лаконичны. На это также следует обратить внимание, поскольку начинающие психотерапевты часто считают необходимым продемонстрировать группе всю свою проницательность и глубину знаний либо, что еще хуже, увлекшись какой-нибудь отдельной теорией, не замечают, как переходят с человеческого языка на узкопрофессиональный жаргон.

## Цели

Групповые психоаналитики склонны прибегать к так называемым минималистским вмешательствам — наименее существенным из тех, которые необходимы группе или отдельному участнику, чтобы преодолеть возникшие препятствия или пойти дальше и овладеть ситуацией. Часто такая позиция приводит к тому, что психотерапевт просто наблюдает, как члены группы сами среагируют на ситуацию, либо осуществляет незначительное вмешательство и продолжает его лишь через некоторое время, если группа так и не предприняла желательных действий. Различие между тем, что психотерапевт говорит, и тем, что он думает, часто весьма значительно, хотя, естественно, давая ответы в опроснике, использованном при написании данной книги, респонденты имели больше времени на то, чтобы сформулировать свои идеи, чем обычно при работе в группе.

## Выявление стадии развития группы

Самой общей чертой мышления респондентов является их понимание стадии терапевтического «путешествия», на которой находится группа и ее члены. Момент осуществления вмешательства и его содержание зависят от того, что, по мнению руководителя, «поможет группе (или отдельному участнику) на данном конкретном этапе терапии». Здесь учитывается способность участников группы открыто и непосредственно выражать свои взгляды, справляться с тревогой, контейнировать противоречивые и негативные чувства, возникающие в группе, а также брать на себя ответственность за решение проблем отдельных участников.

Особенно важно определение стадии развития в новой группе. Так, в ответ на первую ситуацию мы встречаем следующие комментарии.

«На этой ранней стадии я пытаюсь быть мягким и ободряющим, прибегая в то же время к некоторой директивности» (3/1. Первая сессия — очевидные разногласия)<sup>1</sup>.

«Группа нуждается в защите, особенно в самом начале...» (4/1. Первая сессия — очевидные разногласия).

«В группе незнакомых друг другу людей я бы действовала осторожно, хотя была бы настойчива, предлагая им вместе разработать структуру, которая поможет избавиться от чувства тревоги». (9/1. Первая сессия — очевидные разногласия).

Во второй ситуации мы видим, что в группе установилась определенная модель поведения и респонденты, единые во мнении, что необходимо решить, когда и как стоит вмешаться, в то же время предлагают различные варианты действия. Эту проблему хорошо определил следующий респондент:

«Вопрос в том, когда придет время противодействовать этим защитным механизмам, и — если время пришло — как противодействовать и не вызвать у участников ощущение, что вы нападаете на группу и, в частности, на X, который в этот момент рассказывает свою историю...» (9/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

Среди предложенных стратегий поведения: подождать, пока не появится возможность «помочь им начать размышлять»,

объяснить учительским тоном, чего стоит такая «контролируемая СПОНТАННОСТЬ», интерпретировать скрытый гнев по отношению к руководителю или шокировать группу и вовлечь ее в «нечто актуальное», в здесь-и-теперь.

В третьей ситуации, имеющей место также в относительно новой группе, респонденты снова обращаются к потребностям группы на данном этапе развития и снова их мнения относительно того, какое вмешательство будет оптимальным, оказываются различными:

«На этой ранней стадии существования группы прямой вопрос к Джону кажется более предпочтительным, нежели анализ мыслей группы по поводу его отсутствия/подавленности» (1/3. Возможный выход из группы).

«Я бы предпочел со своей стороны на данном этапе ничего не делать в надежде, что группа сама проведет параллель. Если же ситуация не изменится, логично будет вмешаться» (25/3. Возможный выход из группы).

В шестой ситуации возникает вопрос, какой стадии достигли отношения пациентки с группой. Вот как эта проблема видится одному из респондентов:

«Это как раз те больные места, обнаружив и проработав которые вы получите больше пользы. В одной из моих групп этот критический момент называют "болевым точкой"; нужно мужество, чтобы пережить его, и мне кажется, что вы обладаете этим мужеством и можете разобраться в ситуации — естественно, если есть **желание**» (6/6. Угроза преждевременного окончания курса психотерапии).

Другой респондент считает возможным положиться на группу:

«В зрелой группе я обычно занимаю нейтральную позицию по отношению к тому, кто собирается уходить, оставляя группе право иметь дело с вероятными защитными механизмами такого шага...» (4/6. Угроза преждевременного окончания курса психотерапии).

На зрелость группы также обращают внимание респонденты, комментирующие седьмую **ситуацию**.

«Группа выглядит сплоченной; обычно после стадии идеализации группа начинает мыслить более реалистично...» (1/7. Разочарование в терапии).

«После двух лет своего существования группа может выдержать и более продолжительное молчание, оно ей может быть необходимо...» (4/7. Разочарование в терапии).

«Группа существует давно, и мне кажется, у нее есть силы оставить ситуацию в подвешенном состоянии до следующей недели. Мое замечание показывает, что я все еще жив» (7/7. Разочарование в терапии).

Интересно заметить, что, хотя респонденты с одинаковым вниманием относятся к вопросу о стадии развития группы, их реакция варьирует от активного содействия развитию потенциала группы до воздержания от вмешательства с целью предоставить группе возможность попробовать собственные силы. В критические моменты психотерапевты также прибегают к дидактическому объяснению процессов, происходящих в группе, или иногда выступают с конфронтационными или вызывающими утверждениями, с тем чтобы изменить ход дискуссии.

Так, психотерапевты, единодушные во мнении относительно того, к чему должна прийти группа, сильно расходятся в предложениях, как именно можно помочь развитию группы в необходимом направлении.

## Основные типы вмешательства

### Вмешательства, направленные на сохранение структуры

Как свидетельствует опыт многих психотерапевтов, наибольшая польза достигается в том случае, когда работа происходит при безопасной, предсказуемой, четкой структуре группы. Одну из важнейших своих задач психотерапевты видят в сохранении структуры и — когда возникает угроза безопасности этой структуры — в осуществлении вмешательства с целью ее защиты. Фаулкс (*Foulkes, 1975, p. 99-106*), говоря о том, что руководитель группы — это «администратор», имел в

виду, что важнейшая задача психотерапевта состоит в сохранении структуры. Это означает, что судьба группы и ее участников во многом определяется исходными условиями, созданными руководителем и членами группы, а также способностью или неспособностью психотерапевта сохранять прочные рамки и чистое поле в этих рамках. «Чистое поле» — это такое поле, которое не заполнено предубеждениями, неврозами, слабостями, личными проблемами, представлениями и предрассудками руководителя. Роберт Лэнгз (*Robert Langs* 1978) приводил живые примеры такого терапевтического процесса, который полностью искажался из-за того, что в терапевтическом диалоге психотерапевт использовал неподходящий материал.

Задачей вмешательств, направленных на сохранение структуры, является выявление или закрепление существующих границ дозволенного. Это могут быть ограничения места, времени, членства, задач или допустимого поведения, они могут касаться как группы в целом, так и отдельных ее членов, включая руководителя.

