

# Предисловие к русскому изданию

---

Ориентированная на решение краткосрочная терапия (ОРКТ) стала результатом многолетних наблюдений, обсуждений, исследований и размышлений, проводимых группой энтузиастов в Центре краткосрочной семейной терапии в Милуоки. Вместе с тем нам известна версия ОРКТ, предложенная главным образом Стивом де Шейзером и Инсу Ким Берг, так как они являются авторами или соавторами большинства публикаций, касающихся классической ее модели. Однако в этой команде были люди, не во всем согласные со Стивом де Шейзером и с тем, как ОРКТ впоследствии воспринималась широкой аудиторией. Данная книга — хороший пример альтернативного взгляда на ОРКТ и на способы ее использования.

Ив Липчик — человек с непростой, но достаточно интересной судьбой. Она родилась в Вене в еврейской семье в 1931 г. Ее отец был инженером, а мать — домохозяйкой. Мать хотела стать врачом, но отец не позволил ей получить соответствующее образование.

Когда в конце 1930-х гг. в Европе началась война, семье пришлось эмигрировать, спасаясь от фашистского режима. Отцу в 1939 г. удалось уехать в Англию, где его забрали в армию. Ив с матерью в 1940 г. с большими сложностями выбрались в США. Отец приехал к ним только после демобилизации по состоянию здоровья в 1944 г. Все это время матери приходилось снимать небольшую комнату в доме родственников и заниматься неквалифицированным трудом, чтобы зарабатывать на жизнь. Ив вспоминает это время как очень тяжелое, когда она сильно скучала по отцу.

Семья жила в Рочестере (шт. Нью-Йорк). Ив хорошо училась в школе и колледже, и поэтому разные университеты предлагали ей стипендию. Однако родители не хотели, чтобы дочь уезжала далеко от них, и Ив выбрала Нью-Йоркский университет. Там она изучала литературу, планируя стать писательницей. Кроме того, ее привлекала работа на радио и теле-

видении. Вспоминая то время, она говорит, что ей всегда хотелось писать. Но больше всего ей нравились диалоги. Может быть, именно поэтому впоследствии ей стало интересно, как разговоры помогают людям справляться с проблемами.

Получив степень бакалавра, Ив в течение года работала помощницей продюсера на телеканале NBC. Во время учебы в университете она познакомилась со студентом-медиком Эллиотом Липчиком, который впоследствии стал ее супругом. В 1952 г. они уехали в Швейцарию, где Эллиот продолжил обучение. Следующие 6 лет они провели в Базеле, где Ив работала переводчицей. В 1958 г. они вернулись в США. После прохождения ординатуры Эллиот получил хорошую работу, а Ив продолжила заниматься переводами. В начале 1960-х гг. в семье появился сын, спустя четыре года — второй сын, а еще через два года — дочь.

В начале 1970-х гг. Ив впала в депрессию, которую сама себе объяснила отсутствием жизненных ориентиров. В то время как муж построил карьеру врача, она чувствовала себя нереализованной. Последовав совету подруги, она прошла терапию у психиатра — ученика Гарри Стэка Салливана. По удивительному совпадению много лет спустя именно идеи Салливана использовала Ив для разработки собственной концепции ОРКТ. После терапии ей стало лучше, и она намеревалась найти работу в туристическом бизнесе.

В одном доме с семьей Липчик проживал человек, который занимался игровой терапией с детьми в школах. Это было частью большого лонгитюдного исследовательского проекта Рочестерского университета по выявлению проблем обучения у детей на ранних стадиях развития. Для реализации проекта требовались люди без психологического или педагогического образования, которых можно было бы быстро обучить игровой терапии. Ив решила присоединиться к проекту, а впоследствии поступила на факультет социальной работы в Рочестерском университете. Ей хотелось получить больше знаний в области психологии и оказания социальной помощи. Там ей удалось попасть на программу семейной терапии, которая ее очень заинтересовала. Однако, чтобы стать семейным терапевтом, ее квалификации было недостаточно.

В 1976 г. семья переехала в Милуоки (шт. Висконсин), где муж получил хорошую должность, а Ив смогла продолжить обучение на семейного терапевта. В Университете Милуоки Ив закончила обучение по специальности “Семейная терапия”. Ее преподавателем был Элам Наннели, который

позднее стал одним из участников группы психологов, разработавших классическую модель ОРКТ.

