

## ВИЗУАЛИЗАЦИЯ СЕМЕЙНОЙ СИСТЕМЫ: МЕТОД Б. ХЕЛЛИНГЕРА В КОНТЕКСТЕ НАУЧНОЙ ПАРАДИГМЫ

**И. Л. Шелехов**

Томский государственный педагогический университет, Россия  
brief@sibmail.com

**Г. В. Белозёрова**

Томский государственный педагогический университет, Россия  
2ww2@rambler.ru

Через призму естественно-научных концепций анализируется метод системных семейных расстановок по Б. Хеллингеру. Впервые концепции Б. Хеллингера систематизированы и изложены в форме, принятой в академической науке. Выделен объект и предмет психологической коррекции, описан методологический базис метода, указаны использующиеся методы, целевая аудитория, показания и противопоказания к применению метода, оборудование и материалы, особенности проведения метода. Рассмотрена семья как системное образование, описаны психологические законы, действующие в семейных системах. Охарактеризованы трудности и факторы, ограничивающие применение метода. Освещены модификации метода. Приведено детализированное пошаговое описание классической схемы проведения системной семейной расстановки по Б. Хеллингеру. Предложен авторский взгляд на исследуемую проблематику. Подчеркивается значение метода Б. Хеллингера как уникального инструмента, позволяющего визуализировать структуры рода и семьи. В результате анализа литературных источников разработаны авторские графические изображения (схемы), наглядно иллюстрирующие семейную систему клиента, психологические законы семейных систем, последовательность этапов проведения расстановки семейной системы клиента. Материалы статьи дополняют существующие теоретические положения и анализ эмпирического опыта проведения классических системных семейных расстановок по Б. Хеллингеру.

**Ключевые слова:** психологический тренинг, методология, система, структура, элемент, Б. Хеллингер, семья, род, расстановка, визуальное восприятие, визуализация, системный подход, феноменологический подход.

## **VISUALIZATION OF THE FAMILY SYSTEM: B. HELLINGER'S METHOD IN THE CONTEXT OF A SCIENTIFIC PARADIGM**

**Igor Shelekhov**

Tomsk State Pedagogical University, Russia  
brief@sibmail.com

**Galina Belozerova**

Tomsk State Pedagogical University, Russia  
2ww2@rambler.ru

According to B. Hellinger, the method of family constellations is being analyzed through the prism of natural-science concepts. It was the first time B. Hellinger's concepts were systematized and represented and thereafter accepted by the academic science. The object and the subject of the psychological correction were selected, the methodological basis of the method was described, methods, target audience, indications and contraindications to the application of the method, equipment and materials, the peculiarities of the method were described. The family was analyzed in the function of systematic education, the psychological laws that are active in family systems were described. Difficulties and conditions that limit the use of the method were defined. The method's modifications were highlighted. There was given a detailed, step-by-step description of the classical systematic family constellation scheme introduced by B. Hellinger. The author's view on the issues under the investigation is also suggested. The importance of B. Hellinger's method as a unique tool of visualizing the structure of the genus and family is highlighted. Author's graphic images (charts) that vividly illustrate the family system of a client, the psychological laws of family systems, the sequence of phases of placement client's family system were designed as a result of the analysis of literary sources. Information that is given in the present article complements the existing theoretical principals and analysis of empirical experience of classical systematic family constellations suggested B. Hellinger. According to the data of the conducted research the following conclusions were made. The method of «Systematic family constellations» proposed by B. A. Hellinger is flexible and specific. High capacity correction of the method allows you to recommend it for use in practical psychology. Multiaspectual method of B. A. Hellinger is a unique instrument that helps to visualize the structure of the genus and the family, to demonstrate the differences between hierarchical, chaotic and harmonious family systems models. Method of systematic family constellations can provide psychological assistance in areas related to tribal, family and parent-children relationships. Constellations conducted within the B. A. Hellinger's method create conditions that are good for conflict resolutions, understanding and optimization of the life scenario, development of the personality. The psychological mechanism that ensures the effectiveness of the system of

family constellations is presented as expansion of human knowledge about its relationship with the world around him and the subsequent transformation of his own personality which results in the change of the objectively existing reality.

**Keywords:** psychological training, methodology, system, structure, element, B. Hellinger, family, genus, constellation, visual perception, visualization, systematic approach, phenomenological approach.

DOI 10.23951/2312-7899-2017-1-86-103

В настоящее время получил популярность и хорошо зарекомендовал себя краткосрочный психотерапевтический метод помогающей практики «Системные семейные расстановки», предложенный в начале 1980-х гг. немецким психотерапевтом – Б. А. Хеллингером (Bert Hellinger; род. 1925).