В предыдущих главах можно обнаружить следующие примеры вмешательств, направленных на сохранение структуры:

«Я бы улыбнулась Джону, как только он вошел, по возможности кивнув или жестом приглашая его **сесть**. В подходящий момент я бы обратилась к нему: "Мы тут обсуждали твое отсутствие: ты ведь нас не предупредил. Что случилось?" ПОСЛЕ его ответа и реакции группы (если таковая будет) я бы еще раз объяснила, почему так важны регулярность и пунктуальность (стараясь, чтобы это не прозвучало в ультимативной **форме**)» (1/3. Возможный выход из группы).

Руководитель закрепляет границы времени и членства: чтобы эффективно функционировать, группе необходимо **максимально** полное присутствие ее членов на каждой сессии.

«Вы понимаете, что пришли в группу ради терапии. Если бы мы встречались как дружеская компания, то пирожки и вино были бы весьма кстати; но нам необходимо понять, почему группе "нужна" эта вечеринка, а затем, уже после сессии, мы, возможно, посчитаем вполне уместным попробовать пирожки и выпить вина» (5/5. Приглашение на рождественскую вечеринку).

Руководитель выявляет границы дозволенного, определяя, что входит в его обязанности, а что — нет.

«Не знаю, действительно ли это последняя ваша сессия. Мы так или иначе должны прийти к какому-то решению — ведь нам надо будет попрощаться, если вы уходите. Если же вы хотите остаться, то ваше место пока остается за вами: я еще не разговаривал с новыми потенциальными участниками» (5/6. Угроза преждевременного окончания курса психотерапии).

Упор делается на ограничении членства: группе необходимо выяснить, намерен ли данный участник нарушить это ограничение, так как с полноправным членом группа будет разговаривать совсем по-другому, нежели с тем, который из нее **ВЫХОДИТ**.

«В группе можно обсуждать то, что у вас вызывает гнев; но я не готова к проявлению какого-либо физического насилия здесь». (27/8. Угроза физического насилия)

«Пожалуйста, уберите бритву. Прежде чем вы вошли в эту группу, я объяснила вам, что это — ГРУППА ДЛЯ БЕСЕД. Вы можете попытаться выразить словами, что вы чувствуете, тогда, возможно, мы сможем чего-нибудь достичь» (29/8. Угроза физического насилия).

В данных примерах руководители с уверенностью утверждают, что задача группы — обсуждать чувства участников, и что поведение, ставящее под угрозу способность группы выполнять эту задачу, неприемлемо.

## **Фасилитация**

В целом руководителя группы можно рассматривать как фасилитатора. Жизнь группы, групповые процессы и групповая культура **заложены** с этой точки зрения в исходных условиях существования группы. Группа раскрывается как цветок из бутона или как бабочка из куколки. Руководитель **необходим**, чтобы обеспечивать непрерывность этого процесса и вмешиваться, если группа заходит в тупик или сворачивает в сторону. Такие вмешательства осуществляются на разном уровне. В классификации, представленной в данной книге, выделены два основных уровня фасилитации, а именно «открытая» и



«направленная». Открытая фасилитация нацелена на содействие групповому процессу, при этом руководитель не пытается указать направление, по которому должен идти этот процесс, и ничего не говорит о бессознательных процессах, происходящих в группе. Фактически открытая фасилитация — это вспомогательная деятельность, нацеленная на фасилитацию движения группы по тому пути, который группа сама же и изберет. В некоторых случаях к вмешательствам такого типа относятся констатация того, что произошло в группе, и вопрос о мнении участников о случившемся. В других исследованиях стратегий психотерапевта подобное поведение часто называется «прояснением» (*clarification*) или «взглядом назад» (*reflecting back*). Вот пример такого вмешательства:

«Позволить X продолжать, а группе — реагировать. Ближе к концу сессии сказать: «Мне кажется, все это — пример использования схемы "один участник — одна сессия". А вы как считаете?» (4/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

Такой тип вмешательства относительно легко использовать, так как он не основан на какой-либо конкретной гипотезе руководителя относительно скрытых проблем или динамики в группе и потому оставляет психотерапевту время на размышление. Однако руководитель может применить такое вмешательство и с тем, чтобы привлечь помощь группы для оформления своих мыслей, сказав, например: «А как вы считаете, что сейчас происходит в группе?» В данной книге можно найти не так много примеров открытой фасилитации — возможно, потому что мы дали респондентам время на размышление!

Второй уровень фасилитации — направленная фасилитация — находится где-то между открытой фасилитацией и интерпретацией (см. ниже). Групповые психотерапевты широко используют направленную фасилитацию, поскольку она позволяет им заставить группу двигаться в определенном направлении, оставляя большую часть работы самой группе — в духе минималистского подхода, о котором говорилось выше. В этом случае у психотерапевта есть конкретная гипотеза

относительно того, что скрывается за внешними групповыми событиями, а также относительно истинных проблем и латентного содержания поведения; руководитель выражается достаточно определенно, чтобы члены группы смогли подхватить его идею, если они уже готовы понять ситуацию. Если же группа не готова к этому, то она не станет двигаться в указанном руководителем направлении и тогда никто ничем не рискует. Следующий пример взят из той же ситуации, что и предыдущий, и выглядит весьма похожим на него:

«Я заметила, что в течение нескольких недель никто так и не воспротивился принятой модели — когда время и внимание поровну распределяются между всеми участниками. Есть идеи по этому поводу?» (17/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

Отличается это вмешательство от предыдущего указанием на модель: «время и внимание поровну распределяются между всеми участниками». Это второе вмешательство призывает группу поразмыслить над тем, что будет, если время и внимание не будут распределяться поровну, — так участники сталкиваются с угрозой соперничества, зависти и жадности в группе. Впрочем, призыв психотерапевта сформулирован здесь таким образом, что участники могут ответить на него в соответствии с той степенью самоосознавания и готовности раскрыться, которая присуща **ГРУППЕ** на данный момент. Несколько более отчетливо направленная фасилитация акцентируется в следующем примере:

«Я все больше думаю, не разделяете ли вы сами того негативного отношения к психотерапии, о котором мы сейчас говорим. Я и раньше замечала, что часто, когда вы говорите о чем-либо, происходящем вне группы, это бывает связано с чувствами, которые вы сами **ИСПЫТЫВАЕТЕ** в группе — прямо сейчас» (16/3. Возможный выход из группы).

Привнося элемент «обучения», руководитель дает участникам возможность воспринять вмешательство либо на более личном, либо на общем уровне. Направленной фасилитацией можно назвать попытку руководителя протянуть руку помощи группе или отдельным участникам, с тем чтобы они смог-

ли проанализировать скрытый смысл поведения в группе. Это хорошо видно в следующем примере:

«Мне в вашей ситуации чувствуется что-то знакомое; вы, кажется, ждете, что я буду возражать или разозлюсь на вас» (17/4. Участник обращается за разрешением совмещать групповую терапию с индивидуальной).

Такое вмешательство стоит очень близко к интерпретации, однако психотерапевт замечает, что «неуклюжая интерпретация переноса воспринималась бы как месть». Так мы подходим к вопросу о вмешательствах, заключающихся в интерпретации скрытого содержания или значения, которое можно выявить на основе внешних взаимодействий в группе.

