

Івани, які пригадали своє рідство

Незабаром на Західній Україні можна буде пройти системне розставлення

Віра Мерижанець

Організатори щорічного всеукраїнського психологічного фестивалю «Альфа-фест» ведуть переговори із західноукраїнськими психоаналітиками про впровадження в психотерапевтичну практику системних розставлень за Бертом Хеллінгером. Нарешті й ми зможемо пройти цей загадковий, ефективний і вкрай модний останнім часом тренінг. Так в чому ж його феноменальність?

За сценарієм

Те, що особистість формується з дитинства під впливом сім'ї, було зрозуміло давно: з цим висновком погоджувалися всі учені, які працювали в галузі психології та психіатрії, — Фрейд, Адлер, Берн, Павлов, Корні та інші. Такий висновок підтвердив Юнг

вектор виходу з ситуації. Героєм, який виконав цей запит, став німецький місіонер і психоаналітик Берт Хеллінгер. У 1993 році про його теорію родових систем дізналася Європа, а потім і вся планета. Системні розставлення — так називаються групові заняття за методом Хеллінгера — почали

якого взаємопов'язані. В сучасну епоху індивідуалізму і руйнування родинних цінностей важко повірити, що наша доля безпосередньо пов'язана з життям зниклого безвісти на війні діда, рідної тітки, з якою ви не знайомі через її статус «ганьби сім'ї», або дитям бабусі, якого віддали в ди-



55-річна Наталія прийшла на розставлення зі скаргою на те, що впродовж багатьох років не може кинути палити, хоча і дуже намагалася. На розставленні з'ясувалося, а потім підтвердилося фактами, що її тітка-єврейка загинула в газовій камері концтабору, маючи перед тим романтичні стосунки з німцем-наглядачем. Наполегливим забрудненням легенів Наталія віддавала належне пам'яті і любові загиблій тітці, на яку виявилася дуже схожа. Під час розставлення вся група відчувала запах газу.

теорію про вплив на розвиток особи архетипів, тобто структурованої інформації про минулі покоління. Хоча ця теорія, що діти розплачуються за гріхи батьків, була ще здавна відома в народі.

Згодом над теорією родинних сценаріїв або, по-іншому, батьківського програмування долі людини, працювали детальніше, намагалися винайти методи зміни негативних сценаріїв, які не завжди були ефективними, а інколи призводили до вкрай

проводити сотні його учнів і послідовників. Кілька років тому метод став популярний і в Україні. Так, на розставлення Південно-східного інституту психоаналізу, розташованого в Запоріжжі, з'їжджаються зі всієї України. Не дивлячись на всю таємничість, крайню емоційну насиченість і нез'ясовність розставлень з точки зору стандартних підходів, сотні найбільш просунутих в психологічній галузі українців стали постійними учасниками таких психологічних дослідів.

тячий будинок, і тому воно випало з родової системи. Проте, це схоже на правду: ми часто переймаємо долю когось із забутих родичів або предків — тобто, ланок, виключених із системи. А як страждають від зробленого в юності абортів зрілі жінки, навіть не підозрюючи, де саме заритий корінь їх неусвідомленого прагнення до смерті. Часто ми через велику любов до батьків підсвідомо забороняємо собі бути щасливішими, ніж вони, а потім все життя мучимося від відчуття, що «несемо чужий ван-

*Молода жінка Ліля ніколи не могла самотійно покинути рідне місто, залишитися надовго одна, наодинці подорожувати поїздом або літаком. На розставленні з'ясувалося: це результат того, що відразу після народження її забрали від матері й помістили в бокс через асфіксію — цей пере-
ляк в дитинстві викликав у Лілі вічний страх самотності.*



негативних результатів (життя людини могло перетворитися в справжнє пекло) і потребували значного доопрацювання.

Світ буквально чекав нової методики, здатної швидко та наочно виявити проблему і назначити

У процесі

Основне положення теорії Хеллінгера полягає в тому, що існує якийсь родинне, за аналогією до колективного, підсвідоме, яке є єдиною системою, всі ланки

таж», «живемо не своїм життям» — саме з такими формулюваннями звертаються до психоаналітиків заручники родинного сценарію.

