**Эми Минделл**

# Альтернатива терапии

### Творческий курс лекций по процессуальной работе

В этом весьма необычном руководстве рассматриваются новаторские идеи и практические методы процессуально-ориентированной психологии (процессуальной работы), многие из которых еще никогда не становились достоянием широкой общественности. Цели процессуальной работы связаны не с традиционной психотерапевтической теорией, а с уникальной мудростью и путем процесса, или самой природы. Каждая из 32-х глав представляет собой «занятие», в котором выдвигается на первый план и всесторонне исследуется один из принципов, что позволяет автору представлять строго организованный материал в шутливой форме, которая одновременно привлекательна и полезна помощникам и терапевтам многих различных ориентаций.

## Содержание

|  |  |
| --- | --- |
| От автора |  |
| Предисловие Арни Минделла |  |
| Введение |  |
| **I. Нахождение скрытых структур путем создания Карты Приема Информации** |  |
| 1. Процессуально ориентированный разбор случаев из практики |  |
| 2. Создание карты приема информации |  |
| 3. Пример Уолдо |  |
| 4. Развертывание карты приема |  |
| 5. «Структура» реки |  |
| 6. Словесные утверждения и настроения |  |
| 7. Загадочная структура поведения |  |
| 8. Это Большое Заигрывание |  |
| 9. Призраки и голограммы |  |
| 10. Символическое мышление |  |
| 11. Голографический итог |  |
| **II. Введение в методы работы с людьми** |  |
| 12. Основные методы |  |
| 13. Тонкие преобразования |  |
| 14. Как процесс создает терапию |  |
| **III. Более эффективные подходы** |  |
| 15. Тонкие состояния сознания |  |
| 16. Примеры тонких состояний |  |
| 17. Карты сновидения |  |
| 18. Насновидение |  |
| 19. Дискомфорт и медитация |  |
| 20. Внутренняя сила и мудрость |  |
| 21. Как процессы идут рука об руку |  |
| 22. Непрерывное осознание |  |
| 23. Атмосферы и рамки |  |
| 24. Магические принципы и творчество |  |
| 25. Кто ваш босс? |  |
| **IV. Работа с ситуациями отношений** |  |
| 26. Терапевтическая работа с отношениями |  |
| 27. Транс-фер |  |
| 28. Замечания об этике и осознании |  |
| **V. Психология терапевта** |  |
| 29. Работа над собой |  |
| 30. Феникс в неудаче |  |
| 31. Стиль терапевта |  |
| 32. Старейшинство и самые главные вопросы |  |
| Библиография |  |

### Предисловие Арни Минделла

Кажется, в воздухе всегда витает нечто земное и нечто волнующее и необычайное. Я всегда чувствовал, что каждый момент одиночества наедине с собой, каждый момент отношений, каждый момент в группе драгоценен. Я бываю счастливее всего, когда соприкасаюсь с этим ощущением драгоценности. Для меня, это счастье составляет основу работы с самим собой и другими; это глубинная предпосылка психотерапевтической деятельности.

Новичку кажется, что есть так много того, что можно узнавать, того, что можно делать, того, что мы не можем делать и того, что мы хотим делать. Учитель в начале чувствует себя обязанным объяснять подробности разных вещей. Но по мере накопления опыта вы осознаете, что делать нечего. В жизни происходит так много всего, что никогда от вас не зависело. После борьбы со стремлением «делать» вещи, вы соскальзываете в сферу «недеяния». Духовный человек мог бы описать это недеяние как «служение». В известном смысле, терапия – это форма служения.

Итак, мы начинаем учиться обычной терапии, изучая людей и то, что известно в психологии, медицине, науке и шаманизме. Мы изучаем людей, чтобы работать с ними. Мы учимся, тренируемся и советуемся с наставниками. Все это имеет решающее значение. Однако то, что в действительности происходит, когда вы «работаете» с кем-либо, непредсказуемо. Вы можете пытаться объяснять работу друг с другом с точки зрения паттернов и значений вещей. Но эти объяснения не определяют того, что в действительности происходит в ходе работы.

На свете никогда не будет единственного способа определения терапии или ее альтернативы, подходящего для всех терапевтов. Однако, мы должны пытаться. Для меня процессуальная работа представляет собой некое сочетание использования своего сознательного ума, внимательного наблюдения, следования видимым сигналам, а также открытости к волшебству момента. Для этого необходимо ясное осознание тончайших вещей, которые происходят внутри и вокруг вас. Этот вид осознания очень отличается от само-программирования, от указания себе, что делать. Программы могут быть полезны, но целительный аспект работы с кем-либо, в конечном счете, состоит в пребывании в контакте с удивительностью неизвестного, с непредсказуемой природой процесса, в уважении к моменту и к святости многочисленных размерностей отношения.

Новая книга Эми «Альтернатива терапии» посвящена именно волшебству момента, которое она, в собственной творческой манере описывает с помощью сказочных персонажей. Мне очень нравится эта книга, поскольку ее учителя летают в воздухе, объясняя свое волшебство. Я помню ее самые первые семинары по терапевтической работе, называвшиеся «Магические вмешательства». Магия, которую она описывает – это преданное служение процессу, Дао, как оно возникает, объясняет и интерпретирует само себя, создавая новые вопросы, и, в конечном счете, отвечая на них.

Я желаю читателю приятного путешествия вслед за сказочными учителями Эми в терапию и за ее пределы. Наслаждайтесь путешествием, но не забывайте прагматические, конкретные резюме в начале каждой главы, в которых Эми суммирует важнейшие моменты, описывающие суть вмешательств. Можно сказать, что эти идеи подобны пальцам, указывающим на луну. Пальцы показывают нам, где находится луна, где должно быть то нечто, которое влияет на нас своим притяжением и светом, но, в конечном счете, почти недостижимо. Как говорят нам в предпоследней главе двое из магических учителей Эми – Дона Карлетта и Мадам Фламбе – в конечном счете, необходимо понять, что заключительное упражнение в обучении – это танец, движение, следование ритму вещей.

Арни Минделл,

Йахатс, Орегон

## Введение

Я думала, что эта книга – про терапию и про то, как стать более хорошим терапевтом. Но в ходе ее написания я поняла, что это не так. Она про то, как следовать Дао (древний китайский термин, означающий «путь природы»), когда вы работаете с другим человеком и помогаете ему. Метод, о котором я буду рассказывать, называется «процессуальной работой» и был создан моим партнером и мужем Арни Минделлом.

В словаре Вебстера термин «терапевтический» определяется как (а) «служащий для лечения или исцеления, лечебный» и (б) «служащий для сохранения здоровья». «Психотерапия» определяется как «лечение умственного расстройства любым из различных способов, связанных с общением между подготовленным специалистом и пациентом, включая консультирование, психоанализ и т.д.».