## Интерпретация

Интерпретация является приоритетным типом вмешательства в психоанализе, и, по мнению, некоторых психоаналитиков, единственным психотерапевтическим вмешательством можно назвать интерпретацию переноса. В этом нет ничего особенно удивительного, поскольку психоанализ изначально представляет собой попытку помочь пациенту лучше понять свое бессознательное. Для этого неизбежно потребуются те или иные переводы или интерпретации. Более того, психотерапевты теперь рассматривают перенос не как препятствие психотерапии, а как необходимое условие психоаналитического процесса. Более умеренные исследователи говорят о том, что многие типы вмешательств могут содействовать терапевтическому процессу, но некоторые из них эффективнее прочих. Выводы нашего исследования в общем и целом подтверждают такое мнение, однако мы не стремимся к тому, чтобы четко определить, что же именно является наиболее эффективным терапевтическим средством. Впрочем, треугольник одновременных условий (*triangle of coincident circumstances*), максимально способствующих существенному терапевтическому прогрессу, разработанный Дэвидом Мэланом (*David Malan, 1979*), может помочь психотерапевту определить это эффективное средство. Мэлан полагал, что наиболее полезны в психотерапии такие моменты, когда психотерапевт и паци-

ент одновременно чувствуют связь между событиями текущей жизни пациента, переносом этих событий и исходными или модельными событиями в его прошлом. Мэлан имел в виду индивидуальную психотерапию, однако то же самое можно сказать и о групповом анализе.

Основное различие между этими двумя видами терапевтической деятельности состоит в том, что в индивидуальной психотерапии аналитик/психотерапевт изначально воспринимается как интерпретатор, тогда как в групповом анализе эту роль должен выполнять групповой процесс; с этим можно согласиться, если принять за истину фаулксовское определение группового анализа как «анализа группы, осуществленного всей группой, включая руководителя». В этой связи задача руководителя видится скорее в фасилитации, нежели сугубо в интерпретации.

Как указывалось выше, руководитель может прибегнуть к направленной фасилитации, чтобы проверить готовность группы исследовать скрытые значения, мотивы или тревогу, лежащие в основе поведения участников. Интерпретация же, напротив, представляет собой максимально четкое высказывание психотерапевтом своего **ВИДЕНИЯ** этого скрытого смысла. Психотерапевт «мечет молнии истин», и для группы это может стать «громом среди ясного неба». Вместо того чтобы вызвать у участников желание задуматься, интерпретация может быть воспринята как свидетельство того, что руководитель считает группу неспособной прийти к таким же, как у него, мыслям — даже при совместных усилиях. Если интерпретация воспринимается как «гром среди ясного неба», то психотерапевт незамедлительно становится богом Тором.

Преимущество хорошо обдуманной интерпретации состоит в том, что она позволяет группе четко понять идею руководителя, когда тот говорит о скрытых импульсах, тревоге или желаниях, которые, по его мнению, обуславливают тот или иной тип защитного поведения в группе. Недостатком же является то, что интерпретации могут восприниматься как возмездие или принижение, поскольку они однозначно показывают, что психотерапевт знает об участниках то, что они сами

не знают и, возможно, не хотят знать. Это видно в следующем примере вмешательства:

«Мне кажется, вы отыгрываете перед всей группой свою детскую фантазию: у вас особые отношения с одним из родителей и одновременно вы пренебрегаете всеми остальными родственниками. Но, создав такую ситуацию, вы всего лишь заново переживаете свою детскую проблему, но не разрешаете ее». (19/4. Участник обращается за разрешением совмещать групповую терапию с индивидуальной)

Точно так же и следующее вмешательство выявляет ту скрытую тревогу, которая характеризует ситуацию «поочередных рассказов»:

«Не кажется ли вам, что вот это "давайте говорить по очереди" всего лишь показывает, что вы, не имея такой дополнительной страховки, просто боитесь конкурировать за место в группе» (20/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

Мастерство использования интерпретации отчасти заключается в способности психотерапевта говорить от лица пациента и избежать тем самым клейма «всезнайки». В следующем примере психотерапевту удастся именно таким образом интерпретировать бессознательное желание группы.

«На прошлой неделе вы сильно беспокоились из-за Джона и удивлялись, почему он не приходит; а сейчас, кажется, вы не в состоянии даже обратиться к нему. Похоже, все чувствуют какую-то беспомощность и ждут, что на самом деле я должен заняться этой проблемой и вернуть всем вам ощущение спокойствия» (21/3. Возможный выход из группы).

Когда следует прибегать к интерпретации? Можно предположить, что интерпретация необходима там, где ведущий четко представляет себе скрытую динамику ситуации. К тому же интерпретация может потребоваться тогда, когда попытка помочь группе самой сделать шаг вперед проваливается и руководитель считает, что, несмотря ни на что, группа уже достаточно «сыта» событиями, происходящими внутри нее, и поэтому требуется выход на новый смысловой уровень, до которого участники не в силах подняться самостоятельно.

## **Другие типы вмешательства**

Четыре описанных выше типа вмешательства — сохранение структуры, открытая фасилитация, направленная фасилитация и интерпретация — представляют собой основные вмешательства, к которым прибегают групповые психоаналитики. Тем не менее время от времени руководители осуществляют и другие типы вмешательства, и, естественно, групповые психотерапевты, использующие иные модели работы в группе, также прибегают к иным вмешательствам. В начале данной книги мы выделили еще четыре типа вмешательства.

### **Действие**

В групповой психодраме и групповой гештальт-терапии метод действия используется в качестве основной формы вмешательства. В представленных примерах действие применялось лишь в ответ на те ситуации, когда появлялась угроза физического насилия, в основном в целях самозащиты. В целом групповые психоаналитики воздерживаются от хождения или прикосновений к членам группы как формы вмешательства, хотя не существует твердых правил, воспреещающих это. Некоторые психотерапевты могут спонтанно слегка прикоснуться к сидящему рядом участнику, чтобы подбодрить его; потом, правда, они признаются (себе или супервизору), что таким образом они вышли за рамки своей роли, и обсуждают последствия своего шага. Действия административного характера — например, принести еще один стул, если участников оказалось больше, или открыть при необходимости окно — всего лишь рутина.

### **Самораскрытие**

В групповом анализе этот термин обычно используется в отношении руководителя, который выражает свои ощущения в той или иной групповой ситуации. Раскрытие психотерапевтом информации или опыта личного характера в групповом анализе играет незначительную роль; однако в тех терапевтических группах, в которых психотерапевт намеренно

ведет себя как ролевая модель, такое вмешательство вполне приемлемо. Раскрытие собственной реакции на события может оказаться особенно эффективным в ситуациях, когда налицо упорное сопротивление группы. Вызванное посредством самораскрытия удивление способно привести к неожиданной реакции, а также к появлению новых мыслей и чувств. Среди примеров, приведенных в предыдущих главах, можно найти самораскрытия провокационные:

«Кажется, было бы спокойнее оставить свои личные драмы при себе, чем делиться ими друг с другом. Это достаточно скучно» (23/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

мелодраматические (покачивая головой):

«Да... Я здорово шокирован (производя впечатление безучастности к контрпереносу). Весь год вы казались серьезной группой, а сейчас серьезность вдруг исчезла и сменилась всем этим; я подавлен» (11/5. Приглашение на рождественскую вечеринку).

