
Предисловие

В одной из своих статей Марк Маккергоу рассказывает о встрече со Стивом де Шейзером на семинаре в Лондоне в 1995 году. Его поразила та форма презентации ориентированного на решение подхода, которой пользовался де Шейзер. Он никоим образом не пытался заинтересовать участников содержанием семинара, более того, оставил многих в состоянии непонимания, а возможно, даже напугал.

Стив вышел на сцену с микрофоном, глубоко вздохнул, как он обычно делал, перед тем как начать, и сказал: “Так... лучше, если вы зададите мне несколько вопросов”. Участники тренинга смутились. Мы знали, что он эксперт и ожидали, что он сам будет говорить нам, что мы должны делать. Но он стоял там, отказываясь говорить нам что-либо заранее. В аудитории воцарилась тишина. “Работает ли подход с алкоголиками?” — раздался вопрос из зала. — “Я не знаю. Следующий вопрос”. — “Ваш подход работает с расстройствами личности?” — “Не знаю. Следующий вопрос”. Было упомянуто еще несколько диагнозов, и каждый раз ответ был один и тот же: “Я не знаю”.

Маккергоу был поражен и обескуражен тем, что там происходило. Участники не понимали, почему один из ведущих специалистов по ОРКТ не знает, работает ли подход с теми или иными психологическими проблемами. Хотя это было всего лишь желание де Шейзера привлечь внимание на то, что в ОРКТ не важно, с какого рода проблемой мы имеем дело; более того, чтобы быть эффективным, нет необходимости заниматься клинической диагностикой или концептуализацией случая. И это был совершенно иной, незнакомый и непривычный, взгляд на то, что мы привыкли называть психологической помощью.

В какой-то момент семинара де Шейзера спросили: “Можно ли увидеть, как вы задаете чудесный вопрос?” Стив ответил: “О, да, я уверен,

что смогу сделать это. Спасибо, что спросили”. После этого вопроса участники расслабились, и семинар продолжался в более привычной обстановке.

Нельзя сказать, что способ представления подхода, выбранный де Шейзером, был оптимальным. Более того, он мог показаться грубым и даже возмутительным. Некоторые участники семинара даже ушли, не дождавись, когда же де Шейзер начнет рассказывать что-либо содержательное. Но факт остается фактом, и нам придется лишь смириться с причудливостью стиля преподавания одного из авторов ОРКТ.

То, что делает Марк Маккергоу, можно назвать совершенно иной формой представления ориентированного на решение подхода широкой аудитории. Эта форма более понятна, дружелюбна и вследствие этого может быть найдена более привлекательной, в особенности для неподготовленного читателя. Она отличается ясностью, последовательностью, высокой степенью внимательности к деталям и открытостью к обсуждению любых нюансов практики.

Помимо прочего, есть три причины обратить внимание на работу Марка Маккергоу.

Во-первых, он исчерпывающе и цельно описывает интеллектуальную историю возникновения ориентированного на решение подхода. Начиная с исследовательских проектов Грегори Бейтсона в Институте психических исследований в Пало-Альто и заканчивая современными идеями. Это помогает читателям сформировать широкую картину эволюции моделей краткосрочной терапии и понять значение и место ориентированного на решение подхода в ландшафте современного психотерапевтического поля.

Во-вторых, он предлагает посмотреть на ОРКТ сквозь призму конструктивизма, в частности энактивизма. Сам де Шейзер, возможно, не был бы сторонником этой идеи. Однако такая оптика сильно упрощает понимание того, как именно работает ориентированный на решение инструментарий.

Конструктивизм бросает вызов традиционным представлениям о реальности, утверждая, что каждый человек сам конструирует (создает) тот мир, в котором он живет. Это не пассивное отражение объективной реальности, а напротив — активный, творческий, бесконечный

процесс, основанный на взаимодействии человека с окружающим его миром. Ключевой метафорой, выбранной Маккергоу для иллюстрации работы ОРКТ, является “расширение границ реальности”. И с точки зрения конструктивизма это так и есть: мы как помогающие практики не меняем представления клиентов о мире, не боремся с дисфункциональными убеждениями и когнитивными искажениями, не пытаемся избавить людей от стереотипов и ошибок мышления, мы просто помогаем им изменить сам мир, в котором они живут, расширяя его границы.

В-третьих, Маккергоу детально разбирает одну из современных моделей ОРКТ, разработанную в Центре БРИФ (Великобритания) Эваном Джорджем, Крисом Айвсоном, Харви Ратнером. Как это ни удивительно, данная модель еще более проста и минималистична, чем классическая милуокская модель краткосрочной терапии Стива де Шейзера и его коллег.

Я хотел бы поблагодарить всех участников коллектива переводчиков, без которых выход книги на русском языке был бы невозможен. Это Елена Лаврова, Оксана Мушникова, Виктория Никитина, Елена Андоскина, Ксения Пименова, Софья Киселева и Маргарита Кевац. А читателям желаю увлекательного и приятного путешествия в процессе знакомства с этой, без сомнения, выдающейся работой Марка Маккергоу.

Гамзин Юрий,
психолог, переводчик, председатель Совета
Ассоциации ориентированных на решение
практиков и психотерапевтов.