Эти определения подразумевают, что нечто *неправильно*, и что это затруднение можно лечить или исцелять. Значит терапевт – это целитель, помогающий другому человеку в достижении «здорового» состояния – то есть, здорового в соответствии с тем, как это определяется в той или иной конкретной культуре. В зависимости от подготовки, терапевт может использовать разнообразные методы – от поведенческих до духовных подходов и от когнитивной до глубинной психологии.

Я не рассматриваю процессуальную работу ни как специфически терапевтическую, ни как психотерапию как таковую, не смотря на то, что она может быть исцеляющей в более широком смысле. По существу, у специалиста по процессуальной работе другая ориентация. Хотя он уважает желание клиента получить лечение и исцеление и прилагает все силы, чтобы достичь этой цели, однако в большей степени сосредоточивается на том, что возникает в данный момент и том, как следовать его уникальному течению. Он не знает, что, в конечном счете, правильно или неправильно для отдельного человека, пары или группы. Вместо этого, он обращает внимание на поток опыта и обнаруживает его внутреннюю мудрость. Хотя он ценит и уважает преходящие культурные идеи о здоровье, болезни и смерти, но, в конечном счете, делает больший акцент на удивительной тайне событий и том, как они развертываются. В известном смысле, его подлинный руководитель – природа.

Пожалуйста, заметьте, что хотя такие термины, как «терапия», «терапевт», «клиент», «случай» и «перенос» относятся к более старой парадигме, я использую их, поскольку их легко понимать на данном этапе, и я не нашла более подходящих слов. Однако, у меня новая точка зрения на все эти термины, и в будущих книгах они, несомненно, будут меняться, отражая эволюцию нашей работы.

Процессуальная работа включает в себя медицинскую и терапевтическую парадигму, но выходит за ее пределы и задается вопросами: «Что происходит? Что развертывается в этот момент?». Порой кажется, что сосредоточиваясь на осознании потока опыта, специалист по процессуальной работе движется в направлении, противоположном тому, что диктуется здравым смыслом. Он обнаруживает, что опыт, который так сильно выводит из равновесия наш сознательный ум, в действительности несет в себе семя потенциальной мудрости и творчества. Иными словами, разрешение проблемы заключено в ней самой. Жизнь полна необычайных и зачастую скрытых потенциальных возможностей.

Сформулированная Арни концепция процессуальной работы рождалась из юнгианской ориентации, в которой сновидения рассматриваются как значимые события. Затем Арни расширил эту телеологическую концепцию, включив в нее такие области, как работа с телом и движением, работа с отношениями и группами, а также околосмертные и коматозные состояния. Для специалиста по процессуальной работе, переживания в равной мере возникают как из привычного нам повседневного мира, так и из «невидимых» влияний природы. Эта смесь порождает непостижимые события, через которые мы проходим изо дня в день.

Философская и практическая родословная процессуальной работы включает в себя и других предшественников, искавших паттерны и мудрость природы и старавшихся понять, как эти паттерны влияют на нашу повседневную жизнь и выражаются в ней. К некоторым из их методов относятся древние шаманские практики, алхимия, мистицизм, восточные духовные практики, основанные на медитации и осознанной внимательности, а также верования аборигенов в «Сновидение». В известном смысле, «семейное древо» процессуальной работы включает в себя всех индивидов, целителей и терапевтов, обращающих свои взгляды на таинственное Дао.

Я бы обманывала саму себя, если бы утверждала, что не стремлюсь быть терапевтом или целителем. У меня свое рода врожденное побуждение облегчать страдание, привносить сострадание в жизнь людей и вносить свой посильный вклад в старания улучшить жизнь человечества. На самом деле, я пережила много бессонных и расстроенных ночей, когда не была способна заставить это улучшение происходить!

Так что же мне делать с этой склонностью хотеть исцелять? Будь я подлинным специалистом по процессуальной работе, в роли какового я иногда выступаю, я бы использовала свое осознание, чтобы замечать эту тенденцию и почитать ее как один из преходящих ликов Дао. Точно так же, когда кто-либо обращается за «терапией», я бы знала, что эта просьба – важный аспект Дао, и прилагала бы все усилия, чтобы ему следовать. В то же время, если бы мне повезло обрести более широкое воззрение, я бы замечала и спонтанные послания природы о том, что делать. Я бы тотчас же освобождалась от *знания* того, что правильно, или *потребности* что-либо делать, и вместо этого училась следовать тому, что развертывается само собой. Я бы спрашивала: «Что пытается происходить?», а не «Что мне следует делать?». Я бы знала, что процессы нашей жизни определяю не я, а вся природа и наши взаимодействия с ней. Тогда я была бы способна сплетать эти прозрения воедино, чтобы обращаться к сознательным заботам моего клиента.

### В лодке: процесс сновидения

Когда вы в своей процессуальной работе следуете Дао, это подобно тому, будто вы плывете по реке на лодке вместе со своим клиентом. Или, возможно, вы оба плывете в собственных лодках рядом друг с другом, стараясь двигаться с потоком. Сама река – это уникальная смесь процессов клиента и терапевта и мгновенное выражение Дао, развер­тыва­ния событий. У каждого из вас может быть идея о том, куда вы направляетесь, но вы оба также должны приспосабливаться к преходящему течению потока воды, непостижимому пути природы.

В этом плавании по реке меня больше всего увлекает то, что с виду хаотическое движение потока воды содержит в себе скрытый план, паттерн, лежащий в основе нашего повседневного опыта. В процессуальной работе этот паттерн называется *процессом сновидения*. Мы переживаем этот процесс сновидения, выражающий себя через различные каналы – такие как наш опыт во взаимоотношениях, телесные симптомы, которые у нас развиваются, а также наши ночные сновидения и дневные фантазии. Хотя процесс сновидения содержит в себе общую схему событий, то, что лежит в основе его выражения от момента к моменту, в высшей степени загадочно.

Чтобы следовать процессу сновидения, нам необходима и научная, и духовная установка: нам нужна проницательность ученого, тщательно использующего свое осознание, чтобы отслеживать паттерны и сигналы в самом себе и другом человеке, а также непредвзятость шамана, который может входить в процесс сновидения и следовать ему, не обязательно зная направление его движения.

Я не столь наивна, чтобы думать, что это представление о жизни легко постичь, или что читатель его с готовностью примет. И все же, как любит говорить Арни, мы все становимся даосами – либо в начале жизни, под влиянием жизненных переживаний, либо, безусловно, в ее конце, когда смерть учит нас освобождаться. И лечебная и Даосская парадигмы необходимы и относительны; ни одна из них не абсолютна. Они обе – важные и взаимодополняющие аспекты нашего человеческого опыта.