и исключительно лаконичные:

«Возражаю» (1/4. Участник обращается за разрешением совмещать групповую терапию с индивидуальной).

## Моделирование

В своей классической книге, посвященной групповой психотерапии, Ялом (*Yalom, 1985*) описывает один из основных способов, которыми психотерапевт определяет нормы в группе: руководитель играет роль образцового участника, демонстрирующего нужную модель поведения. В некотором смысле психотерапевт делает это постоянно — специально или непреднамеренно. Участники, почувствовав доверие к группе, часто — сознательно и бессознательно — начинают использовать других пациентов в качестве ролевых моделей для поведения как в самой группе, так и за ее пределами. Психотерапевт в зависимости от того, насколько члены группы его идеализируют, может оказаться весьма влиятельной ролевой моделью. Все, что он говорит и делает, особенно его манеры

и предпочтения, будут подхватываться и копироваться. Хотя совсем немногие вмешательства, приведенные в настоящей книге, исходной своей целью имели предложить участникам группы «образец для подражания» при взаимодействии друг с другом, часто вмешательства отражают то, что именно руководитель считает желательным. Самыми яркими примерами этого на самом деле являются примеры самораскрытия, когда психотерапевт своим поведением демонстрирует открытость и прямоту выражения чувств, как бы указывая, что в этом есть польза. Часто, моделируя, психотерапевт поднимает целину, которую участники не стремились возделывать: так руководитель подает пример, и другие могут ему последовать. Вот хороший пример:

«Мы все хотим, чтобы вы остались, но опасаемся спросить, готовы ли вы остаться» (2/6. Угроза преждевременного окончания курса психотерапии).

### **Отсутствие непосредственного отклика**

Хотя отсутствие непосредственного отклика можно рассматривать как невмешательство, все же это важный инструмент психотерапевта. Опыт деятельности большинства групповых психотерапевтов, о котором говорилось в начале книги, заставляет психоаналитиков как можно чаще использовать «выжидательный» подход — вероятно, чаще, чем может показаться на основе приведенных вмешательств, осуществленных в сложные моменты существования группы. Многие респонденты предлагали вмешательства типа:

«Я бы продолжал молчать, но слушал бы с внимательным и ободряющим видом» (4/1. Первая сессия — очевидные разногласия).

«Я бы не вмешивалась; конечно же, я бы позволила Х рассказать свою историю, раз уж истории всех остальных уже прозвучали» (6/2. Поочередные рассказы участников группы на первых сессиях).

«Ничего не скажу до конца сессии, и лишь потом, тихо: "Время вышло"» (7/7. Разочарование в терапии).



## Применение знаний

Данная книга должна быть практически полезной для тех, кто руководит психотерапевтическими группами. Есть несколько способов расширить свои знания при помощи данной книги и материала, в ней содержащегося. Во-первых — и это самое важное, вы можете продумать свою собственную реакцию на групповые ситуации и перед прочтением КНИГИ, и после того, как вы ознакомились с мнениями наших респондентов. Это позволит вам не только развить навыки поведения в специфических ситуациях, но и проанализировать, как другие предложенные вмешательства и комментарии к ним повлияли на вас.

Во-вторых, вы также можете изучить классификацию, предложенную в данной книге (глава 1, табл. 1.3), и охарактеризовать в соответствии с ней предпринятые вами вмешательства. Это поможет вам определить собственный стиль руководства. Прибегаете ли вы к открытой фасилитации или вы — умудренный фасилитатор? Или вы предпочитаете интерпретировать бессознательное содержание? Приходится ли вам бороться с желанием активнее управлять и манипулировать группой или вы предпочитаете сидеть в сторонке, позволяя группе самой справляться со всеми проблемами (возможно, вплоть до *попустительства*)?

Существует ряд других способов применения данного материала при работе в группе. Если есть возможность использовать видео- и аудиокассеты для исследования и обсуждения с коллегами конкретных ситуаций, то тогда имеет смысл проанализировать стиль вмешательства, используемый психотерапевтами.

Наконец, еще одна возможность использовать в группе данный материал — это организовать получасовую ролевою игру на основе данных ситуаций, занимавших в оригинале целую сессию (полтора часа). Для этого необходимо, чтобы участники ролевой игры действовали менее свободно и более активно, чем в обычной жизни, позволяя при этом руководителю группы среагировать на групповую ситуацию, — в этом случае его реакция окажется более приближенной к реальности, чем если он будет мысленно представлять себе ситуацию.

## Заключительные замечания

Вмешательство в группе — это часто смелый поступок. А чтобы вынести свои вмешательства на суд читателей и коллег, необходимо большое мужество, и мы глубоко благодарны психотерапевтам, которые рассказали о том, как они среагировали бы, окажись они в описанных ситуациях. Фактически они являются соавторами этой книги, и мы уверены, что независимо от того, опытный вы психотерапевт или только начинаете свою карьеру, вам будет полезно сравнить ваши собственные вмешательства с теми, которые предложили респонденты. Если вы новичок в этой области, то мы надеемся, что данный опыт позволит вам с большей смелостью и уверенностью прибегать к актам вмешательства или, что еще сложнее, к актам невмешательства. Вы увидите, что не существует «правильного» вмешательства для каждой конкретной ситуации, но есть весьма широкий спектр возможностей: некоторые из них покажутся вам более привлекательными и в большей степени соответствующими вашему личному стилю, чем другие. Впрочем, вы также обнаружите, что, определяя свои вмешательства, вам не придется со страхом продвигаться на ощупь в темноте: в данной книге предложены некоторые принципы оценки и классификации вмешательств, что, как мы надеемся, поможет вам самостоятельно оценивать и классифицировать вмешательства. Особенно важными эти принципы окажутся в том случае, если вы попадете в запутанную ситуацию, которая может ненароком сложиться в группе. Мы знаем, что если в одной из ваших групп участники попытаются провести рождественскую вечеринку или начнут по очереди рассказывать истории, или даже если один из участников станет угрожать вам (не дай Бог) бритвой, то вы будете осуществлять свое вмешательство с лукавым огоньком в глазах!

### Примечание

1. Цифры обозначают порядковый номер вмешательства/ситуации.

# Приложение

*Джефф Робертс*

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ГРУППОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ**

ДЛЯ тех, кто является новичком в данной области и кому необходима краткая справочная информация, ниже мы предлагаем краткое руководство по основным теоретическим подходам в групповой психотерапии.

Многие исследователи внесли весомый вклад в развитие групповой психотерапии, предоставив таким образом психотерапевтам те основы, которыми они руководствуются в СВОИХ вмешательствах. Различные групп-аналитики и групповые психотерапевты ориентируются на разные модели. Выбор той или иной модели происходит вследствие случайных обстоятельств, а также специфики личности конкретного психотерапевта. Обычно человек выбирает то, что ему кажется *верным*.