**Актуальность исследования.** В связи с широким распространением метода Б. А. Хеллингера представляется значимым и актуальным обобщить имеющийся эмпирический опыт и изложить его через призму методического и понятийного аппарата академической науки.

**Научная новизна и значимость исследования.** Развитие психологической науки предполагает создание, апробацию и внедрение в практику новых методов проведения психологической коррекции. Важным условием является придание инновационным разработкам научного характера.

Материалы исследования содержат анализ наследия современного европейского психотерапевта и методические рекомендации по проведению системных семейных расстановок по методу Б. А. Хеллингера.

К законам, действующим в семейных системах (по Б. А. Хеллингеру), авторами сформулированы три дополнительных теоретических положения.

**Практическая новизна и значимость исследования.** Для нужд психологической практики подготовлены методические рекомендации и структурированное описание классической методики проведения системных семейных расстановок по методу Б. А. Хеллингера.

Анализ работ Б. А. Хеллингера и описание предложенного им метода системных семейных расстановок представлено в форме, принятой в академической науке и методических рекомендациях психологической практики.

## **Пояснительная записка**

**Цель метода:** оптимизировать родовые, семейные и родителско-детские взаимоотношения.

**Задачи метода.** Метод позволяет клиенту и участникам решить следующие задачи:

1. Визуализировать структуру семейной системы клиента.
2. Понять особенности поведенческих реакций членов своего рода, семьи.
3. Выявить нарушения через работу участников группы в семейной системе клиента.
4. Психологически принять членов своего рода, семьи.
5. Устранить нарушения взаимоотношений в семейной системе клиента.
6. Осознать и оптимизировать сценарий жизни.
7. Разрешить внутрличностные конфликты.
8. Индуцировать развитие личности.
9. Оптимизировать структуру рода.

**Объект психологической коррекции:** родовые отношения.

**Предмет психологической коррекции:** взаимосвязь индивидуума с членами его семейной системы.

**Методологический базис метода системных семейных установок.** Метод Б. А. Хеллингера базируется на общих положениях теории систем [Берестнева и др. 2013; Шелехов, Берестнева 2013; Шелехов, Гребенникова 2015]. Рассмотрение семьи как системы позволяет выделить несколько наиболее важных её свойств:

1. Система семьи может рассматриваться как подсистема более крупной системы (суперсистемы) – рода.
2. Система семьи характеризуется эмерджентностью (системным эффектом) – наличием свойств, не сводимых к простому суммированию отдельных элементов.
3. Каждый элемент системы (член семьи) оказывает воздействие на всю систему (семью) и обратно.
4. Изменение в одной из подсистем семьи влияет на всю систему (семью) и на отдельные её элементы (членов семьи).
5. Система семьи стремится адаптироваться к изменяющимся параметрам внешней среды и достичь состояния устойчивого равновесия (гомеостаза).

Кроме того, метод базируется на двух фундаментальных теоретических положениях:

1. Системный подход – рассмотрение клиента и заявленной им темы для работы в контексте взаимосвязи «клиент – его семейная система».
2. Феноменологический подход – следование тому, что проявляется в расстановке без предварительных концепций и дальнейших интерпретаций.

Реализация феноменологического подхода в процессе проведения расстановки выражается:

- в сознательном отказе от социальных оценок и норм, регулирующих жизнь общества;
- отказе от логического анализа;
- отказе от дедуктивного и индуктивного методов мышления;
- готовности психолога к инсайту – мгновенному пониманию функционала всей системы и её динамики.

**Методы.** Использовался методический аппарат, включающий

- метод системной семейной расстановки (по Б. А. Хеллингеру);
- наблюдение;
- беседу;
- самоанализ;
- опрос.

**Целевая аудитория:** лица с нарушениями внутрисемейного и межличностного взаимодействия.

**Показания к применению метода.**

1. Внутрисемейные конфликты.
2. Нарушения родовых отношений.
3. Нарушения родительно-детских отношений.
4. Внутриличностные конфликты.
5. Девиантные формы материнского поведения.

**Противопоказания к применению метода.**

1. Биологический возраст ниже порога совершеннолетия.
2. Постановка и/или нахождение на психиатрическом и/или наркологическом учёте.

**Рекомендации к проведению метода.** Рекомендованное число участников: 12–16 человек. Общая продолжительность курса: 12–16 занятий, длительностью 90–180 минут.

Количество проведённых сеансов равно количеству членов группы, т. е. каждый участник один раз будет клиентом и 11–15 раз участвует в расстановке [Шелехов и др. 2014].

## Семья как системное образование

Системно-семейные расстановки (по Б. А. Хеллингеру) представляют собой групповую работу психолога по запросу клиента.