### Об этой книге

Я писала эту книгу, чтобы поделиться фундаментальными и тонкими открытиями, которые выросли из моих исследований процессуальной работы за прошедшие двадцать лет и помогают осветить некоторые из ключевых принципов процессуально-ориенти­ро­ван­ных методов следования процессу сновидения. Меня постоянно привлекает открытие «Дао, еще не выраженного словами» – основных принципов, лежащих в основе процессуальной работы, но пока еще не получивших словесного выражения. Кроме того, эта книга представляет собой практическое руководство и своего рода учебное пособие, в котором читатель посредством многочисленных упражнений может исследовать свои собственные психологию и обучение. Многие упражнения можно делать в одиночку; другие требуют помощи друга или коллеги. Я писала эту книгу еще и потому, что в ситуации каждого клиента я вижу свою собственную борьбу и свои растущие барьеры, свои ограничения, свои страхи и надежды, свои сновидения. Вдобавок, я вижу свое отражение в каждом из терапевтов, старающихся обретать большее осознание течения природы и приспосабливаться к нему. Я надеюсь, что эта книга поможет вам в вашем подходе к жизни и в вашей работе с другими.

Я сосредоточиваюсь на специальном обучении и учениях, вдохновляемых наблюдением конкретных случаев работы с индивидуальными клиентами. Я ограничила свою тематику, чтобы обуздать побуждение охватить все, для чего потребовалось бы много жизней и много страниц. Однако, мой ум не раз выходил из повиновения, когда я старалась сосредоточиваться на материале индивидуальной работы, поскольку процессуальная работа многомерна, и индивидуальная работа часто пересекается с работой над отношениями и групповым процессом.

Эта книга касается, в основном, действительных проблем в терапии, реальных затруднений, с которыми сталкиваются терапевты – не теоретических вещей, которым их учили, а проблем, реально возникающих в практике. Эта книга сосредоточивается, в первую очередь, на примерах *терапевтических вмешательств* в долгосрочных и краткосрочных случаях, а не на долговременных случаях как таковых. Однако, краткосрочные проблемы рассматриваются с точки зрения вечной самости, как она проявляется в сновидениях, сигналах и переживаниях. Кроме того, я сосредоточиваюсь, в основном, на процессуальной работе, а не на ее отношении и взаимосвязях с другими важными школами терапии, в частности, юнгианской и гештальтпсихологией. В будущем это могут сделать другие авторы.

Ситуации клиент-терапевт, которые я описываю, представляют собой выдуманные примеры, которые я извлекла из изучения сотен терапевтических случаев. По существу, для того, чтобы защитить конкретных людей, я создала из них *типичные* ситуации, которые изображают не людей, а вымышленные обобщенные примеры клиента и терапевта. Ничто в этой книге не относится к действительному клиенту или терапевту. Я предлагаю анализы и практические навыки, которым можно учиться на этих примерах, а также теоретические построения, помогающие пониманию и прослеживанию данных процессов.

Поначалу я писала эту книгу как пособие для обучающихся процессуальной работе. За тем я поняла, что в действительности ее тематика гораздо шире: она дает любому читателю некоторое представление о процессуально-ориентированном подходе к пониманию людей и работе с ними, равно как и введение в глубочайшие вопросы о жизни и смерти. Любой терапевт, разделяющий даосские принципы и чувства в своей жизни или включающий их в свою работу, получит пользу от этих методов, которые легко приспособить к индивидуальным стилям терапии. Однако, полезность этих методов, в том числе, тех, что касаются вопросов прикосновения и отношений, зависит и от конкретной терапевтической ориентации и системы, в рамках которой работает данный терапевт.

Моя задача в этой книге – побуждать всякого продолжать думать о людях, которые работают вместе, стараясь помогать друг другу расти. Я сосредоточиваюсь на процессуальной работе, хотя в глубине души представляю себе изменения во всех видах терапии. В этой книге я предлагаю не факты или строгие процедуры – я не хочу, чтобы эту книгу использовали в качестве программы для подготовки или стандарта, к которому следует принуждать людей. Вместо этого, я стремлюсь стимулировать творческое воображение. Теории меняются, идеи эволюционируют. Принципы, с которыми я сталкивалась, кажутся неизменными, но термины, используемые для их описания, зависят от конкретного периода времени и моего личного роста и ограничены им. Следовательно, это – неоконченная работа; она будет продолжаться в будущие годы. Недавно мне приснилось, что я беременна и вот-вот должна родить, хотя ребенку было еще очень рано появляться на свет. Поэтому я решила, что этой книге пора появиться в ее теперешней форме.

Книга подразделяется на пять частей, основывающихся на последовательности сеансов разбора случаев работы с клиентами. Часть I посвящена приему информации от клиента и ее краткому обзору. Здесь мы исследуем, какие виды информации о конкретной ситуации клиент-терапевт полезно собирать, и создаем карту для отображения информации с тем, чтобы мы могли открывать скрытую в ней структуру. В последующих главах Части I разъясняются специфические аспекты этой карты.

Части II – IV посвящены методам взаимодействия с клиентом и установления связи с течением его или ее процесса. Часть II касается основных подходов. В Части III исследуются более продвинутые подходы, относящиеся к таким областям, как работа со сновидениями, задание темпа, прослеживание собственных чувств, и приспособление вмешательства к состоянию сознания человека. В этой части мы видим многие тонкости работы и понимаем, что даже лучший метод, применяемый в неправильное время, с неправильным чувством или без адаптации к состоянию сознания человека, работает не слишком эффективно. Часть IV конкретно сосредоточивается на пересечении между процессами клиента и терапевта.

В части V мы переносим внимание на психологию терапевта, исследуя то, как на терапевта воздействуют его работа, его собственное развитие, его боязнь неудачи, его личный миф и стиль терапии и его потенциал развития в старца и даоса. Глава 32 обращается к Большим Вопросам: Какова наша цель? Куда мы идем? Что такое старец?

Мне посчастливилось проверять все идеи, содержащиеся в этой книге, на занятиях, которые я с 1985 года проводила в центрах процессуальной работы в Портленде, Орегон и в Цюрихе, в Швейцарии. Кроме того, мы с Арни проводили совместные занятия по разбору случаев во многих местах по всему миру и с самыми разнообразными терапевтами из различных культур. Наша работа в странах, где мы не знали местного языка, помогала нам понимать межкультурные применения процессуально-ориентированной терапевтической работы. Даже если мы не всегда могли понимать словесное содержание, мы были способны проводить работу, наблюдая телесные движения человека и его реакцию на наши предложения.

