

## НАРРАТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ: ОТ ДЕБАТОВ К ДИАЛОГУ

Е.ЖОРНЯК\*

*We live with each other in a world of conversational narrative, and we understand ourselves and each other through changing stories and self descriptions.*

*Anderson and H.Goolishan (1988)*

*Мир, к сожалению, реален; я, к сожалению, Борхес.  
Борхес (1970)*

*Человек, возможно, – самая таинственная порода планеты, тайна вопросов без ответов. Кто мы? Откуда мы? Куда мы идем? Откуда мы знаем то, что мы думаем, что знаем? Почему мы верим во что-то? Бесчисленные вопросы в поисках ответа. Ответа, который приведет к следующему вопросу, и следующий ответ приведет к следующему вопросу и так далее, и так далее. Но под конец, не оказывается ли это всегда одним и тем же вопросом и ответ всегда один и тот же... мяч в кругу, игра продолжается 90 минут, это факты. Все остальное только теория. Начинаем.*

*“Беги, Лола, беги” (текст в начале фильма)*

*Нарративную терапию создали и до сих пор развивают австралийские психотерапевты Майкл Уайт (Michael White) и Дэвид Эрстон (David Erston). За последние 20 лет она превратилась в признанный и довольно влиятельный подход в Европе и Америке. В течение этого времени даже в исполнении своих авторов она претерпела значительные изменения. Кроме того, разные терапевты восприняли нарративную метафору по-разному, и внутри подхода существуют значительные различия – одни терапевты заняты исследованием постмодернистского влияния на психотерапевтическую беседу; других больше интересуют постструктуралистские идеи; третьи стали называть себя дискурсивными тера-*

---

\*Жорняк Екатерина Сергеевна – психолог, практикующий семейный психотерапевт, преподаватель кафедры системной семейной психотерапии ИППКиП.

певтами. Соответственно, большие различия существуют и в том, как различные терапевты воплощают свои идеи в практику. Учитывая, однако, общее для всех любителей нарративной метафоры релятивистское отношение к действительности, такое расхождение рассматривается ими как хороший повод для интереса друг к другу и ресурс для новых описаний психотерапии. В этой статье речь пойдет, в основном, о том варианте нарративной терапии, который на сегодняшний день представляют ее создатели.

### **Нарративная терапия – в интерпретации авторов**

Дульвич Центр (*the Dulwich Center*), директорами которого являются основатели нарративной терапии, описывает ее следующим образом:

Основная предпосылка нарративной терапии – это идея, согласно которой *жизнь и отношения формируются:*

- знаниями и историями, которые были созданы сообществами людей и привлекаются этими людьми для осмысления и описания их опыта, и
- определенными практиками Я и отношений, где способы жизни связываются с упоминавшимися выше знаниями и историями.

Нарративная терапия помогает людям разрешить проблемы:

- позволяя им отделить их жизнь и отношения от тех знаний и историй, которые, по их мнению, уже себя исчерпали;
- помогая им бросить вызов тем способам жизни, которые воспринимаются уже как довлеющие над ними, подчиняющие их, и
- поощряя людей переписать свои истории жизни в соответствии с теми альтернативными историями их идентичности, которым эти люди отдают предпочтение, а также в соответствии с предпочтительными для них способами жизни\*.

### **Многомерное пространство: комментарий о стиле статьи**

Одним из основных увлечений постмодернистов, а, следовательно, и нарративных терапевтов, в последние годы стало вынужденное отнесение к самим себе, своим теориям и практикам, принципов, идей и методов, разработанных в этих же теориях и практиках. Постмодернисты деконструируют собственные тексты и напряженно живут своим постмодернистским стилем жизни, а нарративные терапевты экстернализируют проблемы нарративного терапевта и деконструируют нарративную терапию. Большинство текстов о нарративной терапии также по их стилю, содержанию и структуре можно назвать постмодернистскими. Почти любой такой текст даже в своей форме содержит все то, что в нем написано. На-

---

\* Это определение взято с официального сайта Дульвич Центра. [www.dulwichcentre.com.au](http://www.dulwichcentre.com.au)

пример, если автор пишет о принципе “не-знания”, то представляет свои аргументы в виде рефлексивных вопросов, а далее, усиливая головокружение читателя, объясняет, что же такое рефлексивный вопрос, и, разумеется, с помощью новой серии рефлексивных вопросов. Следуя этой практике, организуем и мы нашу историю о нарративной терапии, используя ассимилированную ею постструктуралистскую идею неотделимости текста от контекста.

Итак, в постструктурализме (методе анализа текстов, пришедшем на смену структурализму) содержится несколько взаимосвязанных идей, используемых и нарративными терапевтами. Прежде всего, это *интертекстуальность* – идея о существовании текста в пространстве других текстов. Текст может отсылать читателя к тем текстам, о которых в нем даже формально не упоминается. Все, что автор прочитал до написания своего текста, неизбежно, помимо его воли и сознания, прорывается в его собственном произведении. Вторым номером следует идея о *бесконечной интерпретации* текста: сколько читателей – столько интерпретаций (отсюда – невозможность наличия эксперта, критика, конечного интерпретатора). И, наконец, обобщающая эти две идеи концепция *неотделимости текста от контекста*, где контекст понимается как точка отсчета, относительно которой совершается интерпретация событий, действий и т. д. В зависимости от контекста, один и тот же текст (поведение, действие, мысли, слово, теория) может оцениваться по-разному.

Таким образом, можно было бы начать с рассказа о контекстах нарративной терапии – постмодернизме, конструктивизме, постструктурализме, социальном конструктивизме, а затем поместить собственно текст, нарративную терапию, в эту рамку. Однако интертекстуальное пространство, посвященное этим контекстам, столь запутано и многообразно, что возникает риск не добраться до самого текста, что вряд ли удовлетворило бы читателя. Или, напротив, – можно было бы создать целостный рассказ о нарративной терапии, сопроводив его комментарием, поясняющим, “откуда” ведут свое происхождение те или иные ее идеи. Однако работа по укреплению “мордонга” нарративной терапии сегодня мало уместна – это динамично меняющаяся сфера исследований и практики, и содержательный анализ этой динамики потребовал бы не одной статьи. В то же время сам факт неоднородности и нестабильности поля нарративной терапии заслуживает внимания. Короче говоря, текст, который предстоит сконструировать, представляется мне как многомерное динамичное пространство полилога, в противовес гомогенному линейному полю. То, что я предлагаю в настоящей статье, – попытка средствами линейного и нели-

нейного письма описать некоторые фрагменты этого многомерного пространства\*.

## 1. Время

### Модернизм\*\*.

Установка на линейность времени.

Наука. Времени нет.

Ньютон: детерминизм и обратимость во времени – между предсказанием будущего и воспроизведением прошлого различия нет.

Пригожин: “В традиционном понимании законы природы были законами, описывающими замкнутую, детерминистическую Вселенную, прошлое и будущее которой считались эквивалентными” (Пригожин, Стенгерс, 1994, с.11).

В литературе – высокий модернизм: “зацикленность” у Джойса, у Пруста – время вещь данная; интерес к утопии (антиутопии), конечной цели, единому исходу.

В архитектуре – все существующее градостроительство должно быть разрушено ради великолепных утилитарных городов с прямыми линиями проспектов и домами-ячейками.

В психотерапии – аналитический и бихевиоральный подходы; поиск объективных причин и предсказуемых поведенческих схем. Если нам дано настоящее/будущее, мы можем “рассчитать” прошлое, и наоборот.

### Постмодернизм\*\*\*.

Нелинейность, взаимозависимость и непредсказуемость; отказ от идеи прогресса.

Наука. Рождение *квантовой теории*, “теории неопределенности, недетерминизма и тайны”, которая повлекла за собой новое мировоззрение; *теория хаоса*, имеющая отношение к нелинейности, взаимозависимости и непредсказуемости динамических систем – выражение этого нового мировоззрения. “Там, где начинается хаос, заканчивается классическая наука” (Gleick, 1987, p.57).

Пригожин: “Теперь мы понимаем, что детерминистические, симметричные во времени законы соответствуют только весьма частным случаям. Они верны только для устойчивых классических и квантовых систем, т.е.

---

\* Должна предупредить, что мне в большей степени свойственно постмодернистское “мировоззрение”. Полагаю, это неизбежно повлияет на текст.

\*\* Здесь и далее в разделы “модернизм” или “постмодернизм” могут попадать идеи, люди и цитаты, не укладывающиеся во временные границы, приписываемые этим явлениям.

\*\*\* “К сожалению, “постмодернизм” – термин, годный *a tout faire* (на все случаи. – фр.). У меня такое чувство, что в наше время все употребляющие его прибегают к нему всякий раз, когда хотят что-то похвалить. К тому же, его настойчиво продвигают в глубь веков. Сперва он применялся только к писателям и художникам последнего двадцатилетия; потом мало-помалу распространился и на начало века; затем еще дальше; остановок не предвидится, и скоро категория постмодернизма захватит Гомера” (Эко, 1994, с.635).

для весьма ограниченного класса физических систем. Что же касается несводимых вероятностных законов, то они приводят к картине “открытого” мира, в котором в каждый момент в игру вступают все новые возможности” (*там же*, с.11).

*Радикальный конструктивизм.*

*Матурана:* “Осознание того, что идея времени возникает как абстракция, происходящая из согласованности опытов наблюдателя, которую он или она использует как объяснительный принцип, – само по себе не проблема. Вот что действительно становится проблемой в длительной перспективе, так это – неосознанное принятие идеи времени в качестве объяснительного принципа, который воспринимается как порядок вещей и придает времени трансцендентный онтологический статус” (*Maturana, 1995*)\*.