К семейной системе индивидуума относятся люди, связанные с ним отношениями кровного родства или значимыми межличностными отношениями, которые могли оказать влияние на важные этапы биографии членов семьи, сохранение жизни членов семьи или их гибель – «отношениями жизни и смерти». Не имеет значения, имеются ли у клиента сведения об этих людях или даже о самом факте их существования [Хеллингер 2003, Хеллингер 2007, Хеллингер 2009; Hellinger 2010, Hellinger 2015].

В процессе проведения расстановки не всегда возможно однозначно установить принадлежность индивидуума к семейной системе (например, суррогатная мать, приёмные родители, духовное братство, политический лидер, киноактёр, телезвезда и др.). В этом случае используется термин «клиентская система». В каждой расстановке состав клиентской системы зависит от конкретного запроса клиента.

Элементы семейной системы клиента представлены на рис. 1.

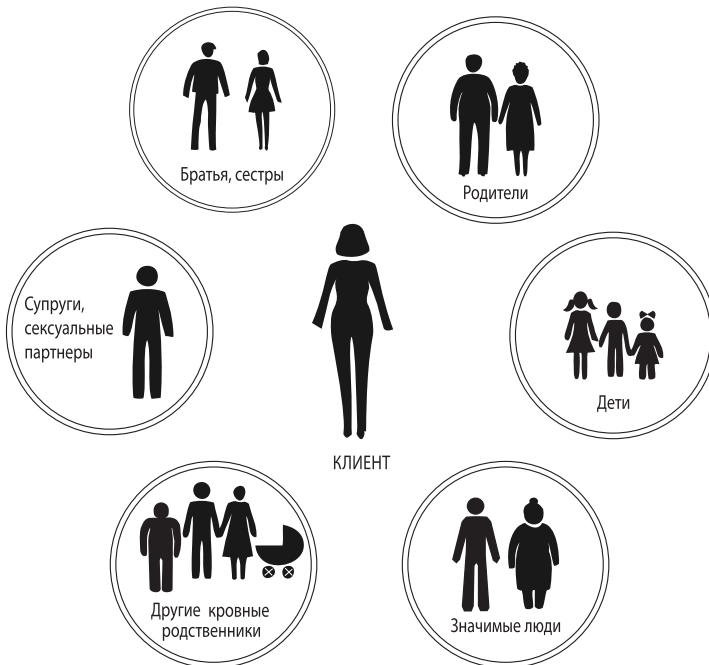


Рис. 1. Семейная система клиента (по Б. А. Хеллингеру)

Б. А. Хеллингер указывал, что в общем случае к семейной системе клиента относятся:

- биологические родители клиента (независимо от того, живы они или умерли, знал их клиент или не знал, был ли он зачат естественным путём или с применением технологии экстракорпорального оплодотворения);
- братья и сёстры клиента: родные и неполнородные; живые, умершие, нерождённые (прерванная беременность, роды незрелым плодом); известные клиенту или нет;
- сексуальные партнёры, супруги, независимо от длительности отношений и того, являлись ли отношения официально зарегистрированными: зачатие ребёнка соединяет его родителей в семейную систему независимо от характера отношений;
- дети клиента: рождённые, нерождённые, живые, умершие, усыновлённые или отданные на усыновление, известные клиенту или нет;
- другие кровные родственники: дяди и тёти, бабушки и дедушки, братья и сёстры бабушек и дедушек, прабабушки и прадедушки;
- люди, которые связаны с клиентом или другими членами его системы «отношениями жизни и смерти»: кто принимал участие в кризисных событиях жизни членов семьи, а также тот, кто спас жизнь или лишил жизни кого-то из членов семьи.

Обобщая критерии принадлежности к семейной системе, можно утверждать, что системообразующим фактором выступает феномен жизни. А в семейную систему входят лица, вовлечённые в процесс возникновения, сохранения, продолжения и завершения жизни.

Следует отметить, что при проведении расстановочных мероприятий возможно наблюдение событий из отдалённых исторических периодов как отрицательного характера (революции, войны, политические репрессии, стихийные бедствия), так и положительного (всесоюзные стройки, освоение целинных и залежных земель, олимпиады, чемпионаты, международные конкурсы).

Вышеуказанные правила отнесения к семейной системе не являются жёсткими и однозначными, они были выведены Б. А. Хеллингером и другими психологами-расстановщиками в процессе практической деятельности.

## Психологические законы, действующие в семейных системах

В процессе практической деятельности сформулированы действующие в семейных системах законы. Рассмотрим их.

1) *Закон принадлежности*. Каждый член семейной системы имеет право на принадлежность к ней. Ни один член семейной системы не может быть исключён. Судьба каждого исключённого позднее получит своё место в системе.