Чтобы приобрести больше опыта, в 1978 г. Ив начала стажировку в Семейной службе Милуоки. Ее руководителем стала Инсу Ким Берг. Это событие оказалось поворотным в карьере Ив Липчик. В это же время Инсу Ким Берг и Стив де Шейзер задумались об открытии частного Центра краткосрочной семейной терапии (далее — Центр), в котором можно было бы проводить самостоятельные исследования, направленные на повышение эффективности работы терапевтов. Стив и Инсу предложили Ив присоединиться к проекту.

Сначала в команде Центра были Стив де Шейзер, Инсу Ким Берг, Джим Деркс, Элам Наннели, Ив Липчик и еще одна практикантка, Мэрилин Лакорт, недавно получившая специальность семейного психотерапевта. Группа еженедельно собиралась в доме Стива и Инсу для проведения экспериментальных сессий, наблюдения и последующего обсуждения этой практики. Наблюдатели сидели на лестнице, ведущей из гостиной на второй этаж, а клиентами часто выступали друзья и знакомые кого-то из терапевтов. В конце 1979 г. был снят первый офис, позволявший проводить наблюдения более профессионально, через зеркало Гезелла и с использованием аудиоаппаратуры.

Стив был одержим исследованиями и заражал всех своим энтузиазмом. Группа постоянно обсуждала практику, просматривала видеозаписи терапевтических сессий, анализировала конкретные эпизоды и разрабатывала гипотезы, которые позднее проверяла на практике. Де Шейзер часто стоял около доски и записывал обсуждавшиеся идеи, которые затем использовал в качестве материала для своих публикаций. В группе царила свободная исследовательская атмосфера и поощрялось разнообразие взглядов на одни и те же вещи, позволявшее смотреть как будто с разных сторон. Девиз команды был таким: “Все идеи хороши, и каждый вносит свой вклад в разработку новой модели краткосрочной терапии”.

Однако чем дольше Липчик пребывала в команде, тем больше у нее накапливалось противоречий, позиций, не совпадающих с тем, что предлагали делать Стив и Инсу. Но, работая в команде, она не слишком сильно задумывалась об этом. Так или иначе, после ухода из Центра и открытия в 1988 г. собственной частной практики Ив поняла, насколько важным для качественной терапевтической работы было то, что как будто упускалось из виду остальными членами команды разработчиков ОРКТ.

Эта книга является прекрасным обобщением идей Ив Липчик о том, как можно практиковать ориентированную на решение терапию, уделяя больше внимания эмоциональному климату, на котором строятся здоровые и прочные терапевтические отношения, а также эмоциям и чувствам клиентов, что привносит в работу терапевта дополнительную плоскость ориентированности на клиента. Книга щедро наполнена примерами диалогов клиентов и терапевтов, взятыми из клинической практики.

Хотелось бы поблагодарить весь коллектив переводчиков, сделавших возможным выход книги на русском языке. Это Оксана Мушникова, Елена Андоскина, Людмила Чечерина, Софья Киселева, Елена Денисова, Галина Иванова и Маргарита Кевац. Остается лишь пожелать читателям приятного и полезного чтения. Я уверен, что многие из них найдут здесь ответы на различные вопросы своей терапевтической практики, а также смогут обогатить свой профессиональный арсенал новыми идеями для эффективной работы с клиентами.

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

# Предисловие

---

Было бы просто удивительно, если бы Ив Липчик вспомнила встречу с одним из бесчисленных терапевтов, которых она обучала, но я хорошо помню свой первый опыт общения с ней в мае 1983 г. в Центре краткосрочной семейной терапии, где я проходил обучение. Изюминкой этого недельного погружения в работу Стива де Шейзера, Инсу Ким Берг и их команды стал день, проведенный в общении с Ив и в наблюдении за ее работой. Ее глубокое понимание теории, педагогические навыки и замечательные терапевтические способности были настолько впечатляющими, что я начал следить за ее работой. На протяжении многих лет я читал о ее вкладе в ОРКТ и всякий раз, когда представлялась такая возможность, посещал ее семинары и мастер-классы, всегда уходя с них воодушевленным и очень впечатленным ее способностью воплощать сложные идеи в клиническую практику.

Начав с инсайдерской истории развития ОРКТ, автор предлагает удивительно четкое объяснение теории и практики подхода. Ей удалось развенчать наивные представления об ОРКТ и дать собственное понимание модели, которую я описал бы как эмоционально-ориентированную фокусированную на решении терапию.

