

Предисловие

Свершилось. Вы держите в руках книгу, в работе над которой приняли участие 45 авторов, чтобы собрать в ней 104 упражнения на тему системных расстановок. Из практики для практики, причем вашей!

За этим стоит около двух с половиной лет работы — сначала размышления о структуре, затем приглашение к сотрудничеству и, наконец, сбор и редактирование множества упражнений и форматов.

Как появилась эта книга?

Идея такого компендиума возникла у меня на конгрессе Немецкого общества системных расстановок (DGfS e.V.) в 2015 году в Мюнхене во время встречи преподавателей расстановок. Мы обменивались идеями упражнений, и это породило очень оживленное и радостное настроение у всех собравшихся: «Ах, во-о-о-от как ты это делаешь? Интересно!» А я была поражена таким количеством профессиональных знаний и преподавательских компетенций, увлеченностью, богатством профессионального и человеческого опыта, которым все живо и с радостью делились. Это же нужно распространять — и лучше всего с помощью сборника самых испытанных форматов и упражнений, который вышел бы очень пестрым хотя бы только по причине гетерогенности расстановочной сцены! Получилось бы именно то красивое жемчужное ожерелье, которое можно надевать по самым разным поводам.

Тогда я изложила мою идею Маттиасу Олеру, который заведовал книжным стендом издательства Carl-Auer Verlag. И? Как видите, мне удалось убедить и его, и издательство. В этом

месте я хочу поблагодарить Ральфа Хольцмана, участие которого стало мощной поддержкой для проекта!

Кому предназначена эта книга?

В первую очередь наш сборник будет полезен преподавателям, тем, кто обучается расстановкам, и тем, кто проводит расстановки, а также коучам, консультантам, ведущим семинаров, тренерам и специалистам по развитию персонала. И, конечно, вам лично!

В книге есть и некоторое количество маленьких, но ценных форматов, которые прекрасно можно применять, имея не системный, а какой-то другой методический бэкграунд, и, конечно же, множество непростого материала для людей, сведущих в расстановках, про которые можно сказать: «Don't try it at home!»* — то есть «пожалуйста, не делайте этого, если вы не обладаете достаточной компетенцией».

Мотивация и структура

Моей целью было охватить все критерии качества программ повышения квалификации по системным расстановкам, установленные профессиональной ассоциацией DGfS e.V., чтобы преподаватели могли непосредственно соотносить материал со своими модулями. То есть в результате должна была получиться книга, которую можно использовать в разных целях, с которой можно учить и учиться, экспериментировать и расти. При этом я считаю, что даже самая лучшая техника ничего не даст, если за ней нет определенной позиции и сердца — об этом вы еще сможете прочитать ниже.

А кроме того, она должна быть ориентирована на практику! Материалы в ней распределены по главам и дополнительно снабжены другими указателями, благодаря чему у вас всегда будут под рукой полезные предложения для различных ситуа-

* «Не пытайтесь повторить это дома» (англ.).

ций в расстановочном контексте, для того или иного воркшопа, тренинга или коучинга, которые помогут вам обогатить вашу собственную работу.

Спасибо!

Неоценимую помощь в подборе авторов мне оказал Петер Кляйн, председатель Международного форума по системным расстановкам в организациях и рабочих контекстах *infosyon e.V.* В свойственной ему манере он спонтанно и очень энергично распространил призыв к авторам, чем придал проекту мощный импульс. Большое спасибо ему, а также всей ассоциации за информацию в новостном бюллетене! Также я благодарю Ханса-Дитера Дикке из *DGfS e.V.*, который дал мне возможность представить мой проект на конференции членов этого общества в Усларе. А еще я благодарю Макса Даускардта из Международной ассоциации системных расстановок *ISCA* за его спонтанный энтузиазм, который очень меня поддержал.

И я еще раз выражаю благодарность всем авторам за составление этих замечательных материалов. Позволение заглянуть в собственную «рабочую кухню» и такая готовность делиться опытом вовсе не являются чем-то само собой разумеющимся! А еще, дорогие коллеги, вы терпеливо принимали к сведению мои предложения и безропотно мирились с капризами техники. Вы ободряли и замечательно поддерживали меня своими комментариями! Спасибо! Еще один отдельный поклон тем, кто потратил дополнительное время на то, чтобы написать вступления, это Кристофер Бодирский, Петер Буркин, Хайке Готтшалк, Томас Хойкке, Мануэла Мэтценер и Александра Швенденвайн.