2) *Закон иерархии*. Порядок базируется на хронологической последовательности включения индивидуумов в систему. При этом члены системы высшего ранга имеют приоритет очерёдности перед членами с низшим рангом. Так же и ситуации, которые сложились в системе раньше, имеют преимущество перед более поздними.

В семейных системах доминирует обратный иерархический порядок. Новая семейная система имеет приоритет перед старой. Например, вступление в брак создаёт новую семейную систему для девушки, и эта система имеет приоритет перед родительской. Нарушение этого порядка (когда девушка остаётся в более сильной связи с родителями, чем с супругом и своими детьми) приводит к ослаблению и возможному распаду новой системы (её семьи).

3) *Закон равновесия*. Процесс обмена должен быть адекватно уравновешен. Если один член системы что-то даёт другому члену системы (либо отнимает), то принимающий должен соразмерно ответить тем же. Дисбаланс приводит к ослаблению или распаду взаимосвязей в этой части системы. Б. А. Хеллингер говорит об априорном «положительном уравновешивании», когда человек, получивший блага, оказывает ответные любезности, объём которых равен или несколько превышает принятое. При «отрицательном уравновешивании» недополученное может быть компенсировано ответственной стороной. В этом случае сохраняется возможность восстановления отношений [Хеллингер 2003, Хеллингер 2007; Hellinger 2010].

В процессе практической деятельности нами сформулированы ещё три закона (порядка), действующих в семейных системах.

4) *Закон основной функции*. Приоритетной целью систем рода и семьи является биологическое воспроизводство и сохранение жизни отдельных индивидуумов (элементов системы). Исходя из этого, приоритетной ценностью системы является жизнь. Понимание значимости жизни накладывает на каждого члена рода и семьи особую ответственность за своё поведение и образ жизни.



Лица, совершившие тяжёлые проступки (угроза лишения жизни, причастность к прерыванию жизни и т. п.), порицаются, осуждаются. Подвергшиеся остракизму ограничиваются в общении с родственниками, теряют поддержку и защиту рода, часто испытывают чувство обиды, одиночества и пустоты. Члены семьи пересматривают свои обязательства по отношению к исключённым.

5) *Закон непрерывного движения и трансформации.* Всё в системе находится в постоянном свободном движении. Прерывание этого движения, его блокировка посредством любого отрицания или исключения кого/чего-либо, приводит к появлению сбоя во взаимоотношениях членов семейной системы и в функционировании системы в целом.

6) *Закон свободы выбора.* Каждый член семейной системы имеет право осуществлять собственный выбор, быть собой, следовать своей судьбе. Нарушение этого порядка приводит к тому, что член системы, выполняя чьи-либо ожидания, вольно или невольно принимает и вынужденно проживает чужой сценарий жизни. При этом неизбежно возникают неловкость, отчуждение от самого себя, неясные ощущения «я не на своём месте».

Представленная последовательность законов отражает хронологический порядок их открытия. Нами предложена логическая последовательность иерархии законов семейных систем (рис. 2).

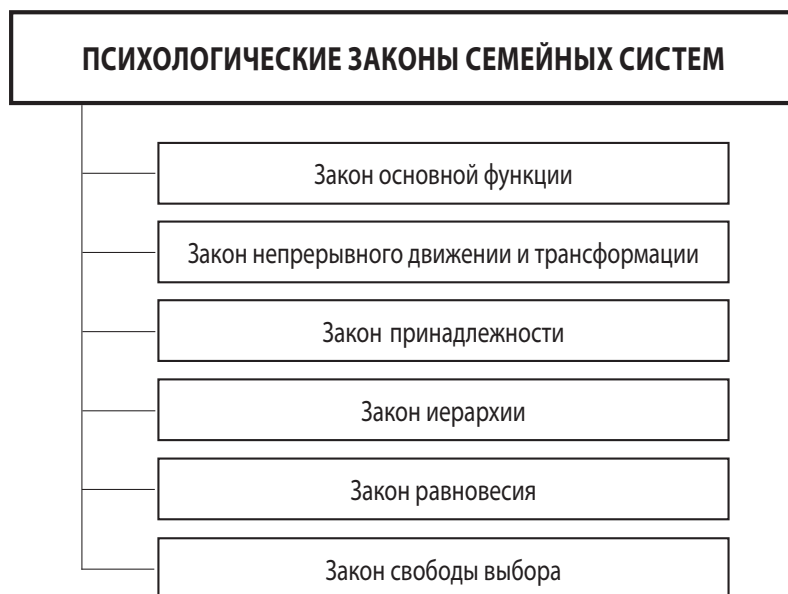


Рис. 2. Психологические законы семейных систем

Действие психологических законов семейных систем является неоднозначным, что ограничивает возможность проведения параллелей с правовыми нормами и законами естественно-научных дисциплин.