*Литература.* Гипертекст. *Кортасар; Эко; Борхес – “Сад Расходящихся Тропок”*.

Равноправное многообразие ходов в каждой точке истории. Сюжет не линейный, а развертывающийся с бесконечной возможностью выбора – это отменяет идею о конечной, все завершающей цели.

Время открывается шаг за шагом. Каждый, кто движется во времени, обживает его по-своему и метит на карте времени то, что важно для него.

*Борхес.* Внутренние диалоги:

“Иногда тропки этого лабиринта пересекаются: Вы, например, явились ко мне, но в каком-то из возможных вариантов прошлого вы – мой враг, а в ином – друг...”

...В отличие от Ньютона и Шопенгауэра ваш предок не верил в единое, абсолютное время. Он верил в бесчисленность временных рядов, в растущую, головокружительную сеть расходящихся, сходящихся и параллельных времен. И эта канва времен, которые сближаются, ветвятся, перекрещиваются или век за веком так и не соприкасаются, заключает в себе все мыслимые возможности. В большинстве этих времен мы с вами не существуем; в каких-то существуете вы, а я – нет; в других есть я, но нет вас; в иных существуем мы оба. В одном из них, когда счастливый случай выпал мне, вы явились в мой дом; в другом – вы, проходя по саду, нашли меня мертвым; в третьем – я произношу эти же слова, но сам я – мираж, призрак. ...

... Не в любом, – с улыбкой пробормотал он, – вечно разветвляясь, время ведет к неисчислимым вариантам будущего. В одном из них я – ваш враг” (*“Сад Расходящихся Тропок”*).

“...И все же, и все же... Отрицание временной последовательности, отрицание себя, отрицание астрономической Вселенной – все это акты от-

\* <http://www.inteco.cl/biology/nature.htm> – Chilean School of Biology of Cognition // The Web Page of Humberto Maturana.

чаяния и тайного сожаления... Время – это субстанция, из которой я состою. Время – это река, уносящая меня, но я сам река; это тигр, пожирающий меня, но я сам тигр; это огонь, поглощающий меня, но я сам огонь. Мир, к сожалению, реален; я, к сожалению, Борхес” (Хорхе Луис Борхес. “Новое опровержение времени”, – цит. по: {Пригожин, Стенгерс, 1994, с.260}).

Архитектура – кров с украшением. Нет бессмысленных элементов архитектурного декора. Равноправие утилитарного и символического уровней.

### **Психотерапия.**

Время, необратимое время, с полными возможностями прошлым, настоящим и будущим впервые появляется в конструктивистских подходах – в *BSFT* (*brief solution focused therapy by Steve De'Shaizer*) и нарративной терапии. В обеих школах терапевт с помощью вопросов, ориентированных на время, может предложить клиенту\* переместиться в будущее – поливариативное будущее, где у того появляется возможность выбрать для себя предпочтительный вариант/варианты, взглянуть из этой новой позиции на настоящее и/или прошлое и переписать их таким образом, чтобы они способствовали наступлению этого желательного будущего. Возможен и обратный ход, когда терапевт помогает клиенту увидеть в уникальных эпизодах его прошлого предпочтительный для этого клиента (семьи) опыт, распространив его на настоящее и будущее.

Идею *Уникального эпизода*, то есть необычного опыта (поведенческих или коммуникативных актов, переживаний, мыслей и пр.), который выбивается из общего стиля, логики и смыслов проблемно-насыщенных историй, рассказанных клиентом с целью описать себя и свою жизнь, сформулировал М.Уайт (*White, 1989*). Так, для супружеской пары, которая устала от постоянных конфликтов, уникальным эпизодом будет час, день, месяц, период/периоды в их совместной жизни, когда им удавалось обходиться без конфликтов. Узнав о существовании этих счастливых мгновений, терапевт в качестве следующего шага выясняет, насколько предпочтителен данный опыт для супругов, Затем он спрашивает о других аспектах прошлого, в которых обнаруживалось что-то общее с уникальным эпизодом или близкое к нему по смыслу (*Кто из вашего окружения мог предсказать, что в отпуске вы не будете ссориться? Случалось ли и до отпуска, что вы вдруг замечали в себе подобную терпимость* (термин

---

\* Нарративная терапия изначально возникла как вид семейной терапии. И сегодня она в основном популяризуется и практикуется как направление в семейной терапии. Однако в самом нарративном подходе не заложено никаких противопоказаний для использования его в работе с индивидуальными клиентами (которых нарративные терапевты, кстати, предпочитают называть людьми). Это отражается на практике – по сути, нарративный терапевт работает с теми (тем, той), кто к нему (к ней) пришел. Соответственно в данной статье, какой бы термин для краткости ни употреблялся: семья, человек или клиент, – речь идет о человеке или нескольких людях.

клиента)?). Далее терапевт задает вопросы, связывающие прошлый опыт с настоящим (*Когда вы вспоминаете время отпуска или о ваших мирных отношениях до рождения сына, это как-то меняет восприятие событий, случившихся в последнее время?*). И, в заключение, следуют вопросы, распространяющие уникальную историю на будущее (*Учитывая ваши взгляды на события, которые мы сегодня обсуждали, как вы полагаете, какой для вас будет следующая неделя/месяц/год? Если вы вновь, как во время отпуска, попытаетесь использовать ваши способности к терпимости, то, как вы полагаете, какая последует реакция?*).

Итак, именно опыт уникальных эпизодов – основной ресурс, используемый нарративными терапевтами для создания времени, в котором прошлое, настоящее и будущее неоднозначно взаимосвязаны, что всякий раз открывает перед человеком новые возможности.

Другой немаловажный ресурс, питающий эти путешествия во времени, М. Уайт позаимствовал у французского постструктуралиста Жака Деррида. Речь идет о категории *Деконструкции*. По сути, выявление и распространение во времени уникальных эпизодов – это и есть метод деконструкции жизненного нарратива.

У Деррида деконструкция выступает как стратегия по отношению к тексту, включающая одновременно и его деструкцию, и его реконструкцию. При этом в тексте выделяются маргинальные, подавляемые мотивы, противонаправленные относительно “основной” темы и ее развития. Текст в этом случае оказывается не мирным гомогенным единством, а пространством репрессии. Цель деконструкции – активизировать внутритекстовые очаги, где проявляется сопротивление диктату некоего “главного смысла” (*Современная западная философия*, 1991).

Нарративные терапевты применяют так называемое *деконструктивное выслушивание*. В отличие от рожерианского терапевта, чье активное слушание направлено на то, чтобы отражать историю клиента, подобно зеркалу, без искажения, нарративный терапевт ищет скрытые смыслы, разрывы, признаки конфликтующих историй. Такая практика позволяет открыть пространство для тех аспектов жизненных нарративов, которые находятся на периферии сознания и пока еще не обрели свою историю, и ослабить хватку господствующих, ограничивающих историй. Иначе говоря, появляется возможность отнестись к своим жизненным сюжетам не как к пассивно накапливаемым фактам, но как к активно конструируемым историям. Одновременно ставится под сомнение непреложность любых жизненных нарративов. Проводится идея, что общепринятый или официально санкционированный смысл той или иной истории – это всего лишь одна из возможных интерпретаций. Интерпретации терапевта также лишаются духа экспертности, его главная цель – создать новую историю,

выделить новый конструкт и развить его, если выяснится, что, с точки зрения самого клиента, он для него более желателен.

Заметим, что, вопреки провозглашаемому релятивизму, некоторые устойчивые установки относительно того, что для человека лучше, у нарративных терапевтов все-таки имеются. Прежде всего, здесь следует указать значение, которое придается *Позитивной истории* и *Активной позиции* человека.

Первая исходит из сути терапевтического проекта в целом, ориентированного на то, что психотерапия должна существовать в условиях рынка и выступать как явственно слышимый дискурс в так называемых цивилизованных странах, – поэтому предполагается, что психотерапия помогает людям улучшить их жизнь. Человеку, которого все устраивает, зачем обращаться к психотерапевту. Обращаются главным образом те, кого что-то не устраивает, волнует, огорчает, что и становится стержнем его повествования. В терминах нарративной терапии подобное повествование выступает как *проблемно-насыщенная история*. В противоположность последней, позитивная история – та, где данная проблема устранена. Заметим, вопрос о том, что действительно является проблемой, а что – нет, человек все-таки решает сам, и термин “позитивная” здесь условен.

*Что будет делать нарративный терапевт, если к нему придет человек и, рассказав свою историю, заявит, что она настолько позитивна, что его это не устраивает? Станет ли нарративный терапевт помогать данному человеку в том, чтобы переписать его историю, сделав ее более проблемно-насыщенной?*

Вторая установка, по сути, означает, что нарративные терапевты с большим вниманием относятся “к событиям, которые могут быть пересказаны как история “борьбы против несправедливости”, нежели к тем, которые рассказываются как истории о “человеке как о жертве”” (Фридман, Комбс, 2001, с.73). Данная установка обязана своим появлением знакомству М.Уайта с идеями Мишеля Фуко. Этот французский философ думал, что базовые, “общепонятные” идеи, которые люди обычно принимают за “законы жизни”, “порядок вещей” и “вечные истины”, и которые касаются вопросов, что есть человек и общество, в действительности существенно меняются по ходу истории. В каждом конкретном обществе, в каждый конкретный момент/период истории существуют дискурсы, определяющие, какое знание следует считать истинным, – в том числе и представления о том, что такое умственная патология и психическая норма, преступление, заболевание, сексуальность, и как на основе этой классификации человека идентифицировать – изолировать, наказать и ущемить. Те, кто контролирует дискурс, – контролирует знание, и, вместе с тем, доминирующее знание данной среды определяет, кто может занять в ней властные позиции. Для Фуко Власть – это знание, а Знание – это



власть. Уайт вслед за Фуко полагает, что мы склонны интернализировать доминирующие нарративы нашей культуры, веря в то, что они содержат истину о нашей идентичности. Между тем, эти господствующие нарративы скрывают от нас возможности, которые другие нарративы могли бы нам предложить. “Люди приходят в терапию или когда доминирующие нарративы не позволяют им прожить свои собственные предпочтительные нарративы, или когда человек активно участвует в воплощении историй, которые он находит бесполезными” (там же, с.65).