Читателя может удивить или даже шокировать сказочный тон этой книги. В некоторых случаях ситуации будут выглядеть удивительными, странными или шокирующими. Но это, в основном, обусловлено тем, что ради краткости и общности, я решала не создавать полный контекст. Я также не могла избежать одного из своих любимых развлечений – придумывания историй и забавных персонажей для собственного удовольствия. После попытки писать в традиционно научном стиле, я начинала представлять себе сказочные персонажи, которые поясняли бы понятия лучше, чем я сама – ясным и увлекательным образом. Книга начинала обретать свою собственную жизнь, полную фантастических персонажей, у которых есть свое мнение и есть, что рассказать; порой они представляют информацию в беспечной и юмористической манере. Даже Арни (или мои проекции на него) выступает как «Орел», основатель Процессуальной Работы, а также временами говорит от имени многих других персонажей. В большинстве персонажей на протяжении всей книги проявляются мои собственные аспекты. Господи помоги мне, это – не стандартный текст!

У меня было много внутренних споров и сомнений в отношении этого стиля письма. Одной части меня (назовем ее стороной А) казалось, что подобный юмор – это кощунство, что терапия представляет собой серьезное и зачастую болезненное дело, и что в такой глубокой области нет места этой манере письма. Она заявляла, что все эти безумные персонажи делают всю мою работу не вызывающей доверия и несерьезной.

Другая часть меня (сторона Б) полагала, что этот метод – наиболее ясный и всесторонний способ подачи материала. Сторона Б также настаивала, что обучение может быть веселым и захватывающим, и что даже наши клиенты не всегда хотят, чтобы их считали беднягами, лишенными чувства юмора или радости в жизни. Она заявляла, что процессуально-ориентированная работа и жизнь в целом полны сновидения и творчества, и потому для них есть место и в писательстве и обучении. Кроме того, ситуации можно рассматривать как короткие сказки о терапии.

Сторону А беспокоило, что люди будут узнавать недостаточно. Сторона Б отвечала, что в книге есть много фактов и популярного материала, обеспечивающих ей прочное основание. На самом деле, продолжала сторона Б, беззаботная манера письма позволяет легче включать в текст более конкретную информацию и практические методы. Сторона А говорила, что было бы хорошо, если бы в книге было достаточно строгости и обучения, и потому позволяла мне продолжать писать. По существу, книга представляет собой смесь этих двух взаимодополняющих подходов.

Я надеюсь, что читателям понравятся эта книга и воображаемые персонажи, играющие в ней роли учителей. Некоторые из этих учителей попадают в по-настоящему жесткие состояния, но не воспринимают их слишком серьезно. Даже хотя временами они становятся догматичными, и их учения порой кажутся в большей степени ориентированными на «состояние», нежели на «процесс», подлинная суть процессуальной работы состоит в способности ощущать поток событий и постоянно приспосабливать наши методы и чувства к изменениям Дао. Поэтому, сперва я хочу поблагодарить Дону Карлетту, Рино, Мэри и всех остальных. Без вас я бы никогда не узнала, что Дао и некоторые из его принципов допускают словесное выражение, хотя тайна по-прежнему остается.

Всего за несколько дней до завершения этой книги мне приснилось, что позади книги стоят три высоких, покрытых снегом горных пика. Для меня эти пики представляют самые основные принципы природы, глубинные принципы, стоящие за всеми мыслями и деталями данной работы.

## Часть I

## Нахождение скрытых структур путем создания Карты Приема Информации

## Глава 1

## Процессуально ориентированная работа с клиентами

В течение последних двадцати лет я была вынуждена искать некоторые из невидимых принципов, которые лежат в основе процессуально-ориентированной психологии, или процессуальной работы, как ее называют в Соединенных Штатах. Процессуальная работа – это путь, который я как женщина и терапевт выбрала и на личном, и на профессиональном уровне. Она составляет ядро моего подхода к работе, которую я провожу с другими людьми, и это духовная практика, направляющая мое личное мировоззрение и мое путешествие по жизни.

Моя книга «Метанавыки»[[1]](#footnote-1)\* начиналась как поиск эмоциональных установок, воспитывающих практические навыки процессуальной работы. В то время меня преследовало интуитивное ощущение существования чего-то большего, чем очевидные умения, что оживляет процессуальную работу, что дает возможность брать за образец ее даосскую философию и воплощать ее в жизнь, работая с другими людьми. Моя следующая книга «Кома: целительное путешествие» родилась из желания пролить свет на личные и практические навыки, необходимые для работы с людьми в коматозных состояниях, которых мы с Арни наблюдали и сопровождали в течение длительного времени. И я постоянно жаждала большего знания и осознания своей практики в качестве процессуально-ориенти­рован­ного терапевта.

Сегодня меня очаровывают ключевые принципы и тонкие методы, которые я открыла, изучая сеансы разбора случаев работы с клиентами; то есть, представления терапевтами своей работы с клиентами и последующих отзывов супервизоров. Исторически, сеансы такого типа получили название “*case control”* или “*case supervision”* (наблюдение или контроль работы терапевта с клиентом)[[2]](#footnote-2)\*\*, в зависимости от страны и школы терапии. Недавно Арни назвал эти сеансы «кристаллизацией процесса», тем самым выражая идею, что такое наблюдение включает в себя открытие кристаллоподобной структуры, уникального паттерна, существующего в любом отдельном взаимодействии клиент-терапевт и связывающего воедино его различные детали. Кроме того, изменение названия отражает потребность в обновлении термина “*case*”, который многие могут воспринимать как унизительный.[[3]](#footnote-3)\*\*\* Я до сих пор не нашла более подходящего слова и потому использую в этом тексте термин “*case*”, а также “*case control”* и “*case supervision”*, в надежде, что читатель поймет – я ищу более благородные и подходящие термины.1

В особенности меня вдохновляли сеансы разбора случаев, которые Арни проводил в течение последних двадцати лет во многих странах по всему миру, и в которых нередко принимали участие от тридцати до ста терапевтов. На этих сеансах всегда царила стимулирующая атмосфера, где все говорили одновременно, вместе думали, вместе медитировали, разыгрывали те или иные вещи, и где в центре внимания всегда было развитие терапевта и восприятие клиента в качестве части этого терапевта.