Соблюдение указанных закономерностей является необходимым условием гармонизации межличностных отношений в семье, сбалансированности семейной системы, её устойчивости.

Таким образом, расстановка выступает специфическим инструментом исследования некоего континуума, где жизнь идёт непрерывным потоком от родителей к детям и далее в свободном обмене между всеми членами семейной системы. Посредством расстановки психолог и клиент ищут заблокированный элемент, чтобы устранив его, найти гармоничное состояние системы.

### **Трудности применения метода**

Для раскрытия потенциала метода его следует применять с осторожностью. Практикующему психологу необходима высокая квалификация, предварительное обучение методу, самостоятельный опыт проведения расстановок. Особую трудность представляет реализация феноменологического подхода – в процессе расстановки предполагается сознательный отказ от принятых в социуме оценок, культурных и политических ориентиров, национальных традиций, правовых, моральных, религиозных, семейных и родительско-детских норм.

### **Факторы, ограничивающие применение метода**

Метод «системных семейных расстановок» является относительно новым, малоисследованным и быстроразвивающимся. При углублённом изучении и анализе метода можно выделить ряд факторов, ограничивающих его применение. Сгруппируем их по признаку определяющего критерия:

*методологический критерий*

- сходство со спиритическим сеансом;
- отсутствие жёстких причинно-следственных связей между запросом клиента, динамикой событий расстановки и её результатом;
- непредсказуемость результатов;
- неоднозначность результатов расстановок;
- отклонения от принятых естественно-научных концепций;

*критерий психологической и физической безопасности*

- опасность причинения вреда клиенту, его семье (возможное нарушение соматического и психического здоровья, дестабилизация семейных взаимоотношений);
- опасность причинения вреда заместителям (они выполняют роль медиумов, что может являться провоцирующим фактором развития реактивных состояний, субпсихотических и психотических психических расстройств, нарушения социальной адаптации);
- высокая степень риска получения клиентом психической травмы и необходимость последующего оказания профильной помощи для совладания с пост-расстановочными переживаниями;

*критерий информационной безопасности*

- группа получает доступ к конфиденциальной информации о клиенте и его семье, что в отдельных случаях может быть обращено против клиента (шантаж, дискредитация, остракизм);
- высокая степень риска получения доступа третьих лиц к конфиденциальной информации о событиях, представляющих личную, адвокатскую, врачебную, коммерческую, государственную тайну;

*критерий несоответствия правовым основам*

- во многих случаях отсутствие добровольного информированного согласия на проведение расстановочных мероприятий всех членов клиентской системы;
- деятельность по ведению расстановок не является лицензируемой;
- отсутствие в российской законодательной базе нормативных документов, определяющих квалификационные требования, которым должен отвечать сертифицированный расстановщик.

Вероятно, указанные недостатки метода обуславливают настороженное к нему отношение со стороны психологического и психотерапевтического сообщества.

## Модификация метода

Ниже описана классическая схема проведения расстановки. Вместе с тем, в процессе развития своей концепции, к 2010 г. Б. А. Хеллингером было предложено 5 принципиально различных подходов к ведению расстановок:

- классические порядковые расстановки (примерно до 1998 г.);
- «движения Души» (примерно до 2003 г.);
- «движения Духа» (до апреля 2008 г.);
- многоуровневые расстановки (до ноября 2008 г.);

– «мёртвые» расстановки (с декабря 2009 г.).

Кроме многообразия постановочных технологий расширилась и область их применения: созданы схемы бизнес-расстановок (анализ ситуаций, связанных с отношениями в трудовых коллективах, бизнесом), симптомные расстановки (лечение психосоматических заболеваний), социальные расстановки (анализ взаимоотношений политических партий и социальных групп).

### **Методические рекомендации**

Очевидно, что метод системных семейных расстановок обладает потенциалом к развитию и представляет практическую ценность, но требует некоторой доработки. Представляется целесообразным

- доработать метод через призму естественно-научных концепций;
- отделить психо-коррекционный потенциал метода от существующих вокруг него метафизических спекуляций;
- составить перечень используемых дефиниций и терминов, объединённых в глоссарий;
- разработать меры по обеспечению безопасности участников тренинга (расстановщика, клиента, заместителей, наблюдателей);
- разработать меры по защите конфиденциальной информации от доступа третьих лиц;
- создать этический кодекс расстановочной работы;
- информировать клиента о возможных последствиях системных расстановок;
- рекомендовать адаптацию метода к особенностям культуры, истории, национальным традициям России.