Таким образом, подчиняясь власти указанных доминирующих дискурсов (М.Фуко и М.Уайта), нарративные терапевты стремятся побудить человека занять активную позицию по отношению к бесполезным для него метанарративам, благодаря чему он сможет противостоять им, получив тем самым возможность переписать свою историю так, как ему будет удобно.

*Оставляют ли нарративные терапевты человеку право на выбор жертвенного пути? Что будет делать нарративный терапевт, если выяснит, что, описывая себя как жертву, человек следует глубоким убеждениям и вполне осознанному выбору?*

*Что будет с нарративным предприятием, если человек откажется выступить в качестве активного автора своей истории?*

Понятно, что, прими нарративные терапевты идею равноправия всех стилей жизни и способов конструирования реальности во всей ее парализующей полноте, любое психотерапевтическое предприятие превратилось бы в излишество маргинальности. Что делать терапевту и клиенту в одной комнате, если, в конце концов, любая конструкция реальности так же хороша, как и все остальные? Или все они одинаково ни хороши, ни плохи?

Задолго до того, как термин “постмодернизм” завоевал популярность, Перри (пересказано по {Botella, 1997}) отметил парализующий эффект релятивизма, предложив в качестве контрсредства то, что он назвал *Обязательством*, дав ему следующее определение:

*Утверждение персональных ценностей или выборов в условиях релятивизма. Сознательный акт или осознание идентичности и ответственности. Процесс ориентации Я в относительном мире (Perry, 1970).*

Ботелла (op.cit.) полагает, что Обязательство Перри является существенным элементом конструктивизма.

Таким образом, практикуя вид терапии, сформировавшийся в процессе включения психотерапии в конструктивистский контекст, нарративный терапевт выступает для клиента в качестве временного профессионального сопровождающего, который содействует процессу выборов, совершаемых клиентом на основе его личных предпочтений, принятия на себя ответственности за эти выборы, осознания (описания) своей, устраиваю-

щей его, идентичности и ориентации клиента в мире с доминирующим дискурсом релятивизма.

Говоря о времени в нарративной терапии, упомянем еще один момент. Каждая сессия конструируется здесь как отдельный эпизод. Следуя идее гипертекста и позиции *не-знания*, о которой будет сказано позже, нарративный терапевт не планирует свою работу на две или десять сессий вперед, он не ведет семью/клиента к какой-то понятной ему цели, моменту, когда семья станет, на его взгляд, функциональной или клиент превратится в актуализирующуюся личность. Путей может быть много, каждый момент содержит в себе варианты выбора, и путь в целом непредсказуем. Критерий прекращения терапии – мнение клиента/семьи, что он решил те задачи, которые перед собой ставил.

Фильм. “Беги, Лола, беги” заменяет чтение этого раздела.

## 2. Наблюдатель

### Модернизм.

**Позитивистский подход.** Возможен идеальный наблюдатель, который не влияет на наблюдаемое.

### Постмодернизм (Perry, 1970).

Физика. Квантовая механика. Квантовый парадокс – многие физики пришли к заключению, что наблюдатель и производимые им изменения являются элементами в нашем описании природы.

Пригожин: “Именно квантовый хаос, а не акт наблюдения, опосредствует наш доступ к природе” (op.cit., с.8).

Исследователь/наблюдатель становится фактором в исследовании, влияющим на его результаты. В радикальном конструктивизме звучит тезис: “все, что сказано, сказано наблюдателем”. Это не означает, что все находится в “голове” или в сознании, а “реальности” не существует, – подобная теория возможна, но доказать ее или противоположную ей – объективистскую позицию – нельзя. У Матураны и Варелы есть метафора “эпистемологической одиссеи” как путешествия между Сциллой, скалами догмы, и Харибдой – водоворотом солипсизма. Эта метафора может служить иллюстрацией ко всем конструктивистским теориям.

Фильм. Курасава – “Расёмон”.

### Конструктивизм.

“Конструктивизм” – это общий лейбл для эпистемологической позиции, которая (а) отрицает, что индивидуальное знание имеет непосредственный доступ к “объективной реальности” и однозначно ее отражает, и (b) вместо этого объявляет индивидуальное знание “сконструированным” наблюда-

телем в ответ на окружающую среду, но в терминах и исходя из конституциональных черт (таких, как способность к концептуализации, способы совершения операций и т.п.) самого наблюдателя\*.

Радикальный конструктивизм:

Основные фигуры: *Maturana and Varela, von Foerster, von Glaserfeld.*

Суть: “Все знание зависит от структуры знающего”.

Следовательно, никакое объективное знание невозможно (*Maturana, Varela, 1987*).

*Матурана:* “1) Мы не можем коннотировать какую-либо целостность или природное измерение, которое существует независимо от того, что мы делаем как наблюдатели (люди); и 2) в нашей повседневной жизни мы используем слово “время”, чтобы означить или указать на абстракцию нашего опыта преобладания процессов. Другими словами, я показал, что в любой области основания идеи времени лежат в биологии наблюдателя, не в области физики, которая является сферой объяснений определенного рода когерентностей опытов наблюдателя... Таким образом, мы существуем в этой восхитительной ситуации опыта, в которой мы как наблюдатели, присутствующие в настоящем, являемся источником всего, даже того, что мы в нашей согласованности опытов наблюдателей можем видеть как целостности, которые посредством своих операций вызывают операции наблюдения и объяснения их появления в закрытой области объяснений. Великое искушение состоит в трансформации абстракций согласованностей нашего опыта, которые мы подразделяем на такие идеи, как реальность, существование, причинность, пространство, сознание... или время, – в объяснительные принципы” (*Maturana, 1995*)\*.

**Психотерапия.**

“Терапевт не может быть отстраненным “объективным” наблюдателем”.

Развитие кибернетики второго порядка позволило нарративным терапевтам занять более оценочную позицию по отношению к собственным мышлению и практике, поместив терапевта и других профессионалов *внутри системы*. Это допущение пришло на смену распространенной ранее идее, согласно которой терапевт имеет дело с проблемами, локализованными в системе/семье, оставаясь при этом как бы *над* этой системой или *вовне* ее. Отсюда – стремление сделать свои предположения, допущения и практику прозрачными для клиентов. Одним из средств реализации подобного проекта стали *рефлексивные команды*, которые могли

\* Определение из электронной Энциклопедии Аутопоэзиса (*ENCYCLOPAEDIA AUTOPOIETICA – An Annotated Lexical Compendium on Autopoiesis and Enaction Copyright © 1998, 2001 Randall Whitaker*). Энциклопедия создана доктором Рэндалом Витакером. С полной версией энциклопедии можно ознакомиться на <http://www.enolagaia.com/EA.html>

\* <http://www.inteco.cl/biology/nature.htm> – Chilean School of Biology of Cognition // The Web Page of Humberto Maturana.

состоять из профессионалов разного уровня, включая студентов и вольнослушателей, и в разных вариациях обсуждать различные аспекты семейной истории/проблемы/целей на глазах у самой семьи или в диалоге с ней. Таким образом, у семьи появилась возможность задавать терапевтам вопросы по поводу тех вопросов, которые были заданы им.

Парадоксально, что воплощение в практику психотерапии конструктивистского тезиса о *включенном наблюдателе* изначально было лишено какого бы то ни было прагматизма (“мы будем так считать, потому что это сделает нашу работу эффективней”), а явилось результатом наблюдений за процессом терапии со стороны *наблюдателей*, находившихся, естественно, под влиянием конструктивистского дискурса (“мы будем думать подобным образом, потому что видим, что так есть”). Прагматический же аспект был добавлен позже. Главная перемена коснулась концепта *сопротивления*, который полностью исчез из нарративной терапии, уступив место идее *сотрудничества*. Если человек/семья/система “сопротивляются” терапии, значит, терапевт предлагает то, что им не подходит. Терапевты начали спрашивать своих клиентов, какие задания, ритуалы, способы организации терапии они считают для себя полезными. Эти ритуалы, стратегии и т.д. часто разрабатывались совместно с семьей и, если семья их затем не выполняла, то это также обсуждалось в контексте поиска более эффективных путей. Для нарративных терапевтов, как и для профессионалов, практикующих *BSFT*, все это не является неким манипулятивным приемом, призванным “обогнуть” сопротивление. “Сопротивления” нет. Есть коэволюционный процесс системы, которая включает в себя и терапевта (и рефлексивные команды) и, пробуя разные формы сотрудничества, пытается измениться.

### **3. Знание / Истина / Язык / Смысл**

#### **Модернизм.**

Знание. Интернализированная репрезентация внешней, независимой реальности.

*Локк:* Знание – результат “отпечатывания” внешнего мира на *tabula rasa* познающего.

Мир познаваем.

Истина. Логоцентризм. Идея о существовании одного конечного трансцендентного смысла. Истина – это означаемое. Оно-то всех и интересует, а

Язык – слово – означающее для этой истины.

*Тоталитаризм.*

#### **Постмодернизм.**

Знание. Неоднозначность познанного. Вероятностность. Микромир является вероятностным. Например, электрон переходит с одной орбиты на другую случайно. Расходящаяся, равновероятностная модель.