На этих сеансах я начинала понимать, как важно развивать большую тонкость в моей работе. Широкий спектр клиентов, о работе с которыми шла речь, и уникальность каждой ситуации клиент-терапевт требовали гораздо большего усовершенствования моих методов и моего понимания себя как терапевта.2 Начав изучать эти тонкости, я выявила ряд ключевых принципов, лежащих в основе работы. В «Альтернативе терапии» я пытаюсь разъяснять эти принципы. Выдуманные типичные примеры, которые я создала в данной книге, были извлечены из этих исследований.

### Работа по разбору случаев и процесс сновидения

В сегодняшних школах психотерапии существует много разных подходов к разбору и контролю случаев работы с клиентами. Хотя эта книга и не о контроле случаев как таковом, мне представляется, что для понимания происхождения основных принципов, о которых я в ней рассказываю, полезно взглянуть на эволюцию нашего процессуально-ориентированного подхода к разбору случаев.

Когда Арни в конце 1970-х гг. впервые начал проводить занятия по разбору случаев, будучи обучающим аналитиком в Институте Юнга в Цюрихе, каждого терапевта, которому предстояло описывать ситуацию своей работы с клиентом, сперва просили представить информацию в письменном виде. Затем, на занятии терапевт читал эти записи, а Арни и другие члены группы высказывали свое мнение, чтобы помочь терапевту достичь большего понимания.

Со временем, акцент Арни несколько менялся. Хотя прием информации от клиента («содержание») оставался важным, Арни начал сосредоточивать основное внимание и на выявлении подробностей («процесса») взаимодействия клиента и терапевта. Арни мог просить терапевта «разыгрывать» типичные взаимодействия с клиентом. Это поведенческое разыгрывание нередко открывало новые, *живые* части информации о ситуации, которые до этого ускользали от внимания.

Добавляя к «картине» эту поведенческую информацию, Арни показывал, что можно связывать представление клиентом словесной информации и его сновидений и ситуаций отношений с текущим коммуникационным обменом между ним и терапевтом. Вместо того, чтобы *строить предположения* о сновидении или содержании прошлых переживаний клиента, можно было с помощью чувственных сигналов, наподобие тона голоса, жестов, позы и ритма речи открывать, как эта информация возникает *в текущий момент*. Арни часто говорил, что никогда не бывает уверен в своей интерпретации сновидения или в понимании той или иной ситуации терапии, не имея возможности видеть, как сновидение проявляется в текущий момент. Это направление внимания создавало живую и стимулирующую ситуацию обучения.

Обращение Арни к сбору поведенческой информации о клиентах основывалось на его открытии *Сновидящего тела* – зеркала, существующего между телесными переживаниями и образами сновидения. Он обнаружил, что сновидения случаются не только ночью, когда мы спим, но и проявляются в течение дня в наших спонтанных движениях, телесных ощущениях, в наших проблемах взаимоотношений и взаимодействиях с внешним миром. *Процесс сновидения* проявляется в любое время, опровергая представление о том, что представляют собой «материя» и «психика». Вместо того, чтобы полагаться исключительно на ночные сновидения или на словесную информацию, Арни начал наблюдать течение процесса сновидения и его проявления через различные чувственные каналы (слух, зрение, ощущение, движение и отношение).

Модель процессуальной работы имеет тройную основу, характеризующуюся научной и эмпирической, равно как и глубоко мистической природой. Практикующие процессуальную работу сосредоточиваются на сигналах, которые можно видеть и измерять, в то же время, зная, что они исходят от глубинного и невидимого процесса сновидения. Подобно «Несказанному Дао», этот процесс сновидения представляет собой источник всего сущего. Мы не можем видеть его непосредственно, но замечаем его отзвуки в его проявлениях в нашей повседневной жизни. По существу, процессуальная работа – это феноменологический поход, делающий акцент на восприятии потока событий и уважительном отношении к нему, а также на убеждении, что даже самая трудная проблема содержит в себе зародыш ее решения. Следовательно, терапевт действует как помощник осознания, который замечает, что происходит, содействует осознанию клиента и старается как можно лучше следовать природе.

Благодаря акценту на теории сигналов и каналов, в процессуальной работе используется набор нейтральных терминов, не зависящих от конкретной культуры. Это позволяет работать с широким спектром людей – от маленьких детей, еще не умеющих говорить, до людей из других стран, людей в крайних состояниях сознания (например, находящихся на пороге смерти) и до групп людей или организаций. Теория процессуальной работы не отдает предпочтения какой-то одной точке зрения на действительность перед другой, и вместо этого сосредоточивается на *отношении между нашими различными частями и процессами*. Она следует переживаниями, а не придерживается каких бы то ни было стандартов, определяемых культурой.

### Открытия в ходе изучения разбора случаев

С годами эта процессуально-ориентированная форма разбора случаев позволила сделать ряд открытий, которые занимали центральное место в моих исследованиях. Одно из них состоит в том, что обычно существует несоответствие между словесным описанием терапевтом проблем своего клиента и действительными поведенческими сигналами клиента. Иногда, когда терапевт действовал как его клиент, этот клиент выглядел очень непохожим на человека, которого он перед этим описывал! Это несоответствие чаще всего было результатом того, что терапевт оказывался поставленным в тупик ситуацией клиента и потому был неспособен его ясно видеть. Разыгрывание роли клиента нередко выводило на поверхность ощутимую информацию, которую терапевт еще не осознал.

Еще одно открытие, сделанное при изучении такого типа разбора случаев – это то, что иногда, описывая своего клиента, терапевт описывает *не того человека*, а *самого себя и свои собственные проблемы!* На самом деле, бывают моменты, когда клиент кажется вполне благополучным по сравнению с внутренней борьбой терапевта! В таких ситуациях разбор случаев нередко смещается в направлении внутренней работы терапевта.

Разбор случаев несет с собой многие сложные задачи. Одна из них касается обнаружения процесса сновидения – фундаментальной структуры, которая лежит за словесной и поведенческой информацией, связывая их воедино. Методы и предложения для того, как действовать в любой данной терапевтической ситуации, должны быть подходящими для индивидуального клиента, конкретного стиля терапевта и *особого момента во времени*. Чрезвычайно важно наличие у терапевта *метанавыков*. Без правильного чувства-отноше­ния, в особенности, доброты и сочувствия к тем, с кем мы работаем, даже самый лучший метод потерпит крах, подобно дырявой лодке в море.

### Где пребывает тайна?

Большая часть процессуальной работы основывается на следовании с открытым сердцем и умом таинственному, вечно меняющемуся Дао – не обязательно понимая его заранее. Меня беспокоило, не может ли описание подробностей этой работы лишить ее части ее тайны и прелести. Я боялась, что оно будет создавать «Дао, *выразимое* словами» и, следовательно, не настоящее Дао! Не уничтожат ли написанное слово и подробное объяснение какую-то часть красоты ее природы? Не будут ли они создавать в умах людей строгие, линейные и негибкие мнения, вместо того, чтобы поощрять основной даосский подход процессуальной работы, которая *открыта к моменту и его учению*? Не будут ли методы становиться более важными, чем сами люди? Неизбежно ли все, чего я опасаюсь?