### **Оборудование и материалы**

1. Половое покрытие или ковёр.
2. Бейджи с пустыми вкладышами по числу участников и 5–6 авторучек.
3. Несколько крупных мягких игрушек (нужны для заполнения пустых мест в расстановке, когда ролей больше, чем участников).
4. Мультимедийная система (для погружения группы в трансовое состояние используется специальная музыка).
5. Компакт-диск с аудиокomпозициями (обычно это записи звуков природы или специальная музыка для медитаций).

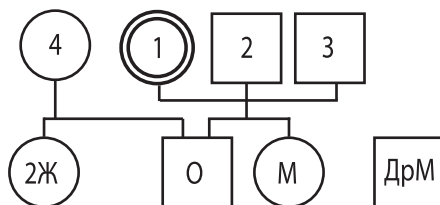
## Содержание тренинга (классическая схема проведения расстановки)

Организационный момент. Приветствие ведущего. Группа садится в круг. Ведущий напоминает правила поведения в тренинговой группе, участники по кругу называют (и заполняют бейджи) свои имена в той форме, в какой они хотят их слышать (возможно использование псевдонимов).

Психологическая подготовка к работе. Медитативная техника (15–20 минут). После выхода из трансового состояния участники тренинга по очереди кратко рассказывают о возникших образах, символах и сюжетах [Шелехов, Белозёрова 2016].

Выбор клиента. Ведущий предлагает кому-то из участников предъявить свою семейную проблему, над которой группа будет сегодня работать (в дальнейшем этого участника будем называть «клиентом»).

Сбор анамнеза. Клиенту предлагается рассказать о своей семейной системе, предках по материнской и отцовской линиям (рис. 3).



*Рис. 3. Иерархическая модель семейной системы клиента*

*Условные обозначения: О – отец клиента. М – мать клиента. 1, 2, 3, 4 – дети.*

*2Ж – вторая жена отца. ДрМ – друг матери клиента.*

*Примечание: кружками обозначены члены семейной системы женского пола, квадратами – члены семейной системы мужского пола. Клиент выделен двойной линией*

Особое внимание следует уделить тем членам рода, которые ярко проявили свои положительные или отрицательные индивидуальные особенности, оставили след в истории.

Формулировка запроса. После рассказа о своей семье клиент выражает запрос. Обязательным условием является представление запроса от первого лица. Запрещается просить советов для своих родственников, отсутствующих на расстановке.

Раздача ролей. Клиент проходит перед группой и раздаёт роли наиболее значимых членов своего рода (в том числе и свою). Важным условием является принятие участником предлагаемой роли. В каждом случае происходит примерный диалог:

– Ты больше не Галина, ты будешь моей прабабушкой Анной Никитичной.

– Да, я буду твоей прабабушкой Анной Никитичной.

При назначении желательно соблюдать соответствие биологического пола участника тренинга полу замещаемого члена семьи. Если участников тренинга меньше, чем ролей, то допускается назначение одного участника на две роли. Трансляция нескольких ролей, так называемое «многоуровневое замещение», предполагает попеременное вживание в образ. Пустые места в расстановке заполняются мягкими игрушками.

Начальная расстановка. Инструкция клиенту: «Постарайтесь как можно меньше ориентироваться на то, что Вы думаете о взаимоотношениях членов своего рода, а сконцентрируйтесь на том, как Вы интуитивно ощущаете расположение фигур».

Группа стоит в ряд с открытыми глазами, а клиент с закрытыми глазами заходит сзади и, положив руки на плечи участнику, медленно ведёт его по залу, управляя им. Таким образом делается расстановка всех участников (рис. 4).

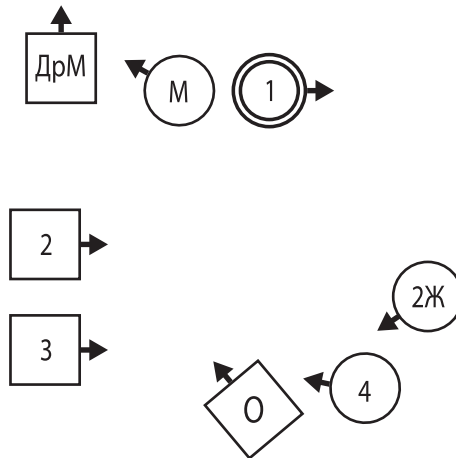


Рис. 4. Начальная (хаотичная) расстановка семейной системы клиента  
Условные обозначения: О – отец клиента. М – мать клиента. 1, 2, 3, 4 – дети.  
2Ж – вторая жена отца. ДрМ – друг матери клиента.