Плюрализм.

### **Конструктивизм.**

Знание – гипотетическая *конструкция*.

*Ботелла*: “Таким образом, субъект и объект – это конструкции (или операции) наблюдателя, а не независимо существующие целостности. Даже если существует онтологическая реальность, мы можем познавать ее, только оценивая, насколько хорошо наше знание ей соответствует. Фон Гласерфельд проясняет идею этого соответствия с помощью метафоры ключа и замка: даже если ключ открывает замок, мы не можем быть уверены, что он ему соответствует (возможно, мы могли бы найти другой ключ, который также открыл бы замок) (*von Glaserfeld, 1984*). Таким образом радикальный конструктивизм видит в знании конструкции” (*Botella, 1997*).

*Кант*: Знание – измышление активного организма, взаимодействующего с окружающей средой.

*Поппер*: Знание происходит из чистого наблюдения, так как каждый акт наблюдения нагружен теорией.

### **Социальный конструктивизм:**

"Знание – социальный конструкт".

Смыслы создаются в процессе социального взаимодействия.

Знание находится не в людях (в индивидуальном сознании), и не снаружи (в объективной реальности), оно между людьми. *Знание создается людьми в процессе взаимодействия и обсуждения общих для этих людей смыслов.*

Истина. Вместо истины теперь можно говорить об интерпретации, теории или взгляде на что-либо. Все интерпретации, естественно, равноправны. В социальном конструктивизме существует идея, что в каждом обществе отдельные интерпретации, разделяемые большим количеством его членов, со временем приобретают статус “истины”, и следующие поколения воспринимают их как нечто “само собой разумеющееся”. Никто уже и не помнит, что возникли эти “законы жизни” в результате переговоров их предков. Переговоры же осуществлялись посредством языка.

Язык. Постмодернистов интересуют “означающие” – слово, текст сам по себе, текст в контексте, интерпретации текстов, игра означающих друг с другом.

Для социального конструктивиста язык не отражает, а создает известные нам истины.

### Некоторые релевантные теории:

*Идея социального конструирования реальности.* Четыре постулата: 1) мир не предстает человеку объективно, человек постигает реальность через опыт, а опыт находится под влиянием языка; 2) языковые категории формируются в социальном взаимодействии в конкретном социуме, следовательно – имеют социальную природу; 3) понимание действительности в данный момент зависит от того, что сформировалось в социуме (от действующих норм социальных конвенций); 4) формируемое социально понимание действительности определяет многие стороны человеческой жизни.

*Экологический подход Гиббса:* Не так важно, что у человека в голове, как то, среди чего эта голова (Umwelt). Человек во взаимодействии с окружающей средой.

*Витгенштейн:* Три идеи (положившие начало *Теории речевых актов*): 1) язык неотделим от контекста его использования = язык это форма жизни; 2) когда человек говорит, он действует; 3) язык = форма конвенционального поведения.

*Теория лингвистической относительности* (Сепир и Уорф). Вопрос о силе языкового влияния. Сильный вариант *ТЛО*: язык определяет мышление. Слабый: язык предрасполагает к выбору определенных форм поведения и мышления.

*Социальная ответственность* (Шоттер): 1) человеческий опыт неотделим от коммуникации; 2) центральное звено связи между коммуникацией и опытом состоит в процессе объяснения (через язык) – отсюда социальная ответственность = человек обязан объяснить свое поведение, и это объяснение строится в терминах правил общества. Планирование поведения осуществляется в свете последующего объяснения. Наше понимание в большой степени определяется тем, как мы говорим.

*Фильм.* Сериал “X-files”: Малдер – постмодернист, Скалли – модернист.

## **Психотерапия.**

Нарративная психотерапия основана на идеях социального конструктивизма. Причем для нарративных терапевтов существенным оказался сдвиг от конструктивистской сосредоточенности на биологии наблюдателя к социально конструктивистскому интересу, направленному на взаимодействие между наблюдателями.

Нарративные терапевты полагают, что *реальности конструируются людьми через язык и организуются и поддерживаются через истории.*

Согласно Уайту, нарративная терапия сфокусирована на том, как люди выражают свой опыт (White, 1995). Эти выражения опыта, переживания мира или жизни, есть акты интерпретации (через язык), посредством которых люди придают смысл своему опыту и делают его понятным для себя и для других. *Смысл и опыт* – нераздельны. Выражения опыта – это *еди-*

*нищы* смысла и опыта. Качество выражений опыта зависит от того, насколько людям доступны интерпретативные ресурсы, способные обеспечить так называемые *рамки понятности*, нечто, что приводит события жизни в отношении друг с другом. Выражения опыта имеют культурный контекст и наполнены культурно заданными знаниями и практиками. То, как люди интерпретируют свой опыт, конституирует их жизнь: мир, в котором они живут, самих людей, их отношения, способы переживания и т.д. Интерпретации, выражения опыта, находятся в постоянном производстве, и это меняет жизнь. Действие опирается на смысл – в зависимости от того, как человек интерпретирует свой опыт, он и будет действовать. Люди предпочитают те смыслы, которые разделяются их сообществом. Неясные, расплывчатые смыслы личного опыта определяются и проговариваются в сообществах людей, в соответствии с установленными процедурами. Таким образом, люди формируют и переформируют свою жизнь через выражения опыта, через истории. Эти истории не абстракция, не “точки зрения” или “зеркала мира” – это и есть сама жизнь.

Основанная на указанных теоретических допущениях, нарративная терапия предлагает людям возможность:

- рассказать и пере-рассказать, воплотить и пере-воплотить некоторые истории своей жизни;
- превратить уникальные, противоречивые, случайные, а иногда и отклоняющиеся жизненные эпизоды в важные, значимые события, где присутствует некий альтернативный смысл;
- распространить это присутствие во времени так, как хочется человеку;
- открыть альтернативные знания и умения, которые содержатся в этих новых выражениях опыта, и определить их культурный контекст (последний, возможно, и не будет соответствовать доминирующим в данной культуре историям);
- открыть способы жизни, в которых эти альтернативные знания и умения воплощаются (например: можно жить весело, и мне это нравится; жить весело – значит жить таким-то образом; и вот как это можно сделать).

Никаких объективных истин для нарративного терапевта, конечно же, не существует. Цель нарративной терапии – создание новых историй, открытие пространства для широкого поля альтернатив, переживание ощущения выбора. Нетрудно догадаться, что позиция терапевта в этих условиях должна быть позицией “*не-знания*”.

Поскольку нарративный терапевт не знаком с универсальной природой человека; не полагает, что за поверхностным скрывается глубинное, к которому у него одного как тренированного эксперта есть доступ; не прибегает не только к классификациям и типологизациям людей, но и к идее нормы, то для него, ввиду всего сказанного, затруднительно определить ту единственную цель, которая предпочтительна для развития или

изменения данной конкретной семьи/клиента. Нарративный терапевт понятия не имеет, кто перед ним сидит, зато точно знает, что чем-то отличается от этих людей (полом, возрастом, расой, вероисповеданием и т.д.), и эти отличия могут влиять на то, как он будет понимать истории своих клиентов. Соответственно это свое “не-знание” нарративный терапевт старается по-постмодернистски рефлексировать, задавать больше вопросов относительно тех моментов историй, где он чувствует себя особенно незнающим.

Фридман и Комбс пишут о том, что предыдущий клинический опыт и знания могут мешать нарративному терапевту справиться с “ага”-реакцией на “клинически значимые моменты”\*. Трудно отказаться от “экспертных фильтров” и, вопреки профессиональному знанию, “попытаться прислушаться к тому, чего мы не знаем” (Фридман, Комбс, 2001, с.70).

Согласно Уайту, понимание возникает в сознании тех, кто *участвует* в интерпретативных актах, в выражении опыта и в практических их следствиях (White, 1995). Нарративный терапевт в процессе своей работы пытается понять, какой смысл несут истории людей для них самих. “Знать” здесь по сути значит “понимать”, а пониманий столько же, сколько историй.

Еще одна базовая идея нарративной терапии, основанная на ее понимании роли языка, звучит так: “Человек – это не проблема. Проблема – это проблема”.

Итак, человек – не проблема, но смысл, который он придает своей ситуации, отношение к набору источников, обусловивших его выборы, может поместить его “в” проблему. По мнению нарративных терапевтов, многие способы, которые изначально создавались, чтобы помочь людям успешно справиться с проблемами, по прошествии времени начинают скрытым образом удерживать их в рамках проблемы, увеличивая ее власть над человеком. Унаследованный нами язык как культурный феномен способствует тому, чтобы мы осмыслили себя и наши отношения с миром определенным образом (теории лингвистической относительности и социального конструирования реальности). В языке имеются ресурсы, которые позволяют нам интерпретировать наши проблемы следующим образом: “Это со мной что-то не в порядке: я – алкоголик” (а не “у меня есть такая проблема – алкоголизм”); “Я злая” (а не “у меня есть проблемы со злостью”). Последние формулировки звучат для нас странно, и непривычность этой интерпретации обусловлена языком\*. Многие терапевти-

---

\* У Пелевина есть отличная иллюстрация к этой практике. Рассказ, кажется, называется “Зигмунд в кафе”.

\* Точно так же во время прогулки в горах нам было бы странно услышать от представителя племени, что вот, мол, к а м н и т. Для нас бы падали камни. Если мы представим, что эти камни наделены сознанием и пришли из разных культур, подобных, скажем, нашей и этого племени, то одни из них с детства слышали, что им предстоит падать, в то время как другие готовились падать.