Конечно, до некоторой степени, на эти вопросы следует ответить – «да». В то же время я понимала: то, что происходит в любой данном терапевтическом сеансе – это частица волшебства и тайны, проанализировать или нарушить которые не способен никто. Никакая книга или письменное слово не могут описать красоту и многообразие, которые мы находим в самой природе. Хотя существуют паттерны, которые можно видеть и изучать, а также полезные методы, однако то, как именно развертывается процесс – это волшебство. Глубоко личное взаимодействие между клиентом и терапевтом можно как изучать, так и до некоторой степени понимать; в то же самое время оно остается в высшей степени священным и непредсказуемым. И, как говорил Юнг, методы терапевта необходимо снова и снова приспосабливать, всякий раз заново, к текущей ситуации. Мы должны учиться плавать, прежде чем отважно бросаться в воду. Есть надежда, что явно определенные методы и техники отходят на задний план, когда мы осознаем свое погружение в реку жизни.

Я сознавала и то, что хотя изучение чего-либо может его уничтожать, оно также потенциально способно помогать нам учиться еще *более* открываться Дао и его тайнам. Карта и несколько вех позволяют нам находить путь к тем аспектам нашей жизни, которые обычно могут оставаться затененными. Специальные методы служат в качестве руля и паруса, с помощью которых мы можем преодолевать уникальное и зачастую остающееся без внимания течение реки. Терапевт как *фасилитатор осознания* помогает привлекать внимание к особенностям течения природы. Я надеюсь, что эти главы дадут читателям ключи к глубинам процессуальной работы и представление о бескрайности нашего человеческого опыта.

#### Примечания

1. Я особенно благодарна Сюзане Рёссинг за ее поддержку в поиске новых названий.

2. Более подробно о процессуально-ориентированном наблюдении работы терапевтов с клиентами можно прочитать в книге: Alan Richardson and Peter Hands “Supervision using Process-oriented Psychology Skills” в сборнике *Supervision in the Helping Professions: A Practical Guide* (редакторы M. McMahon and W. Patton. Melbourne: Pearson Education. Australia, 2001).

## Глава 2

## Создание карты приема информации

*Терапевты могут стесняться рассказывать о своих случаях супервизору из-за таких факторов, как блоки в восприятии, терапевтический стиль или личная психология. Карта приема может помогать давать обзор и оценку различных аспектов процесса индивида*

### Мэри

Отправляясь в наше путешествие, чтобы исследовать некоторые ключевые принципы разбора случаев и процессуально-ориентированной психологии, давайте познакомимся с нашим гипотетическим терапевтом – Мэри. На всем протяжении книги она будет сопровождать вас, и учиться рядом с вами. Думайте о ней как о друге, ученике и спутнике на пути. Мари занимается практикой всего год и до сих пор обладает оптимизмом новичка, хотя ее нередко преследуют сомнение в себе и внутренняя критика. Ей очень хочется выполнять хорошую работу со своими клиентами.

Мэри всегда была склонна к мечтательности и никогда не чувствовала себя вполне в своей тарелке в повседневном мире. В детстве у нее было желание устанавливать связь с более глубокими частями людей и помогать им в их жизни. Люди распознавали этот дар и спонтанно обращались к ней за советом. Однако она изо дня в день чувствовала себя полностью подавленной н6ормальной жизнью.

В первый год ее работы в качестве терапевта к ней обратился один клиент. После первой встречи с ним Мэри охватила необъяснимая тревога. Что-то в этом человеке заставляло ее нервничать. Мэри знала, что ей следует рассказать об этом клиенте своему супервизору, но была очень расстроена и опасалась, что не сумеет ясно описать свое восприятие ситуации. Она боялась, что ее супервизор будет критиковать ее за недостаток осознания. Однако, она набралась смелости все равно организовать встречу.

### Дона Карлетта

Давайте познакомимся с несколько необычным наставником Мэри из времени сновидения, Донной Карлеттой. Мери с детства осознавала присутствие Доны Карлетты, но никогда до конца не знала, что делать с этой мудрой внутренней фигурой. Дона Карлета появлялась в сновидениях Мэри в множестве форм и либо давала ей полезный совет, либо, напротив, выступала как преследующий ее страшный дракон. В любом случае было ясно, что Дона Карлетта была не с нашей планеты.

В последние несколько лет Дона Карлетта выступала в роли супервизора терапевтической работы Мэри. Она говорила, что много лет училась искусству процессуальной работы и была терапевтом больше лет, чем может вспомнить. Она училась непосредственно у Орла, основателя процессуальной работы, и с годами учила и наставляла многие сотни терапевтов с этой планеты и из других мест.

### Орел

В предстоящей серии занятий, которые посещают Мэри и ее товарищи-учащиеся, в качестве учителей выступают Догна Карлетта и некоторые из ее коллег. Информация в этих занятиях навеяна сеансами разбора случаев, проводившихся Орлом, и происходит из этих сеансов. К сожалению, во время этих занятий Орел улетел в гиперпространство работать с другими измерениями. Поэтому он не ведет ни одно из индивидуальных занятий, хотя на них всегда присутствует его дух.

### Первая встреча Мэри и Доны Карлетты

Мэри организовала встречу с Донной Карлеттой, чтобы обсудить ситуацию со своим новым клиентом. Однако Мэри так нервничала, что едва могла говорить. Ее мысли путались. Дона Карлетта понимала дилемму Мэри, поскольку сама много раз чувствовала это, когда работала под контролем наставника, а также видела это у многих других терапевтов. Она убеждала Мэри, что терапевт может нервничать или неохотно рассказывать о клиенте, а также туманно описывать детали этой ситуации по нескольким причинам. Она упомянула некоторые из них:

* Поскольку мы – ограниченные существа, всегда есть аспекты нашей работы с людьми, лежащие вне нашего осознания; всегда есть информация, которую мы не видим или не осознаем. Будь это не так, супервизор, вероятно, не был бы нужен. Следовательно, терапевт нервничает, поскольку открывает область (или области) где ему недостает осознания.
* Знания терапевта могут быть ограниченными, и ему может быть просто нужно учить­ся у кого-то, обладающего большим опытом.
* Самая очевидная причина смятения терапевта и затуманивания его осознания состоит в том, что он не обладает отстраненностью, которая позволяла бы ему получать общее представление о ситуации. Он погружается в текущее взаимодействие и нуждается в ком-то со стороны, кто бы помог ему получить более ясное общее представление о происходящем.
* Терапевт может не замечать часть информации из-за того, что он не осознает свой терапевтический стиль. Стиль терапевта может блокировать его способность замечать те или иные аспекты ситуации клиент-терапевт.
* Терапевта могут «насновидеть»; это означает, что он бессознательно становится частью процесса клиента. Это затуманивает его видение и затрудняет получение общего впечатления.
* Терапевт может пытаться заставлять клиента меняться определенным образом, но это не работает. Он может сосредоточиваться на определенном пути, хотя процесс может идти в другом направлении.
* Ситуацию еще более усугубляет то, что когда терапевт представляет свой случай, на поверхность могут выходить наиболее бессознательная часть его самого и некоторые из его собственных глубинных проблем, что затрудняет его понимание.
* Дона Карлетта говорила, что одно из самых интересных открытий, которое Орел сделал много лет назад, состоит в том, что терапевт часто застревает с клиентом именно в том месте, где происходит рост *терапевта*. Иными словами, клиент и терапевт зачастую работают над очень сходной областью развития. Это смешение процессов мешает терапевту ясно видеть, что происходит.

Дона Карлетта говорила Мэри, что позднее будет более подробно обсуждать многие из этих примеров. Мэри была не уверена, какая из этих причин применима к ее ситуации, но испытала облегчение, узнав, что другие терапевты часто проходят через сходные переживания.

Дона Карлетта убеждала Мэри, что процесс каждого клиента подобен драгоценному камню с кристаллической структурой внутри, хотя в начале эта структура не всегда очевидна. Она вспоминала одного из своих любимых художников – Микеланджело – говорившего, что художнику нужно просто стесывать части камня, чтобы открывать заключенную в нем форму. Так и Дона Карлетта говорила, что они с Мэри будут стараться обнаружить эту основную форму или структуру, чтобы понять чувства Мэри и, что самое главное, оказать наибольшую помощь этому конкретному клиенту. Затем она попросила Мэри как можно лучше описать ситуацию с ее клиентом.

### Уолдо

Давайте познакомимся с клиентом Мэри – Уолдо. (Читателю следует иметь в виду, что последующее описание носит гипотетический и упрощенный характер, как и любая ситуация клиент-терапевт в этой книге. Оно призвано служить забавным примером, который специально преувеличен, чтобы помогать всем нам получать удовольствие от процесса обучения. В действительности, подробности любого конкретного сеанса бывают гораздо более тонкими и сложными). Вот информация, которую сообщила Мэри о своей первой встрече с Уолдо.

*Новый клиент Мэри – Уолдо*

Надписи в рамках, сверху по часовой стрелке:

Моя жена велела мне прийти. Она сказала, что мне нудна терапия, но я так не считаю.

Отношения? Кажется, я нравлюсь всем, кроме моей жены и…

Моя поза? Очень открытая, разве нет?

Моя мать была хорошей женщиной, но не любила меня. Мой отец тоже был славный малый, но его не было рядом.

Симптомы? Ничего серьезного. Я никогда не был больным ни одного дня в своей жизни. Я всегда счастлив. Желудок? У меня бывает сильное жжение в желудке, но после нескольких банок пива это ощущение проходит. Я скриплю зубами, но это пустяк. Иногда у меня бывает пульсирующая головная боль, но это вполне естественно.

Зависимости? Да нет. Я выкуриваю пачку в день, пью черный кофе, а чтобы расслабиться – пиво.

Сновидения? Мне снилось, что я видел, как мой сосед избивал трех других парней, а потом пришел крутой полицейский.

Я всегда бываю приятным человеком. Я не могу понять, почему люди думают, что я необщительный… и сердитый.

### Карта приема

Прежде чем более непосредственно говорить о ситуации Мэри с Уолдо, Дона Карлетта объяснила, что одно из самых важных эмоциональных качеств (или *метанавыков*1, как она их называла) процессуального работника – это открытость и понимание по отношению к человеку и различным аспектам его или ее процесса. (Более подробно о метанавыках говорится в главе 12). Однако, видение терапевта нередко бывает неясным из-за упоминавшихся выше различных проблем. Поэтому Дона Карлетта объясняла Мэри, что для обретения такой открытости и ясности, и для подлинного понимания уникальности и глубины процесса клиента, важно на мгновение отступить назад и составить себе общее впечатление путем сбора определенных видов информации о ситуации клиент-терапевт. Для объединения и организации разрозненных данных Дона Карлетта использовала карту приема. Прежде чем конкретно сосредоточиваться на вопросах Мэри о ее работе с Уолдо, Дона Карлетта познакомила Мэри с этой картой.

Дона Карлетта разработала карту приема после многих лет изучения типов информации, о которых важно знать, выступая в качестве наставника терапевта в его работе с клиентом. Она выбрала образ колеса с многими спицами и секциями, соединяющимися с центральной ступицей. Эта ступица символизирует структуру процесса или скрытый паттерн, объединяющий казалось бы разрозненные части информации. Карта выглядит следующим образом:

*Надписи на рисунке, сверху по часовой стрелке*: Внешние детали; СОДЕРЖАНИЕ; Отношения и мир; Телесные симптомы; Информация органов чувств; Взаимодействия/Обратная связь; ПОВЕДЕНИЕ КЛИЕНТА; ПРОЦЕСС ТЕРАПЕВТА; Психология/Процесс терапевта; Представление проблемы терапевтом; Реакция терапевта; Прошлая терапия; Зависимости/Прием лекарств; Сновидения и истории; Представление проблемы. Надпись в центре: Структура процесса, Первичная/Вторичная

Дона Карлетта говорила, что хотя эта карта с описываемыми ею категориями будет хорошим началом, в дальнейшем, в зависимости от вашей терапевтической парадигмы и процесса, вы будете подчеркивать, расширять, акцентировать или удалять те или иные области или добавлять новые области.

Карта состоит из четырех частей. Первая из них – это «содержание», общая информация о жизни человека, его сновидениях, истории и т.д. Вы можете узнать эти подробности из описания человеком своего жизненного опыта.

Вторая часть, касающаяся «поведения клиента», относится к текущему поведению человека в данный момент: как он сидит, ходит, говорит, а также как он взаимодействует с терапевтом (например, типы его реакций и ответов на ваши взаимодействия с ним). Вы можете собирать эту информацию, прося терапевта «действовать как» его клиент.

Третья область обобщает «процесс терапевта» и его эмоциональные реакции, а также проблему, касающуюся ситуации конкретного случая, и то, как ситуация клиента соотносится с терапевтическим стилем или личной психологией терапевта, либо и с тем, и с другим.