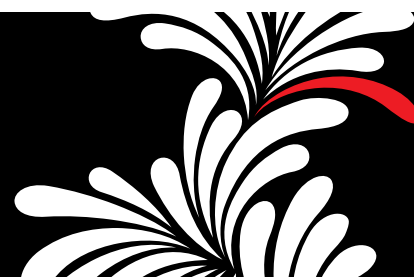
До речі, чітко сформулювати свою проблему, а виходячи з неї, і мету розставлення — перший етап

роботи. Потім ведучий поставить декілька питань: чи ви одружені, і чи є у вас діти; чи були у вас партнери до шлюбу, чи відомо вам про випадки смерті дітей або мертвороджених дітей; як будувалися взаємини в батьківській сім'ї; яка доля ваших бабусь і дідусів? Тоді людина, чиє розставлення відбувається, вибирає із групи заступників людей, які виконуватимуть роль

познайомитися із забутим двоюрідним братом, дізнатися, як насправді ставилися до нього його мати, дружина або дитина. У фіналі проголошуються фрази зцілення, що дозволяють не лише з'ясувати причини своїх бід, але й подолати їх. Ті, хто виконував функцію заступників у розставленні, теж отримують цінний досвід: практика показує, що їх зі всієї групи ви-

зультаті виявилось, що ключовою вільною фігурою була дитина-даун, яка часто потрапляла в лікарню. В іншому розставленні, глянувши в очі вільній фігурі, я несподівано для себе вимовила, що їй наплювати на все, окрім музики і свого піаніно. Виявилось, що вільна фігура виконувала роль сестри героїні — викладача консерваторії. Ще в одному героєві я відразу

Яна скаржилася на відсутність взаєморозуміння з дочкою-школяркою, її нестерпну поведінку. З'ясувалося, що Яні було властиве сильне несвідоме прагнення до смерті, що проявлялося у вигляді постійних травм і прихованого алкоголізму в результаті провини за три перенесені в юності аборти. Поганою поведінкою, постійним привертанням до себе уваги, донька завжди давала привід для домашнього скандалу...



учасників ситуації: це можуть бути батьки, інші родичі, і, головне, — сам він, ініціатор розставлення. Потім герой розставлення тільки спостерігає за процесом, а заступників просять знайти в приміщенні комфортні для себе місця. Пробувши певний час у вибраному місці, учасники розставлення діляться з групою своїми відчуттями один до одного, які й справді їх переповнюють — у цьому на власному досвіді переконалася автор статті. Часто буває, що під час розставлення ридеє вся група, навіть ті її члени, які виступають лише глядачами.

У разі необхідності ведучий вводить в композицію нові фігури: чю роль вони виконують, не знає навіть герой розставлення. Нові учасники розставлення виражають яскраву емоційну реакцію, а згодом виявляються ключовими персонами проблеми героя — як правило, у фіналі він «впізнає» їх. Далі фігурам дозволяють змінити місце, знайти зручнішу позицію. Коли вимальовується достатньо чітка картина, герой займає місце свого заступника і прислухається до своїх відчуттів. У цей момент герой розставлення має унікальну можливість «поговорити» з померлим і неоплаканим батьком,

бирають не випадково — вони або мають схожі проблеми, або представляють такий же стиль поведінки як у тієї людини, чю роль вони виконують. У правильній групі кожен учасник за період тренінгу може з'ясувати своє розставлення.

Торсіонне поле і жодного шахрайства

Звичайно, людині, яка вірить тільки в реальну науку, все це може видаватися маячнею. Чому б то чужі люди мали співчувати тобі і через це ридати? Звідки вони можуть дізнатися про стосунки у твоїй сім'ї? Як може відобразитися емоційний стан давно померлої людини? Я, автор цієї статті, відправилася на своє перше розставлення з великим скептицизмом, керуючись тільки професійною цікавістю. Але те, що я побачила і відчула під час свого і чужих розставлень, мене шокувало. Беручи участь в чужих розставленнях, я раптом «вгадувала» такі речі про учасників, яких знати просто не могла! Наприклад, в одному розставленні я буквально «бачила» довкола себе лікарняний інтер'єр, відчувала запах ліків, знала, що хтось тут боїться уколів. У ре-

побачила пристрасного виконавця народної музики на баяні — героїня розставлення приголомшено підтвердила, що її вітчим, чю роль і виконувала фігура, під час свят розважає сім'ю грою на баяні!

У такі моменти твій раціональний розум, скептично налагоджений до всіляких чудес і чаклунств, входить у гостре протиріччя із незаперечним фактом. Скажу вам чесно, я і зараз не можу пояснити пережите з наукової точки зору. Приблизно це можна пояснити теорією торсіонних та інформаційних полів, але все це лише приблизна схожість. Багато моїх друзів, у тому числі й главред «Золотої касті» Михайло Шпір, вважають системні розставлення повною маячнею і шахрайством. Але не можна так судити про те, чого не спробували. Проте, я поважаю редакцію журналу за те, що дали мені можливість розповісти про феномен, з існуванням якого вони категорично не згодні. А всім, хто прагне до саморозвитку, хто сповнений рішучості творити долю своїми руками, хто не боїться містичних переживань і таємничих експериментів, я рекомендую спробувати метод системних розставлень.