Представим теперь, что камень из общества падающих камней пришел к психотерапевту, выходящу из племени



ческие подходы базируются на этой негласной предпосылке, что именно Я или Индивид – та самая инстанция, которой следует адресовать проблему. Таким образом, эти подходы помогают позиционировать людей как “индивидов, с которыми не все в порядке”<sup>\*\*</sup>.

Лингвистическая практика, помогающая людям отделить свою личность от проблем (т.е. отделить себя от проблемно насыщенных историй, принимаемых за собственную идентичность), чтобы иметь возможность взглянуть на них со стороны, изменить отношения с ними и взять на себя ответственность за их решение, – называется *экстернализацией*. Являясь еще одной базовой техникой нарративной терапии, экстернализация исключает эффект “приклеивания ярлыков” и способствует тому, чтобы вся семья, сплотившись, направила свои усилия на борьбу с проблемами, а не с людьми (с алкоголизмом, а не с мамой-алкоголичкой; с невнимательностью, а не с ужасно невнимательным ребенком и т.п.). Это уменьшает количество взаимных обвинений в семье, снижает чувство вины у ее членов и повышает эффективность их усилий.

Как уже было сказано, экстернализация – лингвистическая практика, и осуществляется она с помощью экстернализирующей беседы. Эта беседа состоит, в основном, из вопросов, содержание которых соответствует

---

*камнящих (этот психотерапевт скорее всего называл бы себя “психотерапевтирующий”), с проблемой страха падения... Какого такого падения? – подумал бы модернистский психотерапевтирующий, уже в этот момент радостно предвидя, что этот пациент к нему надолго, и за то время, пока они будут прогулочным шагом идти к камнящей реальности, он, терапевт, вероятно, успеет довести эту реальность до правильного состояния, в котором он всем известен, как первооткрыватель “синдрома “страха падения” у “камнящих”.*

*Ага! значит, падения! – подумал бы модернистский психотерапевтирующий, читавший на втором курсе работы предыдущего психотерапевтирующего, уже в этот момент обреченно предвидя, что пациент наверняка будет называть его психотерапевтом, несмотря на то, что неотделимость действия от агента действия давным-давно научно доказана и нормальному пациенту совершенно очевидна.*

*Ого! – подумал бы постмодернистский психотерапевтирующий (долгие годы с большим интересом пытавшийся понять всех тех, кто называл его психотерапевтом, ухоголоносом и летчиком-испытателем), – он говорит, что у него есть такая проблема – страх падения. Очень, очень интересно! Вы знаете (вслух), в культуре, в которой я вырос, не было даже такого слова “падение” ... некоторые нарративные терапевты, и я в том числе, полагают, что ... еще мама часто говорила мне в детстве ... я бы хотел постараться понять ... представьте, что прошел год и Вы уже “с тихим достоинством ждете падения и не слышите страха”, это будет для Вас хорошее состояние? ... кто первым заметит, что Вы больше не слышите страха? ... Были ли когда-то в прошлом случаи, когда Вам удавалось договориться с этим Страхом падения, чтобы он на какое-то время замолчал? (Думает: Потрясающе! Потрясающе интересно! Сколько в мире всего уникального и непознаваемого! Вот процесс психотерапии, например).*

<sup>\*\*</sup> “Возьмем, например, идею лечения беседой. Эти два слова могли бы ухватить некую суть относительно того, что такое “терапия”. В них имплицитно содержится, что у кого-то есть проблема и эту проблему надо излечить. Терапевт, таким образом, подобен доктору. Доктора обучены быть экспертами в решении этой задачи. Когда доктор находит, в чем действительно проблема, он может как эксперт дать определение того, “что здесь на самом деле происходит”, и на основе этого предпринять ряд действий, которые все приведут в порядок. И таким образом тот, у кого была проблема, больше ее иметь не будет, так как все было приведено в порядок. Вот такая карикатура на модернистский взгляд на язык и практику...”

*Озвучивая постмодернистский подход, мы могли бы здесь задать такие вопросы: Кто определяет, что значит “в порядке” и “не в порядке”, что правильно, а что не правильно? Какой эффект это производит на человека, когда ему говорят, что он должен подчиниться экспертизе другого? На каких основаниях, с какой стати один человек имеет право на то, чтобы его Знания рассматривались как более серьезные/лучшие знания, чем чьи-то еще? Язык действует в согласии с научным методом так, что это приближает нас к контакту с подлинными фактами природы, с истинным положением вещей? Или язык более конструктивистская вещь, и сам создает и поддерживает некоторые проблемы?” (Jenny Pinkus, August, 1996).*

различным этапам экстернализации (отделение проблемы, изменение отношений с ней и т.д.).

#### **4. Причинность – Взаимосвязи / Целостность – Клиповость**

##### **Модернизм.**

Причинно-следственные зависимости, линейные связи.

Целостная действительность. Притязание на целостное и полное описание реальности.

##### **Постмодернизм.**

Системные модели. Взаимозависимости.

Распавшаяся, многомерная, фрагментарная, клиповая, вариативная “действительность”.

##### **Психотерапия.**

Уайт полагает, что, прежде чем проинтерпретировать свой опыт так, чтобы его “отдельные” эпизоды имели друг к другу отношение, люди начинают видеть прогрессию событий во времени (*White, 1995*). Это развивает линейность. Принципиальная рамка понятности для людей в их повседневной жизни – это структура нарратива. Именно с помощью этой рамки события жизни связываются в последовательности, которые развертываются во времени согласно конкретным темам (семья, карьера, счастье, уверенность и т.д.). Линейная причинность – доминирующая черта нарративной структуры: события собираются в линейную прогрессию, где каждое событие вносит свой вклад в создание возможности для последующих событий.

Таким образом, нарративный терапевт или нарративный анализ имеют дело с плотным причинно-следственным нарративом. Цель нарративной терапии, в этом смысле, – разрядить, встряхнуть этот нарратив, открыть в нем больше, гораздо больше пространства и привести элементы в движение. Соответственно, его деконструируют, ищут в нем несогласованности, противоречия, создают новые связи.

Теоретически предполагается, что нарративный анализ вместо прямого, монографического описания, в котором события выглядят вполне предсказуемыми, предлагает мультиисторичную концепцию жизни. Практически же может возникнуть ощущение, что, убедившись в предпочтительности той или иной новой истории для данной семьи/человека, они начинают уплотнять эту едва зародившуюся новую историю, чтобы она приобрела статус реальности. Нарративные терапевты утверждают, что они способствуют созданию так называемого богатого (насыщенного, многообразного) описания, в котором содержится не только новая, выбранная сегодня история, но и ресурсы (навыки, умения, знания, опыт, сама идея, что такое

возможно и т.д.) для того, чтобы ее пере-рассказать. Пространство здесь, можно сказать, многомерное и искривляющееся. Если одна история наполняется персонажами и деталями, то другим не приходится уплотняться или исчезать, главным образом потому, что их еще нет. По мнению Уайта, новые истории появляются в тот момент, когда мы их рассказываем и проживаем. Ключевой момент в нарративной терапии, таким образом, – это ощущение выбора, которое позволяет создавать новые истории\*.

## 5. Основания. Легитимность. Мифы.

### Модернизм.

Наличие оснований, авторитетов – того, к чему можно было бы ото-слать. В XX веке наука – универсальное основание, на которое ссылались все.

#### *Легитимность. Метанарратив.*

Метафизика – учение о предельных, сверхопытных принципах и на-чалах бытия, знания, культуры.

#### Формальный анализ:

– устанавливает глобальные основания жизни и универсальные значе-ния человеческой природы, что приводит к созданию натуралистических и эссенциалистских идей Я;

– пребывает в поисках всеобщего, чтобы не запутаться в уникальном, не быть введенным в заблуждение уникальным.

Один большой миф: о бессознательном, американской мечте или ком-мунизме.

### Постмодернизм.

*Лиотар*: Утрата оснований, на которые можно было бы сослаться. Следовательно, анализ не может быть доведен до конца.

“Соседство различных нарративов друг с другом на протяжении столетий было естественным. Однако в определенную эпоху возникает тип дис-курса, претендующий на особый статус по отношению к другим. Это дискурс легитимации, т.е. попытка оправдания некоторой речевой прак-тики, которая поставила бы все остальные в подчиненное положение. Появление “дискурса легитимации”, притязающего на роль метадискурса, или, что то же самое, апелляция к “большой нарративу”, знаменует насту-пление специфической эпохи “модерна”, или “современности” (соответ-ственно, закат больших нарративов, распад дискурса “легитимации” зна-

---

\* В отличие от системной модели, где связи носят нелинейный характер, но остаются предсказуемыми и объек-тивно существующими, в нарративной модели, в идеале, автор сам выбирает элементы и характер связи, то есть конструкцию.

менуется, совпадает с закатом модерна и наступлением постмодерна)” (*Современная западная философия*, 1991, с.158).

**Социальный конструктивизм:** “Реальность” – результат и процесс переговоров, отослать можно только к этим переговорам, и круг замыкается.

**Пост-структурализм:**

*Кризис легитимности и отсутствие метанарратива. Истории ссылаются сами на себя:*

Деррида, выступая на праздновании 200-летия Декларации Независимости США, заметил: “Кто дал право Джефферсону узаконить Декларацию Независимости? Конгресс депутатов. Их выбрал Американский народ, который до подписания документа еще не существовал, так как его возникновение было представлено и аргументировано в Декларации”.

*Умберто Матурана* всегда ссылается только на самого себя.