Я также благодарю своих сотрудников Доротею Илзе и Александра фон Михаэля за их неустанную поддержку в проверке списков, ведении и обработке корреспонденции, изгнании дьявола ошибок, правке, составлении таблиц и многом другом.

Как всегда: примечания по поводу читабельности

Как это происходит при любой публикации, я тоже столкнулась с гендерным вопросом: как на уровне языка показать, что мы всегда имеем в виду в равной мере и женщин, и мужчин? Мы с издательством остановились на традиционном варианте. При каждом произвольном использовании формы женского или мужского рода всегда подразумевается и другой пол.

Еще сложнее далось мне решение о том, следует ли унифицировать разные термины для обозначения ведущего расстановки, хоста, терапевта, сопровождающего, коуча и т. д., а также клиента, пациента или участника. Здесь я просто воспользовалась терминологией авторов и положила на вашу гибкость как читателя — и то и дело смело чередовала названия.

Практическое для практикующих

Мало кто из читателей станет прорабатывать весь компендиум от корки до корки. Гораздо более вероятна ситуация, что вам будет предстоять семинар или тренинг и вы захотите дополнить его чем-то особенным. С одной стороны, тут вам, конечно, поможет оглавление. Но дело в том, что некоторые форматы или упражнения подходят сразу под несколько категорий. Например, тема «Обратная связь» могла бы оказаться как в главе «Язык», так и в главе «Позиция». Чтобы вам было легко найти искомое, в конце книги помещена таблица, где материалы отнесены ко всем возможным подходящим главам (с. 351 и далее). Далее вы найдете перечень авторов с указанием всех представленных ими инструментов (с. 362).

Надеюсь, что мне удалось учесть множество пожеланий. Мое же самое большое желание — это объединить разнообразие, легкость и глубину в расстановочной работе. Возможно, эта книга внесет свой вклад в его исполнение.

Введение

Развитие расстановочной работы — взгляд сквозь время

В начале развития своего метода в 1980–1990-х годах Берт Хеллинггер открыл нам новый мир и показал глубинные пласты человеческого поведения, мотивов и отношений, вызывая восхищение, а порой и недоумение своим особым стилем ведения расстановок.

Таким образом, манера работы Хеллингера на протяжении многих лет оказывала влияние на других расстановщиков. Делать расстановки было принято именно *так*. И, наверное, расстановщикам и их объединениям потребовался своего рода «пубертат», чтобы постепенно найти в себе смелость эмоционально и профессионально отделиться от «отца семейных расстановок» и разработать новые, собственные подходы.

Сейчас, добрых 30 лет спустя, в немецкоязычном пространстве, но уже и по всему миру, расстановки стали практически общеизвестным компонентом терапевтических интервенций. Слава этой работы выходит за пределы терапевтических кругов: о ней пишут такие авторитетные журналы, как «Geo Wissen», — а когда название «Семейная расстановка» получает даже одна из серий детективного сериала «Tatort»*, можно с полным правом говорить о том, что расстановки завоевали мир!

* «Tatort» («Место преступления») — культовый детективный сериал, который идет на немецком телевидении уже 50 лет. — *Примеч. пер.*

Расстановки влияют

Причем они не просто расставляют все по местам, но и приводят в движение! В тех обществах, которые были к этому готовы, расстановки сделали более прозрачной границу между терапией и личностным развитием. Люди, которые никогда не пошли бы к терапевту, идут на семинары по расстановкам. И даже мир бизнеса открывается для такого своеобразного метода, как системные расстановки. (Здесь я благодарна среди прочего многим компаниям, чьи мероприятия по развитию персонала выполняют неопенимую образовательную задачу. Они пробуждают у людей интерес к психологическим темам и тем самым к самим себе, чем способствуют развитию понимания во всех сферах жизни.)