Основной особенностью книги является повторное введение теории в терапевтическую практику, в частности — авторская реинтеграция основных концепций межличностно-ориентированной психотерапии. Читателям предложено опираться на принципы, которые являются фундаментальными для аккуратного проведения эффективной краткосрочной терапии.

В эпоху игнорирования прошлого и вечного поиска простых ответов на сложные вопросы мы рискуем переоценить все, что представлено как “новое”. Ив движется по другому пути: она исследует и принимает “новое”, одновременно сохраняя и оживляя важные элементы существующих знаний. Опираясь на выдающиеся работы Гарри Стэка Салливана, Грегори Бейтсона, Дона Д. Джексона, Милтона Эриксона, Джея Хейли, Джона

Уикленда, Ричарда Фиша, Пола Вацлавика и др., она представляет теоретические концепции, которые являются краеугольными камнями двух моделей краткосрочной терапии — модели, разработанной в Институте психических исследований в Пало-Альто, и модели ОРКТ, — и вдыхает в них жизнь.

Опираясь на этот теоретический фундамент, Ив также черпает идеи из широкого спектра дисциплин, таких как биология, лингвистика, кибернетика, антропология и социальный конструктивизм. Ее кристально ясная интерпретация сложных концепций Умберто Матураны и Франсиско Варелы особенно ценна и своевременна.

Благодаря усилиям Ив удивительно полезное слияние свежего и нового с проверенным временем можно увидеть, сопоставив определение феномена любви, данное Матураной, с определением Гарри Стэка Салливана. Согласно ссылке, приведенной Ив Липчик, для Матураны любовь — это поведение, которое “позволяет другому возникнуть как законный другой в сосуществовании с самим собой” и “открывает возможность видеть и слышать этого другого”. Салливан формулирует это так: “Любовь существует, когда удовлетворение и безопасность другого человека становятся такими же значимыми, как собственные удовлетворение и безопасность” [1953а, pp. 42–43]. В последнее время мир психотерапии, склонный к использованию линейной причинности и картезианского разделения разума и тела, преуменьшил жизненно важную роль человеческих отношений в психическом здоровье, особенно таких сложных, как любовь. Но мы вряд ли в достаточной степени разберемся в этом вопросе, если продолжим игнорировать эту сложность.

Еще одно достижение, предложенное Ив Липчик, — это исследование запроса, или, на моем языке, вмешательства. Это одно из самых значительных достижений в области терапии, и, насколько мне известно, только Ив Липчик, Джанфранко Чеккин и Ричард Фиш, каждый из которых работает независимо, активно исследуют, практикуют и оттачивают этот феноменальный прорыв.

Исследование запроса клиента как самостоятельная интервенция и соединение фундаментальных идей, разработанных в прошлом, с современными передовыми концепциями являются важным вкладом в эту замечательную книгу, но, с моей точки зрения, далеко не самым значительным. Синтезируя эти широкие области и конкретизируя логику и нюансы своего подхода, Ив вносит новаторский вклад в клиническую практику:

повторное введение человеческих эмоций в практику краткосрочной терапии (“повторное”, потому что эмоции были центральными в работах таких пионеров семейной терапии, как Гарри Стэк Салливан, Дон Д. Джексон и Милтон Эриксон). В лекции, прочитанной резидентам Вашингтонской школы психиатрии незадолго до своей смерти в 1949 г., Гарри Стэк Салливан сделал следующее предсказание.

Те же вещи, которые делают психиатрию ненадежной для других, делают ее ненадежной и для меня; обмануться ужасно легко. Но гораздо более практичная психотерапия кажется возможной, когда человек стремится найти основные уязвимости к тревоге в межличностных отношениях, а не иметь дело (только) с симптомами, вызванными тревогой, или со стремлением ее избегать [1953б, р. 11].

Осмелившись подступиться к тревожным эмоциям, а тревога — это однозначно адаптационный механизм к уникальным межличностным явлениям, Ив Липчик в этой блестяще написанной и прагматичной книге продвинула терапию еще на один важный шаг вперед, к исполнению пророчества Салливана.

**Вендел А. Рэй,**  
*директор Института психических исследований*  
*(Пало-Альто, шт. Калифорния),*  
*профессор кафедры семейной терапии,*  
*Луизианский университет в Монро*