Отсутствие одного большого мифа. Создание множества маленьких:

Фильм “Парк Юрского Периода” – возникает “индустрия динозавров”. “Твин Пикс” – зрители подражают героям, есть фан-клубы, сайты, интернет-сообщества, огромное количество текстов по поводу этого текста (фильма), вся сопутствующая индустрия: майки, наклейки, чашки, рестораны, клубы и т.д. То же самое с Толкиеном, “Матрицей”, “Сейлор Мун”, “Покемонами” и т.д.

*Люди выбирают миф для жизни; локальные мифы не менее “реальны”, чем всенародные; всенародных мифов становится все меньше.*

**Психотерапия.**

Нарративный анализ выносит на первый план противоречивость опытов субъективности и денатурализует идею Я, делая его, как минимум, многогранным. Нарративные терапевты пребывают в поисках уникального, чтобы не быть введенными в заблуждение всеобщим. У них нет никакого легитимного свода установлений и описаний того, каким должен быть человек или отношения\*. Нарративные терапевты обычно говорят – “мы допускаем, что”, мы “полагаем, что”, а не “научно доказано”, “давно известно” и “еще Аристотель утверждал”.

Интерпретации опыта (то есть жизни) строятся не на неких универсалиях, а на принятых в данном обществе смыслах и процедурах приписывания тех или иных смыслов тому или иному опыту.

В процессе нарративной терапии человек противопоставляет ценность своего локального нарратива влиянию каких-либо больших историй (об

---

\* Разве что активным, позитивно мыслящим и с ощущением свободы выбора. Нарративные терапевты полагают, что это не Легитимный свод установлений о сущности человека, а результат их свободного и позитивного выбора.

Эдиповом комплексе, Настоящем мужчине или Долготерпении русского народа).

Сама нарративная терапия тоже не выступает для нарративных терапевтов как “Большая История”, то есть плотный гомогенный, упорядоченный текст, легитимизирующий их практику или “духовное состояние”. Нарративная терапия и нарративный терапевт выступают как локальный нарратив и маленький миф среди других маленьких мифов (психотерапевтических подходов). Нет экспертов, нет объективных истин, нет конечной интерпретации или конечного интерпретатора, на которого можно было бы сослаться, чтобы подтвердить легитимность, истинность или право на существование той или иной истории, включая саму нарративную терапию и идею о том, что нет экспертов, нет объективных истин, нет конечной интерпретации и т.д.

Современные нарративные терапевты деконструируют свой подход и себя, что открывает возможность для изменения и диалога с другими подходами, голоса которых становятся слышны в нарративном нарративе.

## **6. Цель – Игра / Объект – Процесс / Иерархия – Анархия / Порядок – Хаос**

### **Модернизм.**

Цель. Великие преобразовательские проекты. Цель известна: перевести мир из “неразумного” состояния в “разумное”, человека из “неправильного” в “правильное”. Процесс – путь к этой цели.

Объект. Пассивен. Человек может воздействовать на него, преобразовывать, переводить из неправильного состояния в правильное.

Иерархия. Объективные нейтральные структуры языка в структурализме.

Структура психики: от концепций классического психоанализа до иерархии потребностей Маслоу.

Разделение на высокие и низкие жанры в искусстве, на мирское и сакральное в духовной сфере.

Порядок.

### **Постмодернизм.**

Игра<sup>\*</sup>. Как контекст для возможного, незавершенного, открытого.

---

\* *Оппозиции*: постмодернизм состоит не в утверждении деструкции в противовес творчеству, игры с цитатами в противовес серьезному созиданию, а в дистанцировании от самих оппозиций “разрушение – созидание”, “игра – серьезное”, как и от всех других бинарных оппозиций: субъект – объект, целое – часть и т.д., и устойчивых целостностей: Восток – Запад, Мужское – Женское и т.п. В этой статье представлено и мышление в бинарных оппозициях, и дистанцирование от них.

Как обозначение постмодернистского стиля жизни, где человек принимает допущение, что все ситуации и роли, которые ему предстоит исполнить, уже описаны.

Противоположность игры – не серьезность, а насилие.

*Матурана*: “Насилие как любое навязывание чьей-то воли другому, а любовь как открытие пространства для существования другого” (цит. по {Фридман, Комбс, 2001, с.329}).

Серьезная, или настоящая, любовь для постмодернистов – оксюморон.

*Витгенштейн*: Языковые игры.

*Процесс*. Это все, что нам остается. Объект противится человеческому воздействию, отвечая на него противодействием.

Скептическое отношение к установке на преобразование, отказ от попыток систематизации мира. Мир не только не поддается попытками его переделать, но и не умещается ни в какие теоретические схемы. Событие всегда опережает теорию.

*Постпозитивизм*: Сдвиг от анализа структуры научного знания к исследованию развития последнего, к его истории (*Кун, Лакатос*). При этом сомнению подвергаются идеи кумулятивности в понимании развития знания – прогресс науки перестает быть чем-то несомненным; скорее, можно говорить об изменении знания.

*Анархия*.

*Постпозитивизм*: Отход от идей демаркации – наука, миф и философия не только не выстраиваются в какую-либо иерархию, но и вообще сложно делимы.

*Постмодернизм*: Стирается грань между прежде самостоятельными сферами: между “научным” и “обыденным” сознанием, между “высоким искусством” и “китчем”.

Событие интересно как событие, а не отблеск первосмысла. В мире равнозначных событий нельзя определить главное и второстепенное.

*Хаос*. Корни в экзистенциализме. Камю в “Мифе о Сизифе” сделал ход к принятию абсурдности мира.

Антисистематичность – невозможно зафиксировать жесткие замкнутые системы, будь то в сфере экономики, политики или искусства.

Постмодернизм не эстетизирует хаос. Он отдается ему. Учат жить в хаосе.

*Хаос и Порядок*. Благодаря тому, что системы, кажущиеся хаотическими, эволюционируют во времени, они образуют паттерны поведения, которые, невзирая на их сложность, все-таки познаваемы и могут быть описаны. Этот феномен приводит к другому догмату = в хаосе есть порядок (*VanderVen, 1998*).

*Связь Хаоса и Игры*. Выделяются хаотические характеристики игры, например:

*Рекурсивность.*

Игра носит конструктивистский характер – то есть возвращает в самое себя информацию, которую создает, изменяя тем самым природу играющего и эволюционную природу самой игры.

*Entraining.*

Игровая деятельность берет два несоизмеримых элемента и комбинирует их, позволяя им функционировать вместе, интегрированно и гармонично.

*Неравновесие.*

Дети начинают игру в результате внутреннего чувства неравновесия. Акт игры создан для того, чтобы преобразовать это чувство.

*Зависимость от начальных условий.*

В игре небольшие или сравнительно незначительные явления/проявления/события могут приводить к широким, влиятельным последствиям. Простой, возможно, даже случайный акт предположения, что определенный объект подходит для некоего сюжета, может инициировать динамику, которая разрешается в значительном игровом эпизоде, способном длиться днями, неделями или месяцами.

*Самоорганизация.*

По ходу того, как игра эволюционирует в комплексную адаптивную систему, она самоорганизуется, развивая свои собственные паттерны согласованности. Каждый играющий должен самоорганизоваться и создать собственный смысл получаемого опыта (*VanderVen, 1998*).

**Психотерапия.**

Нарративные терапевты часто определяют свой подход как игровой, особенно когда речь идет о работе с детьми. Дети легко экстернализируют свои проблемы и довольно быстро демонстрируют всей семье, как можно беззаботно и весело относиться к тому, что считалось серьезным и тяжелым. Когда дети вместе с терапевтом и другими членами семьи повествуют об их отношениях с проблемой, игра непроизвольно входит в текущий семейный нарратив.

Нарративные терапевты предлагают своим клиентам все, что позволяет теория, которой они придерживаются, – поиграть с интерпретациями опыта, используя среди прочего хаотические характеристики игры и открываемые ими возможности (в данном контексте она вообще и является игрой); акцент на смыслах; действие в воображаемом поле, в гипотетическом будущем; включение различных реальных и сконструированных персонажей; проживание, интерпретацию и переинтерпретацию сюжета (все это только добавляет игровых моментов в нарративный подход). Не меньший вклад вносит и принцип не-насилия, который пронизывает всю нарративную практику и, руководствуясь которым, терапевт старается не

навязать клиенту как-то случайно собственную интерпретацию его опыта, основанную на прошлом и настоящем самого терапевта. Отправляясь от идей французских философов постмодернизма, нарративные терапевты пытаются в этом плане учитывать все – половые, расовые, социальные, культурные и прочие различия, не уставая рефлексировать данные моменты и пытаясь понять, что рассказываемые истории значат для клиента.

Нарративные терапевты избегают иерархических отношений, как между терапевтом и семьей, так и в супервизорских группах. Во-первых, это вытекает из их теоретических посылок, а во-вторых, способствует большему творчеству и продуктивности в работе. Иерархия и экспертность сменяются сотрудничеством на равных\*.

Что касается процесса, то вот как об этом пишут Фридман и Комбс (*op.cit.*, с.27): “Ощущать себя “в процессе” означает отказаться от любого чувства объективности, касающегося специфических долговременных целей. Если “выходные” результаты клиента и терапевта коэволюционировали, мы не могли определить свой конечный пункт назначения ни в один из моментов настоящего”.

Карен Вандервен полагает, что для жизни в современном хаотическом, изменчивом и непредсказуемом мире человек должен обладать так называемым Протенианским Я (Протей – греческий бог моря, изменчивый и многоликий). Она анализирует, как функционирующее на основе разума Протенианское Я взрослого может развиваться в детском опыте игры (*VanderVen*, 1998). В этом смысле, возникший во времена постмодернизма и популяризации теории хаоса игровой нарративный подход выглядит особенно уместным\*.

## 7. Элитарность – доступность

### Модернизм.

Элитарность, академичность (литература, музыка, знание и т.д.).