Примечание: кружками обозначены члены семейной системы женского пола,  
квадратиками – члены семейной системы мужского пола.  
Клиент выделен двойной линией. Стрелками указано направление взгляда

Фигуры располагаются в пространстве (так называемая «констелляция») без театрального выражения позой или мимикой их взаимоотношений. Заместители, образовавшие систему, должны

сохранять положение и ориентацию относительно друг друга на протяжении всей работы.

**Изображение проблемы.** Клиенту предлагается посмотреть на констелляцию и сказать, какие ассоциации вызывает сложившаяся расстановка. Предложенная клиентом метафора является символическим обозначением проблемы.

**Опрос заместителей.** Основой расстановочной техники является возникающее в этот момент заместительское восприятие, когда заместитель члена системы начинает чувствовать то, что чувствует (или чувствовал) его прототип. Это могут быть перенятые ощущения:

- соматические ощущения (боль в сердце, одышка, кашель, хромота, тремор, если реальный член системы имел указанные симптомы);
- эмоции и чувства (гнев, обида, радость, любовь);
- образы, символы, сюжеты (рождение детей, спасение, свадьба, измены, развод, убийство и др.).

Практически каждый человек может быть заместителем и воспринимать информацию о замещаемом прототипе. Одни люди более чувствительны, другие менее, хотя опыт заместительской практики развивает восприятие участников расстановок. В простейшем случае заместитель вживается в роль, выполняя функции наблюдателя, проводника и транслятора. Но заместительское восприятие возникает и при полном отсутствии сведений о замещаемом члене системы, как у самого заместителя, так и у клиента. Анализ фактов позволяет предположить наличие труднообъяснимого академической наукой феномена – возможности контакта заместителя с неопределённым внешним информационным источником.

После начальной расстановки фигур клиент и психолог опрашивают каждого занятого участника об их ощущениях и чувствах. Полученная информация позволяет составить представление о том, какая именно динамика (взаимоотношения, их история и потенциальное развитие) имеется в системе клиента в настоящее время и как она может быть связана с его запросом.

**Анализ системы.** Расставленные клиентом заместители образуют систему рода, имеющую своё пространственное выражение (констелляцию). В норме все члены системы должны чувствовать удовлетворение своим положением в констелляции. Иная расстановка выявляет дисбаланс в системе родовых отношений (наличие семейных и внутриличностных конфликтов, девиантного или делинквентного поведения кого-то из членов семьи).

Изменение положения фигур в пространстве. Расстановка корректируется с учётом высказанных каждым заместителем эмоций, чувств и ощущений от занимаемого места в структуре семейной системы. Процесс длится до тех пор, пока у всех занятых участников не возникнет субъективного ощущения «своего места», состояния ясности и гармонии (рис. 5).

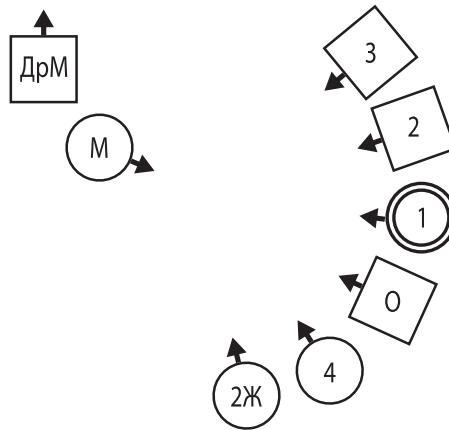


Рис. 5. Финальная (гармоничная) расстановка семейной системы клиента  
Условные обозначения: О – отец клиента. М – мать клиента. 1, 2, 3, 4 – дети.  
2Ж – вторая жена отца. ДрМ – друг матери клиента.  
Примечание: кружками обозначены члены семейной системы женского пола,  
квадратами – члены семейной системы мужского пола.  
Клиент выделен двойной линией. Стрелками указано направление взгляда

В процессе проведения расстановки ведущий не позволяет заместителям двигаться и вступать во взаимодействия. Б. А. Хеллингер говорил об этом: «Когда <...> терапевт предоставляет участников расстановки самим себе, они ведут себя так, словно заключили между собой тайный стовор, направленный на сохранение существующей проблемы» [Хеллингер 2003, 80]. Все перемещения осуществляет только психолог.

Восстановление системы. Поставленный клиентом запрос дезактуализируется. Достаточно часто проявляется скрытый смысл проблемной ситуации и приходит понимание пути разрешения. Однако положительный результат констатируют не во всех случаях. Но, как правило, прилагаемые усилия в этом направлении дают клиенту импульс к новому видению ситуации. Действие расстановки приводит к изменениям взаимоотношений членов семьи, даже без прямого контакта с ними. В литературе описаны факты, когда после проведённой расстановки отмечалось установление контакта



с потерянными родственниками, нахождение документов, получение новой информации о членах семьи.