Четвертая – центральная – часть представляет «структуру процесса», которая содержит в себе паттерн или процесс сновидения, связывающий воедино различные части информации в карте. Структура процесса обеспечивает общую картину и дает представление о текущих, а также долгосрочных перспективах, касающихся жизни человека.

Дона Карлетта говорила, что она сама, работая с кем-либо, обычно не заполняет эту карту на самом деле, а вместо этого держит ее в памяти, разговаривая с клиентом. Но все же она нередко использует карту после сеанса, чтобы углубить свое понимание конкретного случая. Она прибавила, что некоторые терапевты получают реальную пользу от заполнения карты в процессе разговора со своими клиентами; кроме того, она сказала, что в некоторых терапевтических школах специальная карта приема составляет ключевую часть начального процесса терапии.

Дона Карлетта заверила Мэри, что позднее будет более подробно обсуждать каждую часть карты. А сейчас она хотела упомянуть семь разных причин, по которым Карта Приема полезна для терапевтов. Мэри поняла, что Дона Карлетта собирается сказать нечто важное. Она села, взяв ручку и блокнот.

1. Если у вас возникли трудности с клиентом, и нет ясной общей картины – и если у вас нет наставника (супервизора), к которому вы могли бы обратиться за помощью – то попытка самостоятельного заполнения этой карты и обдумывания ее деталей может давать *много полезных догадок и большую общую картину* того, что происходит.

2. Карта может быть хорошим способом отслеживания типов информации, которые вам может быть важно знать относительно вашего клиента и взаимодействия клиент-терапевт. Если вы хотите обсудить свой случай с наставником, эти подробности будут важными ключами к пониманию ситуации.

3. Карта обнаруживает, *какого рода информацию вы, как правило, не знаете о своем клиенте или не спрашиваете его о ней*. Возможно, вы заметите, что никогда не спрашиваете своего клиента о сновидениях. Возможно, вы совершенно не осведомлены о том, как человек одевается или ведет себя. Вместо осуждающего отношения к этому упущению, более интересно исследовать смысл, скрытый за тем, *почему* вы не осведомлены о той или иной информации или не спрашиваете о ней.

4. Еще одна причина для использования карты состоит в том, что она будет *помогать вам связывать друг с другом различные элементы процесса*. Глядя на карту, вы начинаете видеть, что многие из элементов не являются просто изолированными или беспорядочными. Одним из фундаментальных открытий Орла было существование процесса сновидения, течения процесса, который обнаруживается не только в наших ночных сновидениях, но и через все наши разнообразные модусы переживания мира. Он назвал эти модусы или проводящие пути «каналами на сенсорной основе», как то зрительный и слуховой каналы, проприоцепция (чувство тела) и движение, а также каналы отношений и мира. Поэтому тот же самый паттерн может проявляться через такие области нашей жизни, как зависимости, проблемы отношений, телесные симптомы и сновидения. Помня об этом, мы начинаем видеть взаимосвязи в карте.

Вместо того, чтобы чувствовать себя погруженным в море мелких кусочков информации, с помощью карты приема вы начинаете открывать объединяющий поток, который, извиваясь, проходит через разнообразные переживания в жизни человека. Дона Карлетта говорила, что иногда смотрит на карту приема так, будто это астрологическая карта жизни человека, картина преходящего скопления звезд.

5. Карта приема способна помогать осмысливать ваши собственные чувства и то, как они могут вписываться в большую схему процесса клиента, а также указывать на вашу собственную внутреннюю психологическую работу.

6. Коль скоро вы обдумали различные аспекты жизни человека и начали находить структуру, карта приема будет помогать вам составлять себе представление о полезных методах *ведения работы с вашим клиентом*. Однако Дона Карлетта говорила Мэри, что, в конечном счете, полезность наших методов определяют специфический момент во времени и обратная связь клиента.

7. Как только вы собрали некоторое количество информации, становится возможным догадываться об элементах карты, которые неизвестны. (Методы *изгнания призраков* и *экстраполяции* описаны в главе 3). Дона Карлетта говорила, что усвоила от своего учителя следующее правило: хотя люди крайне удивительны и непредсказуемы, и мы никогда не можем знать в точности, как будут выглядеть события, некоторая степень предсказуемости все же возможна.

Это замечание ошеломило Мэри, но и возбудило ее любопытство. Дона Карлетта сказала, что вскоре будет более подробно обсуждать все понятия в карте. Но сперва она хотела обсудить случай Уолдо.

#### Примечания

1. Более подробно об эмоциональных установках терапевта можно прочитать в книге: Amy Mindell, *Metaskills: The Spiritual Art of Therapy*. (В русском переводе: Эми Минделл, «Психотерапия как духовная практика»)

1. \* В русском переводе – «Психотерапия как духовная практика» (пер.) [↑](#footnote-ref-1)
2. \*\* Этот термин, не имеющий точного аналога в русском языке, означает контроль или наблюдение за работой терапевтов (не обязательно начинающих), осуществляемый путем индивидуального или группового обсуждения ими своей работы с конкретными клиентами с более опытными учителями или наставниками –*супервизорами* (от *supervision* – букв. «присмотр», «надзор»). Это аналогично врачебным конференциям или обходам в больницах, на которых лечащие врачи или практикующие интерны рассказывают о своей работе с конкретными больными своим коллегам и главному врачу, с той лишь разницей, что “*case supervision”*, в некотором смысле, представляет собой своего рода сеанс «терапии терапевта»; поэтому применительно к психотерапии можно говорить о «сеансах *case supervision*». Эта практика берет свое начало из классического психоанализа, где каждый практикующий аналитик должен проходить собственный психоанализ, так как в процессе работы он не всегда может осознавать особенности отношений, складыва­ющихся между ним и клиентом (перенос, контрперенос и т.п.). В дальнейшем я буду переводить “*case supervision”* как «разбор случаев», поскольку суть этой практики лучше всего передает русский эвфемизм «разбор полетов». Я намеренно не хочу использовать кальку «супервизия», чтобы лишний раз не засорять русский язык; кроме того, термин «разбор случаев» имеет большее широкий смысл «разбора случаев из практики», применимый не только к психотерапевтам и врачам, но и к педагогам, ученым и т.д., и позволяет избежать употребления слова «случай» по отношению к людям (пер.). [↑](#footnote-ref-2)
3. \*\*\* В английской медицинской терминологии слово *case* (букв. «случай») означает «больной» или «болезнь», в том числе, психическую. Например, *case history* означает «история болезни», *psychiatric case* – «психиатрический пациент» и т.д. (пер.). [↑](#footnote-ref-3)