### Постмодернизм.

Увлекательность и доступность адресату: “*Имя Розы*” – увлекательный детектив с эротическими сценами в монастыре и, в то же время, Борхес в лабиринте, идеи М.Бахтина, реконструированная средневековая действительность, сама метафора модернизма и постмодернизма. Двойное кодирование. *Набоков* – “*Лолита*”: эротический и метафизический, философский роман.

### Психотерапия.

---

\* Что касается нарратива клиента, то здесь, как уже говорилось, иерархия в силу сути самой терапии есть, и проблемно-насыщенные эпизоды имеют меньший вес и в результате деконструкции должны подвергнуться репрессии.

\* Хотя нарративные терапевты, вероятно, чрезвычайно обиделись бы на предположение, что их подход, даже в таком общем смысле, может служить целям адаптации к особенностям современной культуры или общества.



Нарративная терапия в равной степени доступна как для семей, так и для индивидуальных клиентов. У терапевтов нет специальных жестких требований к тому, в каком составе семья должна присутствовать на сессии, и к тому, как часто и в какой форме (прием у психотерапевта, в виде переписки и т.д.) эти сессии должны происходить. Нарративная терапия доступна для людей, представляющих разные культуры, имеющих различную сексуальную ориентацию, принадлежащих к разным социальным слоям, субкультурам, говорящих на разных языках (внутри одного языка – жаргон, специальная лексика и т.д. – терапевт говорит с клиентом на его языке). Нарративная терапия заботится о своем адресате (клиенте), становясь прозрачной для него – терапевт всегда готов проинформировать клиента по поводу теории и практики подхода, сообщить ему, “что сейчас происходит”, объяснить свои действия.

Об ограничениях использования этого подхода мне ничего не известно, но, поскольку он основан на языковой практике, можно предположить, что тяжелые нарушения устной и письменной речи, а также незначительный возраст клиента (до 3-4 лет, видимо) будут служить тут препятствиями\*\*.

Предполагается, что нарративная терапия – это относительно увлекательный и легкий жанр: терапевт испытывает искренний интерес к клиенту, клиент пребывает в творческом процессе, играет, рождаются новые смыслы и истории\*.

## 8. Автор

### Модернизм.

*Текст, который пишет модернист:* проза как отражение реальности (даже если это поток сознания, то понятно, кого – автора). Целостный текст, наполненный смыслом; есть цель, представление о норме языка, автор – это автор.

*Отношение к человеку.* Двух типов:

– Человек-творец, порывающий со своей культурой в связи со стремлением к новизне.

---

\*\* Хотя нарративная терапия всегда включает работу со смыслами и рассказывание историй, способы, которыми это делается, могут быть очень разными и зависят они от вовлеченных в процесс людей. В основном нарративная терапия зародилась в работе с очень маленькими детьми и с людьми, у которых были значительные ограничения в способах выражения себя (с людьми, находящимися на стационарном лечении в психиатрических клиниках, например). Рассказывать истории можно очень разными способами, и это не требует красноречия или грамотности. Люди используют самые разные способы, пытаясь быть понятными. Задача терапевта здесь – найти доступ к опыту и смыслу человека, которого он консультирует, независимо от того, в какой форме человек этот опыт выражает.

\* Многие из того, что сегодня называется нарративной терапией, пришло из работы с “недобровольными клиентами” (по приговору суда, в клинике и т.д.), которые находились в условиях, где у них не было особого выбора в отношении многих аспектов их жизни. Еще нарративная терапия происходит из работы с людьми, которые изначально не могли говорить с терапевтом (люди, которые ни с кем не разговаривали, например). В этом контексте нарративная терапия родилась из желания найти эффективные и этические способы работы в таких ситуациях. И до сих пор многими терапевтами развивается в этом направлении.

– Человек массы (линейное мышление, здравый смысл, может быть использован как винтик в системе, игнорируется как индивидуальность).

*Психотерапия:* Системная терапия, оппозиция “эксперт – клиент”. Тут терапевт – человек в первом смысле, а клиент – во втором.

*Отношение к технике.* Культ техники, механизмов. Обнажение функции в дизайне делает его модернистски красивым. Идея, что человек может функционировать, как робот. Главное – понять его психологию, и это позволит им управлять.

*Психотерапия:* Системная терапия: система – механизм, который надо довести до функциональности.

Теории развития, формирования. Уже с приходом Фрейда человек в психологии – не машина. Но подход все еще позитивистский: прежде всего, необходимо понять, и тогда достаточно нажать известные кнопки, чтобы получить желаемые изменения.

*Представления о норме.* Норма есть. Модернизм защищает норму и относит неожиданное к невидимому.

### **Постмодернизм.**

*Текст, который пишет постмодернист:* множественность точек зрения, каждая из которых самостоятельна. Нет единого мира, который можно было бы воссоздать. Проза – это не отражение реальности, а творчество при постоянной рефлексии по поводу того, как автор пишет (*Маркес. “Сто лет одиночества”* – множество нестыковок никого не волнует. Роман – это только роман). Готовность прибегать к другим жанрам (фантастика, детектив), допущение нестыковок в тексте.

*Постмодернизм в жизни (Кузнецов, 1995):*

1. Отношение к жизни как к тексту. Подход к жизни как к тексту позволяет обычное жизненное событие рассматривать по-новому, по-разному, играя с ним, вспоминая уже прочитанное, увиденное. Эта игра бесцельна, для удовольствия.

2. Тенденция к отходу от анекдота к байке. В байке рассказчик сам может выступать в роли персонажа (он может быть всезнающим автором, жалким, смешным участником и т.д.)

3. Человек в жизни дрейфует в различных регламентированных полях (семья, система образования, работа и т.д.)

4. Постмодернизм предлагает принять, что любая ситуация, в которую мы попадаем, уже описана. И предстоит жить по правилам этой ситуации, но осознавая ее стереотипность, разыгрывая ее.

5. Принимая на себя разные, также уже описанные роли, человек не обязан окончательно идентифицироваться с какой-либо из них. Он может менять их так часто, как ему хочется.

6. Однако данная игра требует от играющего вкуса, стиля, иначе она рискует стать грубой и неинтересной. Это требует не меньших усилий, чем прямое сопротивление.

7. Если существует установка на жизнь как на игру, то есть ли вещи, которые нельзя сыграть? – смерть, рождение, любовь... Таким образом, постмодернизм обозначает ряд жестких границ в своих притязаниях на человеческую жизнь. Есть вещи, которые должны быть подлинными. Можно обыграть сцену смерти, лишь рефлексировав ее. Граница связана с человеческой телесностью.

*Психотерапия:* Одна из основных идей нарративной терапии "*мы – это истории*".

Человек непознаваем, уникален.

*Представление о норме.* Отсутствие представления о норме. Все стили равноправны.

### **Психотерапия.**

Нарративная психотерапия сочетает в себе модернистские и постмодернистские представления об авторе и тексте. Предполагается, что человек во время терапии становится автором собственной истории жизни, вполне в модернистском смысле: он – Творец, свободная и сильная фигура, порывающая со своей традицией, реализующая свою свободную волю. При этом сама история, текст и способ его написания, в основном, постмодернистские. С помощью терапевтов человек проявляет интерес ко всему уникальному, к дисконтинуумам и пустотам, деконструирует норму, включает в сюжет различные точки зрения, играет с ним, создает, в конце концов, разветвленное, открытое, поливариативное богатое описание = нарратив = жизнь.

Учитывая, что текст (нарратив/жизнь) и автор (человек) в нарративной терапии *тождественны*, получается парадокс.

В постмодернизме автор цитирует, располагается на границе текстов (Фуко), умирает, в конце концов (Барт). В нарративной терапии автор становится главным героем своего романа и вполне по-модернистски отправляет себя в светлое будущее.

Что касается телесного опыта, на котором, согласно некоторым интерпретациям, заканчивается постмодернизм, то нарративная терапия здесь не остановилась. Поскольку нарративные терапевты полагают, что смысл и опыт – это одно и то же, и любой телесный опыт присутствует в нарративе человека в виде интерпретации, то эти интерпретации (физической боли, клинической смерти, изнасилования и т.д.) также могут быть перерассказаны и переосуществлены.

*От дебатов к диалогу.*

“Perhaps it is worth while thinking about what new possibilities may emerge if White were to meet Milan or "Systemic" were to meet "Analytic"” (Hart, 1995, p.188).

Долгое время нарративная терапия находилась как бы в сепарированном состоянии по отношению к другим подходам. Этому во многом способствовал тот факт, что один из ее создателей и популяризаторов, Майкл Уайт, ничего не говорил в своих работах ни о влиянии, которое на него оказывали другие направления в семейной терапии, ни о возможных параллелях или точках соприкосновения с ними. Отчасти это объясняется тем, что нарративная терапия – история, расположенная в постмодернистском контексте\*. Как релятивистски настроенный постмодернист может соотнести два (или более) психотерапевтических подхода? Объективная истина, если и существует, то недоступна; все стили равноправны; говорить о преимуществах и недостатках разных направлений, решать кто лучше, кто хуже (по любым параметрам: эффективности, истинности и т.д.), постмодернист может только в кавычках, в качестве интеллектуального развлечения, игры (в основном, “в бисер”), ценность которой ограничивается исключительно увлекательностью процесса для играющего. Смысл безоценочного описательного сопоставления с целью выяснения сходств и различий – тоже был бы не вполне ясен: различные школы и так достаточно четко заявляют о себе.

Надо сказать, что состояние “*cut-off*” между отдельными психотерапевтическими подходами, в целом, определяется их приверженцами как предпочтительное: смешение жанров не приветствуется. В рамках модернистской логики подобная точка зрения совершенно оправдана.