Расстановки соединяют

Но и сам метод стал более «светским». Сегодня он пользуется заимствованиями из многих других методов, дисциплин и философских концепций. С описанием «грамматики расстановок» он обрел форму, которую можно осмыслить на интеллектуальном уровне. Расстановки были подвергнуты научному анализу и оценке. И они давно вышли за рамки терапии. Образовался широчайший спектр видов этой работы, начиная от организационных или бизнес-расстановок и заканчивая духовными расстановками.

Хотя вначале я сама этого не осознавала, но наша книга стала не просто большой коллекцией жемчужин, а чем-то вроде обзора состояния современной расстановочной работы. Меня поразило и очень воодушевило невероятное разнообразие упражнений, подходов, способов работы и импульсов! Настолько же разной может быть расстановочная работа, и любая ее форма — будь то традиционная, духовная или структурно-ориентированная, следующая четким процедурам или откры-

тая для свободного движения и интуиции — помогает прийти к решению.

Но что, похоже, объединяет всех расстановщиков, так это убежденность в том, насколько центральное значение имеет внутренняя позиция ведущего. Ни одна другая глава не собрала больше материалов, чем та, что посвящена позиции и восприятию. Почему?

О позиции и функции ведущего расстановки

Я с удовольствием представлю на обсуждение некоторые свои идеи по поводу того влияния, которое оказывает ведущий расстановки.

Расстановки делают видимым, слышимым, осязаемым и вместе с тем доступным для человеческого сознания то, что неуловимо для нас в повседневной жизни. А еще они помогают системе обрести ее целостность. Той целительной силой, которая здесь действует, является любовь. Любовь обладает определенной физической частотой и вибрацией. Она настолько тонка, что, образно говоря, может проникать в самые мелкие зазоры. Ведь на уровне физики те напряжения, которые мы воспринимаем как симптомы и блоки, представляют собой не что иное, как энергетические сплетения и клубки, препятствующие здоровому и свободному течению энергии. В идеале целительная для расстановочных процессов энергия способна ослаблять и развязывать эти склеенные и крепко завязанные энергетические нити, наполняя их светом и теплом.

Ведущему расстановки отводятся при этом важные функции. Так, своим присутствием и компетентностью он создает безопасные рамки для заместителей, благодаря чему их психика успокаивается, а способность к резонансу возрастает. Ведь человеческая психика устроена так, что под защитой «вожака» она может особенно хорошо расслабиться и отпустить некоторые связанные с групповой динамикой задачи, чтобы

обеспечить концентрацию на медиумической работе в качестве заместителя.

Следующая функция ведущего заключается в том, что он выступает в качестве своего рода усилителя приема и антенны для всей энергетической системы клиента. Импульсы для точечного усиления вибрационного движения может подавать как ведущий, так и заместители.

Этому особенно благоприятствует собственная зрелость ведущего и его способность к резонансу. А под способностью к резонансу я подразумеваю, в частности, способность не столько сознательно обращаться к разработанным ранее, «испытанным» стратегиям действий, сколько отдавать предпочтение восприятию энергий в пространстве. И чем больше клиент «разрешает» это ведущему, тем эффективнее могут быть его действия. Действовать из момента — это тоже форма любви.

Любовь клиента к самому себе можно активировать и укрепить посредством резонанса с любовью извне, благодаря чему его вибрация снова возрастает. Однако в конечном счете любовь, которую аккумулирует клиент, чтобы осуществить повышение частоты, не чья-то чужая, а всегда его собственная.

Так что мы, ведущие расстановок, гораздо важнее для успеха каждой расстановки, чем мы иногда думаем! Но одновременно и гораздо менее важны тоже. Ведь наша работа, и я в этом уверена, с любовью поддерживается множеством энергетических динамик, которых мы и представить себе не можем.

Однако важной нашей заслугой является наглядная демонстрация многомерности человеческого бытия и его связанности со множеством разных уровней. Таким образом, мы, расстановщики, расширяем понимание того, что такое

быть человеком и что означает целительное взаимодействие с помощью групп. И мы особым образом даем возможность широкому кругу людей на чувственном уровне узнать, что это значит — быть самому по себе и в то же время связанным с другими.

Надеюсь, что с помощью данной книги это будет получаться еще легче.

*Марион Локкерт.
Ганновер, декабрь 2017*