Далее мы представляем краткий обзор теорий крупных групповых психотерапевтов. Это не исчерпывающий перечень, в него включены те авторы, чьи идеи особенно полезно учитывать при выборе типа вмешательства.

**А. Вульф (A. Wolf) и Е. К. Шварц (E. K. Schwartz)** — ученые-практики, специализировавшиеся на модели «группы психоаналитической терапии» (*Wolf and Schwartz, 1962*). Они не ставили своей основной задачей психотерапию группы или использование групповых процессов. Их целью была терапия отдельного человека в группе путем психоанализа.

Основные принципы этого подхода аналогичны принципам классического психоанализа. Среди них можно выделить следующие: *свободные ассоциации (free association)*, *сопротивление (resistance)*, *перенос (transference)*, *контрперенос (countertransference)*, *отыгрывание (acting-out)*, *интерпретация (сопротивления или бессознательного содержания) и проработка (working through)*. Мы не будем рассматривать подробнее эти основные психоаналитические понятия, поскольку их описание можно найти во многих исследованиях по психоанализу и психоаналитической психотерапии. Среди преимуществ группового метода назовем следующие: он дешевле, чем индивидуальный анализ; пациенты здесь участвуют во взаимном анализе; в группе существует множество возможностей для создания ситуаций комплексного переноса.

**Уилфред Байон (Wilfred Bion)** — пионер в области наблюдения за группами; был способен вызывать высокий уровень тревоги у членов своих групп. Таким образом он смог выделить фундаментальные факторы группового поведения, которые он назвал *базовыми допущениями (basic assumptions) (Bion, 1961)*. По мнению Байона, группа либо может быть рабочей, либо оказаться под влиянием одной из трех примитивных моделей функционирования, базовых допущений. При *базовом допущении зависимости (dependency basic assumption)* группа ведет себя так, будто участники собрались, чтобы зависеть от «лидера». При *базовом допущении борьбы-бегства (fight-flight basic assumption)* группа ведет себя так, будто участники собралась, чтобы при встрече с врагом, обычно внешним, либо бороться, либо бежать вслед за лидером. При *базовом допущении тяготения к парности (pairing basic assumption)* группа ведет себя так, будто **УЧАСТНИКИ** собрались, чтобы разделиться на пары; лежащая в основе ЭТОГО примитивная мотивация состоит в том, что результатом этого деления должно стать *зачатие и рождение мессии, который выведет группу из создавшегося сложного положения*. Базовое допущение тяготения к парности говорит о том, что члены группы отчаялись отыскать в группе какую-либо пользу.

**Генри Эзриел (Henry Ezriel)**, как и Байон, работал после войны в Тавистокской клинике. Он внес вклад в развитие ме-

тогда «психоанализа группы», которому обучалось целое поколение студентов в этой клинике.

Эзриел (*Ezriel, 1973*) считал, что на каждой встрече в группе можно обнаружить *общее групповое напряжение (common group tension)*. Его метод предполагал, что руководитель должен постараться определить один из тех трех типов «объектных отношений» («object relationship»), которые появляются в результате общего группового напряжения. Во-первых, это тип *требуемых отношений (required relationship)*, социально допустимый, безопасный и защитный тип функционирования. При таком типе отношений члены группы обсуждают проблемы друг друга или высказывают, как им будет не хватать групповых встреч во время грядущего перерыва. Затем идет тип *отношений избегания (avoided relationship)*, включающий отрицание инцестуальных желаний или смертельной ненависти к руководителю, который из эгоистических соображений устраивает столь продолжительные летние каникулы. Наконец, существует *тип катастрофических отношений (calamitous relationship)*, которые представляют собой зачаточное проявление осознанных избегаемых отношений. Исполнение инцестуальных желаний ведет к суровому наказанию, а желания совершить убийство — к нейтрализации психотерапевта и группы.

Задачей психотерапевта является показать эти объектные отношения группе и ее участникам, а также более или менее формально до конца сессии интерпретировать их для группы и для каждого члена.

*Дороти Сток-Уитакер и Мортон Либерман (Dorothy Stock-Whitaker and Morton Lieberman)* также внесли существенный вклад в разработку групподинамического подхода, который подразумевает, что групповой процесс можно формализовать и рассматривать как набор сложных явлений, формирующих условия для строгого терапевтического метода (*Stock-Whitaker and Lieberman, 1965*). Их описания группового процесса и предлагаемой техники работы очень похожи на те, которые разработал Эзриел. Метод базируется на систематическом эмпирическом исследовании группового процесса. Вот важнейшие элементы их теории.

1. Фокальный конфликт (*focal conflict*).
2. Рестриктивное решение (*restricting solution*).
3. Потенцирующее решение (*enabling solution*).
4. Групповая тема (*group theme*).
5. Групповая культура.

Фокальный конфликт происходит в результате того, что каждый участник привносит свои предрассудки, которые накладываются на каждую проблему, случающуюся в группе в целом. В итоге появляется *фокальный конфликт*: явный, вызывающий тревогу конфликт, в котором участвует группа в целом. Считается, что этот конфликт создается на основе *беспокоящего мотива* (*disturbing motive*) (ср. избегаемые отношения) и *реактивного мотива* (*reactive motive*) (ср. требуемые отношения + катастрофические отношения).

Группа, как и человек, может вынести лишь определенный уровень напряженности, поэтому группа пытается «договориться» о решении конфликта. Это **решение** будет работать, только если оно поддержано всеми членами группы — пусть и в невыраженной форме, и если оно способствует снижению уровня тревожности. Такое решение может **быть рестриктивным**, если участники единодушно избирают безопасный, обходной путь, или *потенцирующим*, когда группа способна рискнуть и дальше исследовать проблему, даже если это болезненно и сложно, обретая таким образом зрелость и возможность развиваться, а не впадать в стагнацию.

Тема группы — это технический термин для обозначения серии фокальных конфликтов, вызванных похожими мотивами беспокойства. В каждой терапевтической группе постепенно устанавливается уникальная групповая культура; она, можно сказать, состоит из «удачных решений, которые принимает группа в ряде фокальных конфликтов».

*Ирвин Ялом* (**Irvin Yalom**) выделил ряд терапевтических факторов посредством экспериментального подхода, выявляющего те аспекты участия в группе, которые воспринимаются пациентами как полезные (*Yalom, 1985*). Практичный групповой психотерапевт старается осуществлять такое вмешатель-

ство, которое наилучшим образом обеспечило бы наличие в группе этих терапевтических факторов. Вот перечень этих факторов:

1. Вселение надежды.
2. Универсальность переживаний.
3. Снабжение информацией.
4. Альтруизм.
5. Корректирующая рекапитуляция первичной семейной группы.
6. Развитие навыков социализации.
7. Имитационное поведение.
8. Межличностное научение.
9. Сплоченность группы.
10. Катарсис.
11. Экзистенциальные факторы.