Что касается постмодернистской позиции нарративной терапии, то первоначально она была озвучена Гергеном следующим образом: “Постмодернистские возражения направлены не против различных школ психотерапии, но лишь против их позиции авторитарной истины” (цит. по {Фридман, Комбс, 2001, с.35}). Понятно, что это требование нарративные терапевты должны были отнести и к своему подходу. Подобное видение, хотя и лишало всякого смысла дебаты между разными школами, само по себе еще никак не способствовало открытию возможности диалога между ними.

Однако далее, реализуя заложенную в постмодернизме рефлексивную позицию и практику распространения на себя своих собственных методов, нарративные терапевты принялись деконструировать то, как они использовали различные теории в практике нарративной терапии. Деконструкция показала, что на разных этапах своего развития они привлекали массу идей

---

\* Ему она, кстати, и обязана тем, что смогла в наши дни стать признанным и влиятельным знанием. Он, постмодернистский контекст, ей, правда, тоже обязан тем, что именно в ней впервые получил практическое воплощение в сфере психотерапии.

из самых разных направлений в семейной терапии (Hart, 1995)\*\* . И это создало рамку, контекст, подводящий к мысли, что диалог между различными подходами совершенно необходим. Была высказана популярная ныне идея, что различные подходы, включая нарративный, можно рассматривать как своего рода линзы. Использование множества линз в практике семейной терапии поможет избежать проблем, возникающих в результате жесткой приверженности к одному определенному подходу. Рассматривались выявленные в результате деконструкции пересечения и соприкосновения между отдельными направлениями.

Способ налаживания диалога, как оказалось, уже содержался в рамках нарративной терапии. Харт (*op.cit.*) предложил использовать идеи кибернетики второго порядка с тем, чтобы для начала “перепроверить” нарративный подход и все его теории, поместив его в контекст “семьи терапевтов” (терапевтических школ). Подобно тому, как семья и рефлексивная команда, встречаясь, в сотрудничестве обмениваются вопросами, предположениями и историями, нарративные терапевты могли бы ответить на вопросы других подходов и предложить им свои. Целью подобной дискуссии было бы, как и в случае с семьей, не приближение к истине, а создание богатого описания, расширение горизонтов и возможностей.

В качестве иллюстрации приведу лишь некоторые из многочисленных областей пересечения с другими подходами, которые обнаружились в процессе одного из опытов деконструкции нарративной терапии (Hart, 1995):

Связывающий прошлое, настоящее и будущее *Уникальный эпизод Уайта* подобен вопросам *“вперед в будущее”* Пена и *Рефлексивной Петле* прошлого, настоящего и будущего, которую придумали Босколо и Бертрандо. С другой стороны, он в той же мере напоминает *“исключение из правил”*, используемое Дешейзером.

*“Порождение дилемм”* чрезвычайно похоже на *“дилеммы изменения”* Пэгги Пэпп.

Использование *ритуалов* – такое же, как у М.С.Палаззоли.

Даже идея экстернализации не нова. За несколько лет до Уайта Томм писал, что такая практика возможна и *“охватывает древнюю мудрость об одержимости демонами и их изгнании”* (Tomt, 1989).

Уайта часто объединяют с Дешейзером, создателем терапии, ориентированной на решение. Оба терапевта используют в работе *“ресурсные модели”* (цель которых активизировать ресурсы и *“усилить”* человека/ семью), в противовес *“дефицитарным моделям”* (цель которых *“почи-*

\*\* Казалось бы, ну и что здесь удивительного – все знают, что подходы не берутся из воздуха. Удивительно то, что выглядят они в результате как раз так, как будто созданы инопланетянами. Всякие версии о том, как так получается, можно почитать у философов XX века, которые занимались историей науки, знания, познания. Уникальность нарративной терапии на психотерапевтическом поле состоит в том, что она занялась полномасштабным вскрытием при жизни.

нить” людей/семьи с патологиями). В 1993 году между Уайтом и Дешейзером состоялась письменная дискуссия, где они сами и прояснили, чем созданные ими подходы отличаются друг от друга: 1) Дешейзер не возвращается к обсуждению проблемы и фокусируется только на “разговоре о решении” versus Уайт использует новую историю, которую человек создает с помощью уникальных эпизодов, чтобы поговорить о том, как он сможет противостоять влиянию проблем и тех смыслов, которые эти проблемы приобрели в его жизни. 2) Оба, и Уайт, и Дешейзер, работают над решением, но из этого пункта они направляются в разные стороны – Уайт фокусируется на смыслах, истории и власти, а Дешейзер – на поведении, целях и прагматике. В терапию Дешейзера не включены аспекты, связанные с полом, расой, культурой и властью (*de Shazer and White, 1993*). Некоторые виды вопросов в нарративной терапии, направленные на *включение* в переписываемую историю *других персонажей*, очень напоминают миланское *циркулярное интервью*.

Переход от концентрации на фактической стороне взаимодействия к его ролевому и смысловому аспектам также был осуществлен в Миланском подходе. Для того, чтобы изменить собственное восприятие, члены группы Палаццоли прежде изменяли свою речевую практику. Например, вместо “мистер Смит печален” они старались говорить “мистер Смит показывает, что он печален”, а миссис Смит *показывает*, что это производит на нее такое-то впечатление, она *придает* его печали такой-то смысл, а их дочь *показывает*, что она, со своей точки зрения, видит в его печали то-то. Так что присущая нарративному подходу концентрация на смыслах и убеждениях, выраженных в тексте, в указанном аспекте сближает его с Миланской школой.

Нельзя сказать, что нарративные терапевты сегодня организованно направились налаживать диалог с другими психотерапевтическими направлениями: эти диалоги носят пока, в основном, как у Борхеса, внутренний характер и происходят на конгрессах по нарративной терапии между самими нарративными терапевтами. Там и выясняется, что некоторых нарративных терапевтов постмодернистская логика привела к эклектическим моделям; другим тот же постмодернистский релятивизм позволил спокойно смотреть на мир через выбранную ими линзу, сохраняя понимание, что в психотерапии еще много других линз, и что все они открывают разные возможности и, вероятно, как-то пересекаются. В любом случае, рассказывая друг другу свои истории, нарративные терапевты создают все более богатое описание психотерапии, где в ряду других возможностей всегда присутствует и возможность диалога.

---

**ЛИТЕРАТУРА**

- Ильин И.П. *Постструктурализм. Деконструктивизм. Постмодернизм.* М., 1996.
- Ильин И.П. *Постмодернизм от истоков до конца столетия: эволюция научного мифа.* М., 1998.
- Кузнецов Сергей. *Лекции по культурологии.* РГГУ, 1995.
- Пригожин И., Стенгерс И. *Время, хаос, квант.* М., 1994.
- Семейная психотерапия.* С.-П., 2000.
- Современная западная философия. Словарь.* М., 1991.
- Фридман Джилл, Комбс Джин. *Конструирование иных реальностей: истории и рассказы как терапия.* М., 2001.
- Эко Умберто. *Заметки на полях "Имени розы"* // *Имя Розы.* М., 1994.
- Anderson H. and Goolishian H.A. 1988. *Human Systems as Linguistic Systems: Preliminary and Evolving Ideas about the Implications for Clinical Theory, Family Process,* 27, 4: p.380
- Borges J.L. *A New Refutation of Time.* – in *Borges J.L. Labirinth. Pengium Modern Classics.* – *Pengium Books,* 1970, p.269
- Botella, Luis. 1997. *Personal Construct Psychology, Constructivism, and Postmodern Thought. Deconstructing Psychotherapy.* (1999). Edited by Ian Parker. *Sage Publications Ltd. London. Thousand Oaks. Delhi.*
- von Glaserfeld E. 1984. *An introduction to radical constructivism.* In P.Watzlawick (Ed.), *The invented reality* (pp.17-40). *New York: Norton.*
- Gleick J. (1987). *Chaos.* *New York: Viking.*
- Hart Bruce. *Re-authoring the stories we work by: Situating the narrative approach in the presence of the family of therapists.* // *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy,* 1995, vol.16, No 4, pp.181-189.
- Maturana Humberto R. *The Nature of time.* November 27, 1995.
- Maturana H.R., & Varela F.J. 1987. *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding.* *Boston: Shambhala.*
- Perry W.G. 1970. *Forms of intellectual and ethical development in the college years: A scheme.* *New York: Rinehart & Winston.* p.258..
- de Shazer and White. 1993. *Viva la Difference.* In: Gilligan S. and Price R. (eds.) *Therapeutic Conversations.* *New York, WW Norton.*
- Shotter John. (1990) *Toward a third revolution in psychology: from inner mental representations to dialogical social practices.* // *First draft of chapter for David Bakhurst and Stuart Shanker* (eds.) *Culture, Language, Self: the Philosophical Psychology of Jerome Bruner,* *Sage Publications, London.*
- Tomm K. 1989. *Externalising The Problem and Internalising Personal Agency.* *Journal of Strategic and Systemic Therapies,* 8, 1: p.58.

*VanderVen Karen. 1998. Play, Proteus, and Paradox: Education for a Chaotic and Supersymmetric World. // Play from birth to twelve and beyond: Contexts, Perspectives, and Meanings. Garland Publishing, Inc., NY & London.*

*White M., & Epston D. (1990). Narrative means to therapeutic ends. New York: Norton.*

*White Michael. 'The process of questioning: A therapy of literary merit'. In The Selected Papers of Michael White. Dulwich Centre Publications, Adelaide: 1989.*

*White Michael. (1995) Re-Authoring Lives: Interviews and Essays. Adelaide: Dulwich Centre Publications.*