Формирование положительных системно-семейных установок. Ведущий вводит клиента в трансовое состояние с целью снятия психологического напряжения, тревоги и закрепления достигнутых позитивных изменений. Текст, произносимый психологом, имеет примерно такое содержание: «Сейчас, когда ваш род расставлен, всем членам семьи легко и комфортно, закройте глаза, приятное тепло разливается по вашему телу... Вы занимаете своё место в структуре своего рода, своей семьи, почувствуйте, как сила и уверенность ваших предков передаётся вам. Поблагодарите их за поддержку и защиту. Сила вашего рода наполняет вас и передаётся дальше, к вашим детям...».

Снятие ролей. Группа строится в ряд, клиент проходит перед строем и снимает роли, а заместители их отдают. Пример:

- Ты больше не моя прабабушка Анна Никитична, а Галина.
- Да, теперь я не Анна Никитична, а Галина.

Если участник расстановки был назначен на две роли, то снимаются обе роли в порядке, обратном их назначению.

Завершение сеанса. Группа садится в круг, происходит краткое обсуждение, следуют комментарии психолога. Прощание.

Таким образом, метод системных семейных расстановок предполагает полиаспектную оценку достигнутых эффектов, где основными критериями выступают: изменение структуры семьи, личности, сценария жизни, социальных связей и адаптации клиента.

## Выводы

Метод помогающей практики «Системные семейные расстановки», предложенный Б. А. Хеллингером, обладает гибкостью и специфичностью. Высокий коррекционный потенциал метода позволяет рекомендовать его для применения в практической психологии.

Полиаспектный метод Б. А. Хеллингера является уникальным инструментом, позволяющим визуализировать структуру рода и семьи, наглядно продемонстрировать различия между иерархической, хаотичной и гармоничной моделями семейных систем.

Метод системных семейных расстановок позволяет оказывать психологическую помощь в областях, связанных с родовыми, семейными и родительно-детскими взаимоотношениями.

Расстановки, проводимые в рамках метода Б. А. Хеллингера, создают условия для разрешения внутриличностных конфликтов, осозна-

ния и оптимизации сценария жизни, обеспечения развития структуры личности.

Психологическим механизмом, обеспечивающим эффективность системных семейных расстановок, является расширение границ познания человека о его взаимосвязях с окружающим миром и последующая трансформация своей личности, а значит и изменение объективно существующей реальности.

## БИБЛИОГРАФИЯ

- Берестнева и др. 2013 – *Берестнева О. Г., Жаркова О. С., Шелехов И. Л.* Системный анализ и информационные технологии в задачах исследования гендерных и личностных особенностей современных женщин. Томск, 2013.
- Хеллингер 2003 – *Хеллингер Б. А.* Порядки любви: разрешение системно-семейных конфликтов и противоречий / Пер. с нем. И. И. Рац. Москва, 2003.
- Хеллингер 2007 – *Хеллингер Б. А.* Мы идём вперед. Курс для пар, находящихся в трудных ситуациях / Пер. А. Соколовой. Москва, 2007.
- Хеллингер 2009 – *Хеллингер Б. А.* Большой конфликт. Москва, 2009.
- Шелехов, Белозёрова 2016 – *Шелехов И. Л., Белозёрова Г. В.* Личностные аспекты адаптации в исследовании образов, символов, сюжетов сновидений. Томск, 2016.
- Шелехов, Берестнева 2013 – *Шелехов И. Л., Берестнева О. Г.* Репродуктивное здоровье женщины: психологические и социальные аспекты. Томск, 2013.
- Шелехов, Гребенникова 2015 – *Шелехов И. Л., Гребенникова Е. В.* Методологический подход к исследованию репродуктивного поведения женщины как системному структурно-уровневому феномену // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2015. № 9 (162). С. 89–95.
- Шелехов и др. 2014 – *Шелехов И. Л., Гребенникова Е. В., Иваничко П. В.* Методы активного социально-психологического обучения: Учебно-методический комплекс. Томск, 2014.
- Hellinger 2010 – *Hellinger B.* Ordnungen der Liebe: Überblick, wie die Liebe gelingt. Bayern, 2010.
- Hellinger 2015 – *Hellinger B.* Das Familienstellen im Dienst des Friedens: Eine Dokumentation zu Bert Hellingers 90. Geburtstag mit Dank an alle seine Freunde (German Edition). Bayern, 2015.

*Материал поступил в редакцию 20.01.2017*