Эксперименты показывают, что одной из важнейших предпосылок эффективности группы является «сплоченность группы». В группе с высокой степенью сплоченности участники связаны друг с другом и крайне заинтересованы в развитии и процессе, происходящих в себе самом, в других участниках и в группе. В такой группе участники постоянно и прилежно ходят на сессии, редко опаздывают и изыскивают возможность прийти, несмотря ни на какие внешние обстоятельства. Удачлив тот руководитель, которому удастся создать и сохранить такую группу. Ему придется долго работать, чтобы установить позитивный терапевтический климат в своей группе. В главе 11 говорилось о факторах, способствующих созданию благоприятной терапевтической среды, и факторах, этому препятствующих.

С. Фаулкс (5. Н. *Foulkes*) предложил (*Foulkes, 1975*) такое определение группового анализа: «анализ группы, осуществленный всей группой, включая руководителя». Исходя из этого руководитель должен понять, что крайне важно позволить группе развивать саму себя как терапевтический инстру-

мент. Использование ярчайших интерпретаций из нарциссических соображений неуместно: оно приведет к беспомощности группы и участников.

Фаулкс так характеризовал роль руководителя: «Ему (руководителю) практически невозможно следить за всеми участниками одновременно. Он концентрируется на общем межличностном поле, на матрице, в которой сталкиваются все эти бессознательные реакции. За всеми его поступками всегда должны стоять соображения о группе в целом» (*Foulkes and Anthony, 1957*). Фаулкс сделал шаг вперед, предположив, что руководитель наблюдает за группой, не обращая внимания на частности: это позволяет ему увидеть, в чем кроются наиболее важные для группы проблемы.

Основным понятием, введенным Фаулксом (*Foulkes, 1973*), стала «групповая матрица». Ее идея имеет большое значение в процессе создания терапевтической среды; она подробно рассматривалась в главе 11.

*Патрик де Маре (Patrick de Mare)* отмечал, что группу следует рассматривать как сочетание «структуры, процесса и содержания» (*de Mare, 1972*). Принимая это во внимание, руководитель способен определить, на что нацелено его вмешательство — на структуру, процесс или содержание (см. главу 1).

На основе работ крупнейших исследователей в области групповой психотерапии можно предположить, что у группового психоаналитика есть две главные задачи. Это создание и поддержание терапевтической среды и участие вместе с группой в поиске и разъяснении смысла, лежащего в основе происходящего в группе. Вмешательства могут быть направлены на решение одной из этих задач или их обеих. Первая из них подразумевает деятельность по поддержанию, а вторая — по фасилитации и интерпретации. Эти аспекты группового анализа рассматривались в главах 11, 12 и 13.



## ОБ АВТОРАХ И АССИСТЕНТАХ

### Авторы

Дэвид Кеннард — глава отделения психологии и психотерапии в Психиатрической лечебнице (The Retreat) и директор Тьюкского центра психотерапии и консультирования (Tuke Centre for Psychotherapy and Counselling) в Нью-Йорке. Автор книги «Терапевтические сообщества. Введение» («An Introduction to Therapeutic Communities», second edition, Jessica Kingsley Publishers, 1998) и соредактор — вместе с Нейл Смолл (Neil Small) — книги «Жизнь вместе» («Living Together», Quartet Books, 1997). В 1992–1998 годах — редактор журнала «Терапьютик коммьюнитис» («Therapeutic Communities»). Помогал проведению групп-аналитических тренингов в ряде центров в Великобритании, в 1995 году организовал первый аккредитованный курс группового анализа в России. Почетный клинический психолог и член Института группового анализа.

Джефф Робертс — ранее занимал должность консультанта-психотерапевта в Лондонском Королевском госпитале (London Royal Hospital). Член руководства групп-аналитической практики (Group-Analytic Practice), опубликовал несколько работ в области терапевтических сообществ (therapeutic communities) и группового анализа. Соредактор — вместе с Малколмом Пайнсом — и деятельный участник создания книги

«Практика группового анализа» («The Practice of Group Analysis», Routledge, 1991), изданной также в Японии. В настоящий момент занимается частной практикой и проводит разнообразные исследования. Главный преподаватель дипломного курса по групповому анализу (Group-Analytic diploma course) в Глазго, Шотландия.

Дэвид А. Уинтер — глава отдела клинической психологии и координатор исследований в Barnet Healthcare NHS Trust и приглашенный преподаватель на психологическом факультете Хертфордширского университета. Член Британского психологического общества (British Psychological Society), почетный клинический психолог и психотерапевт в области психологии личных конструктов, зарегистрированный в реестре клинических психологов Великобритании (UKCP-registered personal construct psychotherapist). Автор книги «Психология личных конструктов в клинической практике: Теория, исследования и применение» («Personal Construct Psychology in Clinical Practice: Theory, Research and Applications», Routledge, 1992) и соредактор — вместе с Томом Кайном (Tom Caine) и Брайаном Виджесингом (Brian Wijesinghe) — книги «Индивидуальные стили при неврозах» («Personal Styles in Neurosis», Routledge, 1981). Автор более 50 публикаций, в основном в области применения теории личных конструктов и в сфере психотерапевтических исследований.

## Ассистенты

Яннис Арзуманидес — психолог и групповой психотерапевт, обучавшийся в Лондонском центре психотерапии (London Centre for Psychotherapy). Имеет степень магистра в области терапии и консультирования, полученную в Антиохском университете. Квалифицированный групповой и индивидуальный супервизор. В настоящий момент работает частным образом в качестве группового психотерапевта, консультанта и супервизора в области как групповой, так и индивидуальной психотерапии; состоял членом Групп-аналитического общества (Лондон). Активно преподает психологию в Лондоне и Афинах, проводит консультирование, работает с группами и

организует семинары по развитию личности для частных лиц и компаний.

Малколм Пайнс — групповой аналитик и психоаналитик, в настоящее время член Групп-аналитической практики, которой, выйдя на пенсию из Службы национального здравоохранения, посвящает все свое время. Ранее работал в госпитале **Модсли** и в Тавистокской клинике. Автор многочисленных работ по групп-аналитической психотерапии; вместе с Эрлом Хоппером основал Международную библиотеку групповой психотерапии и группового процесса, единственным редактором которой он является в настоящее время. Редактировал — вместе с Джеффом Робертсом — «Практику группового анализа» («The Practice of Group Analysis»), изданную в Рутледже.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Agazarian, Y. and Peters, R. (1981) *The Visible and Invisible Group*, London: Routledge.
- Anthony, E. J. (1957) 'The phenomenology of the group situation'. In Foulkes, S. H. & Anthony, E. J. (1957) *Group Psychotherapy, the Psychoanalytic Approach*. Harmondsworth: Penguin Books. (New editions 1965, 1968, 1971, 1973. Reprinted London: Karnac Books, 1984.)
- Balint, M. (1968) *The Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression*. London: Tavistock.
- Bion, W. R. (1961) *Experiences in Groups*. London: Social Science Paperbacks.
- Bion, W. R. (1970) *Attention and Interpretation; A Scientific Approach to Insight in Psychoanalysis and Groups*. New York: Basic Books.
- Casement, P. (1985) *On Learning from the Patient*. London: Tavistock.
- Conrad, J. (1902) *Heart of Darkness*. Harmondsworth: Penguin (1973).
- Cox, M. and Thielgaard, A. (1987) *Mutative Metaphors in Psychotherapy: The Aeolian Mode*. London: Tavistock.
- de Mare, P. B. (1972) *Perspectives in Group Psychotherapy*. London: George Allen and Unwin.
- DiLoreto, A. D. (1971) *Comparative Psychotherapy: An Experimental Analysis*. Chicago: Aldine Atherton.

- Ezriel, H. (1973) 'Psychoanalytic group therapy'. In L. R. Wolberg and E. K. Schwartz (eds) *Group Therapy: An Overview*. New York: Intercontinental Medical Books.
- Foulkes, S. H. (1964) *Therapeutic Group Analysis*. London: George Allen & Unwin.
- Foulkes, S. H. (1973) 'The group as matrix of the individual's mental life'. In L. R. Wolberg and E. K. Schwartz (eds) (1973) *Group Therapy: An Overview*. New York: Intercontinental Medical Books.
- Foulkes, S. H. (1975) *Group-Analytic Psychotherapy*. London: Gordon and Breach. (Reprinted London: Karnac Books, 1986.)
- Foulkes, S. H. & Anthony, E. J. (1957) *Group Psychotherapy: The Psychoanalytic Approach*. Harmondsworth: Penguin Books. (New editions 1965, 1968, 1971, 1973. Reprinted London: Karnac Books, 1984.)
- Garland, C. (1983) 'Commentary on Zinkin's "Malignant Mirroring" paper'. *Group Analysis* 16, 2, 126-129.
- Hajidaki, R. (1989) 'The Matrix as Labyrinth'. Paper presented at the 10th International Congress of Group Psychotherapy, Amsterdam.
- Kennard, O. K., Roberts, J. P. and Winter, D. A. (1990) 'What do group-analysts say in their groups? Some results from an IGA/GAS questionnaire'. *Group Analysis*, 23, 173-190.
- Klein, M. (1984) *Love, Guilt and Reparation*. London: Hogarth Press.
- Langs, R. (1978) *The Listening Process*. New York: Jason Aronson.
- Lieberman, M. A., Yalom, I. D. & Miles, M. B. (1973) *Encounter Groups: First Facts*. New York: Basic Books.
- Malan, D. H. (1979) *Individual Psychotherapy and the Science of Psychodynamics*. London: Butterworth.
- Neumann, E. (1954) *The Origins and History of Consciousness*. Princeton: Bollingen. (Originally published in German as *Ursprungsgeschichte des Bewusstseins* by Rascher Verlag, Zurich, 1949).

- Nichols, M. P. and Taylor, T. Y. (1975) 'Impact of the rapist interventions on early sessions of group therapy'. *Journal of Clinical Psychology*, 31, 726-729.
- Nitsun, M. (1991) 'The anti-group: destructive forces in the group and their therapeutic potential'. *Group Analysis*, 24, 1, 7-20.
- Oxford English Dictionary* (1971) Oxford: OUP.
- Roberts, J. (1983) 'Foulkes' concept of the matrix'. *Group Analysis*, 15, 2, 111-126.
- Sandier, J., Dare, C. & Holder, A. (1973) *The Patient and the Analyst: The Basis of the Psychoanalytic Process*. New York: International Universities Press.
- Whitaker, D. S. (1985) *Using Groups to Help People*. London: Routledge.
- Whitaker, D. S. & Lieberman, M. A. (1965) *Psychotherapy Through the Group Process*. New York: Atherton Press.
- Wile, D. B. (1973) 'What do trainees learn from a group therapy workshop?' *International Journal of Group Psychotherapy*, 23, 185-203.
- Winnicott, D. W. (1982) *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London: Hogarth Press.
- Wolf, A. & Schwartz, E. K. (1962) *Psychoanalysis in Groups*. New York: Grune and Stratton.
- Yalom, I. D. (1985) *Theory and Practice of Group Psychotherapy*. 3rd edition, New York: Basic Books.
- Zinkin, L. (1983) 'Malignant mirroring'. *Group Analysis*, 16, 2, 113-126.

**УВАЖАЕМЫЕ ГОСПОДА!**

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПИТЕР» ПРИГЛАШАЕТ ВАС К ВЗАИМОВЫГОДНОМУ СОТРУДНИЧЕСТВУ. МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ АССОРТИМЕНТ КОМПЬЮТЕРНОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ, ЭКОНОМИЧЕСКОЙ И ПОПУЛЯРНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ. МЫ ГОТОВЫ РАБОТАТЬ ДЛЯ ВАС НЕ ТОЛЬКО В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ. НАШИ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА НАХОДЯТСЯ В МОСКВЕ, МИНСКЕ, КИЕВЕ, ХАРЬКОВЕ. ЗА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ:**

**Россия, г. Москва**

Представительство издательства «Питер»,  
М. «Калужская», ул. Бултерова, д. 176,  
оф. 207 и 240, тел./факс (095) 777-54-67.  
E-mail: [sales@piter.msk.ru](mailto:sales@piter.msk.ru)

**Россия, Г. С.-Петербург**

Представительство издательства «Питер»,  
М. «Электросила», ул. Благодатная, д. 67,  
тел. (812) 327-93-37, 294-54-65.  
E-mail: [sales@piter.com](mailto:sales@piter.com)

**Украина, г. Харьков**

Представительство издательства «Питер»,  
тел. (0572) 14-96-09, факс: (0572) 28-20-04,  
28-20-05. Почтовый адрес: 61093,  
г. Харьков, а/я 9130.  
E-mail: [piter@tender.kharkov.ua](mailto:piter@tender.kharkov.ua)

**Украина, г. Киев**

Филиал Харьковского представительства  
издательства «Питер», тел./факс: (044)  
490-35-68, 490-35-69. Адрес для писем:  
04116, г. Киев-116, а/я 2. Фактический  
адрес: 04073, г. Киев, пр. Красных Казаков,  
д. 6, корп. 1.  
E-mail: [office@piter-press.kiev.ua](mailto:office@piter-press.kiev.ua)

**Беларусь, г. Минск**

Представительство издательства «Питер»,  
тел./факс (37517) 239-36-56. Почтовый адрес:  
220100, г. Минск, ул. Куйбышева, 75.  
ООО «Питер М», книжный магазин «Эврика».  
E-mail: [piterbel@tut.by](mailto:piterbel@tut.by)

**КАЖДОЕ ИЗ ЭТИХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ РАБОТАЕТ С КЛИЕНТАМИ  
ПО ЕДИНОМУ СТАНДАРТУ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «ПИТЕР».**

Ищем зарубежных партнеров или посредников, имеющих выход на  
зарубежный рынок. Телефон для связи: **(812) 327-93-37.**  
E-mail: [grigorjan@piter.com](mailto:grigorjan@piter.com)

**Редакции компьютерной, психологической, экономической, юридической, ме-  
дицинской, учебной и популярной (оздоровительной и психологической)  
литературы Издательского дома «Питер» приглашают к сотрудничеству авто-  
ров. Обращайтесь по телефонам: Санкт-Петербург - тел. (812) 327-13-11,  
Москва - тел.: (095) 234-38-15, 777-54-67.**



**УВАЖАЕМЫЕ ГОСПОДА!  
КНИГИ ИЗДАТЕЛЬНОГО ДОМА  
«ПИТЕР» ВЫ МОЖЕТЕ ПРИОБРЕСТИ  
ОПТОМ И В РОЗНИЦУ У НАШИХ  
РЕГИОНАЛЬНЫХ ПАРТНЕРОВ.**

#### **Башкортостан**

Уфа, «Азия», ул. Зенцова, д. 70 (оптовая продажа), маг. «Оазис», ул. Чернышевского, д. 88, тел./факс (3472) 50-39-00.  
E-mail: [asiaufa@ufanet.ru](mailto:asiaufa@ufanet.ru)

#### **Дальний Восток**

Владивосток, «Приморский Торговый Дом Книги», тел./факс (4232) 23-82-12.  
Почтовый адрес: 690091, Владивосток, ул. Светланская, д. 43.  
E-mail: [bookbase@mail.primorye.ru](mailto:bookbase@mail.primorye.ru)

Хабаровск, «Мирс», тел. (4212) 30-54-47, факс 22-73-30. Почтовый адрес: 680000, Хабаровск, ул. Ким-Ю-Чена, д. 21.  
E-mail: [postmaster@bookmirs.khv.ru](mailto:postmaster@bookmirs.khv.ru)

Хабаровск, «Книжный мир», тел. (4212) 32-85-51, факс 32-82-50. Почтовый адрес: 680000, Хабаровск, ул. Карла Маркса, д. 37.  
E-mail: [postmaster@worldbooks.knt.ru](mailto:postmaster@worldbooks.knt.ru)

#### **Европейские регионы России**

Архангельск, «Дом Книги», тел. (8182) 65-41-34, факс 65-41-34. Почтовый адрес: 163061, пл. Ленина, д. 3.  
E-mail: [book@atnet.ru](mailto:book@atnet.ru)

Калининград, «Вестер», тел./факс (0112) 21-56-28, 21-62-07. Почтовый адрес: 236040, Калининград, ул. Победы, д. 6. Магазин «Книги & книжечки».  
E-mail: [nshibkova@vester.ru](mailto:nshibkova@vester.ru); [www.vester.ru](http://www.vester.ru)

Ростов-на-Дону, ПБОЮЛ Остроменский, пр. Соколова, д. 73, тел./факс (8632) 32-18-20.

E-mail: [ostrom@don.sitek.net](mailto:ostrom@don.sitek.net)

#### **Северный Кавказ**

Ессентуки, «Россы», ул. Октябрьская, 424, тел./факс (87934) 6-93-09.  
E-mail: [rossy@kmw.ru](mailto:rossy@kmw.ru)

#### **Сибирь**

Иркутск, «ПродаЛить», тел. (3952) 59-13-70, факс 51-30-70. Почтовый адрес: 664031,

Иркутск, ул. Байкальская, д. 172, а/я 1397.  
E-mail: [prodalit@irk.ru](mailto:prodalit@irk.ru);  
<http://www.prodalit.irk.ru>

Иркутск, «Антей-книга», тел./факс (3952) 33-42-47. Почтовый адрес: 664003, Иркутск, ул. Карла Маркса, д. 20.  
E-mail: [antey@irk.ru](mailto:antey@irk.ru)

Красноярск, «Книжный Мир», тел./факс (3912) 27-39-71. Почтовый адрес: 660049, Красноярск, пр. Мира, д. 86.  
E-mail: [book-world@public.krasnet.ru](mailto:book-world@public.krasnet.ru)

Нижевартовск, «Дом книги», тел. (3466) 23-27-14, факс 23-59-50. Почтовый адрес: 628606, Нижевартовск, пр. Победы, д. 12.  
E-mail: [book@nvartovsk.wsnet.ru](mailto:book@nvartovsk.wsnet.ru)

Новосибирск, «Топ-книга», тел. (3832) 36-10-26, факс 36-10-27. Почтовый адрес: 630117, Новосибирск, а/я 560.  
E-mail: [office@top-kniga.ru](mailto:office@top-kniga.ru);  
<http://www.top-kniga.ru>

Тюмень, «Друг», тел./факс (3452) 21-34-39, 21-34-82. Почтовый адрес: 625019, ул. Респубблики, д. 211. E-mail: [drug@tyumen.ru](mailto:drug@tyumen.ru)

Тюмень, «Фолиант», тел. (3452) 27-36-06, факс 27-36-11. Почтовый адрес: 625039, Тюмень, ул. Харьковская, д. 83а.  
E-mail: [foliant@tyumen.ru](mailto:foliant@tyumen.ru)

#### **Татарстан**

Казань, «Таис», тел. (8432) 72-34-55, факс 72-27-82. Почтовый адрес: 420073, Казань, ул. Гвардейская, д. 9а.  
E-mail: [tais@bancorp.ru](mailto:tais@bancorp.ru)

#### **Урал**

Екатеринбург, магазин № 14, ул. Челюскинцев, д. 23, тел./факс (3432) 53-24-90.  
E-mail: [gvardia@mail.ur.ru](mailto:gvardia@mail.ur.ru)

Екатеринбург, «Валео-книга», ул. Ключевская, д. 5, тел. (3432) 42-07-75, факс 42-56-00. E-mail: [valeo@etel.ru](mailto:valeo@etel.ru)



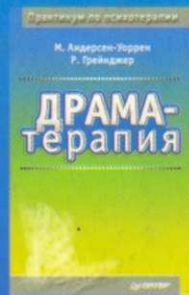
**Дэвид Кеннард** — глава психологической и психотерапевтической службы нью-йоркской психиатрической клиники The Retreat, директор Центра психотерапии и консультирования.

**Джефф Робертс** — член правления лондонского Центра групп-аналитической практики, в прошлом — консультант-психотерапевт лондонского Королевского госпиталя

**Дэвид Э. Уинтер** — глава клинко-психологической службы и координатор исследовательских программ треста Barnet Healthcare NHS, приглашенный профессор Херсфордширского университета.

Предлагаемое пособие по групп-аналитической психотерапии написано опытнейшими в этой области англо-американскими специалистами. В книге удачно комбинируется изложение теоретических основ группового анализа и всестороннее обсуждение ряда «трудных» психотерапевтических ситуаций. С первых же страниц читатель погружается в атмосферу группового анализа, знакомится со спецификой психотерапевтического вмешательства и группаналитического процесса изнутри. В практикуме детально описаны восемь проблемных ситуаций. Поиск возможных способов их разрешения и сопоставление своего варианта с авторскими станут для начинающего практика хорошей тренировкой профессиональных навыков. Все ситуации сопровождаются подробным комментарием авторов, анализирующих логику выбора конкретной формы вмешательства опытными и начинающими специалистами.

## КНИГИ ИЗДАТЕЛЬСТВА «ПИТЕР»



**Заказ наложенным платежом:**  
197198, Санкт-Петербург, а/я 619  
postbook@piter.com  
для жителей России

61093, Харьков-93, а/я 9130  
piter@tender.kharkov.ua  
для жителей Украины

220012, Минск, а/я 104  
piterbel@carry.nsys.by  
для жителей Беларуси



Посетите наш web-магазин:  
**www.piter.com**

