

# Конференции и рецензии на книги

## Рецензия на книгу

**Шутценбергер А.А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. М.: Издательство института психотерапии, 2001. – 231 с. Schützenberger A.A. Aïe, mes aïeux. Liens transgénérationnels, secrets de famille, syndrome d’anniversaire, transmission des traumatismes et pratique du génosociogramme. Paris. Desclée de Brouwer et la Meridienne, 2001. – 258 p.**

*Игорь Маслаков*

Книга «Синдром предков» принадлежит перу психосоциолога, группового аналитика и психодраматиста с мировым именем Анн Анселин Шутценбергер. Почетный профессор университета Ниццы (Франция), директор лаборатории социальной и клинической психологии, автор многих работ по невербальному общению, психодраме и терапии больных раком<sup>1</sup>, она в свои восемьдесят лет с завидной энергией ежемесячно проводит семинары для преподавателей и консультантов как у себя в стране, так и по всему миру.

Во Франции книга переиздавалась четырнадцать раз рекордными для этой страны тиражами. Ее переводы на английский, немецкий, португальский и испанский языки становились событием. Теперь и российский читатель может открыть новое в уже хорошо известном: в связях между поколениями (трансгенерационных связях), синдроме годовщины, семейных тайнах, на-

<sup>1</sup> Большой резонанс в России получили ее научная статья «Драма смертельно больного человека» опубликованная в: Психодрама – вдохновение и техника /Под ред. П. Холмса и М. Карп / Пер. с англ. М.: Независимая фирма «Класс», 1997) и проведенный на эту тему в середине 90-х гг. в Москве семинар.

следственном механизме передачи травм и практическом использовании геносоциограммы. В книге описывается та сфера деятельности на стыке наук о человеке, где компетентные социологи уже востребованы.

В конце XX – начале XXI столетия в социологии становится уже своего рода модой использовать биографический метод, который ныне достаточно хорошо представлен в программах университетских курсов. Зародившись в литературоведении, он затем вошел в арсенал этнографов, а позднее психологов и социологов. Получили право на существование психология жизненного пути, каузометрический психолого-биографический анализ, различные биографические опросники и биографические методы изучения личности в социологии<sup>2</sup>.

В книге представлены результаты более чем двадцатилетней научной деятельности и клинической практики, обобщенные в виде «трансгенерационной психогенеалогической терапии». В соответствии с этим подходом, все мы являемся звеном в цепи поколений, и нам приходится «оплачивать долги» наших предков. Эта своего рода «невидимая преданность семейной традиции» подталкивает нас к повторению, хотим мы того или нет, ситуаций и событий, уже происходивших некогда в жизни предшествующих поколений. «Мертвец хватает живого», – испокон веков повторяют нотариусы римскую максиму. Мы менее свободны, чем думаем, но, как с оптимизмом отмечает А.А. Шутценбергер, у нас есть возможность отвоевать свободу и вырваться из цепи роковых повторений, поняв сложные хитросплетения в истории своей семьи.

Итак, книга «Синдром предков» как иллюстрация биографического метода в его клинической психосоциологической интерпретации помогает читателю осознать себя главным действующим лицом спектакля, который называется «собственная жизнь». Неужели есть что-то более интересное и полезное для человека, свободно ищущего свой путь в мире, который меняется каждый день?

Психоаналитики и психотерапевты научились находить глубокий смысл в безобидных и банальных событиях повседневной жизни – провалах памяти, оговорках, ошибочных и импульсивных действиях, снах. Теперь к ним могут присоединиться и социологи в поиске ответа на вопрос, какое значение следует придавать нашим реакциям и поступкам, прежде всего, болезням, несчастным случаям, значимым и естественным событиям жизни, таким, как выбор профессии, спутника жизни, вступление в брак, рождение детей и т.д. Специалисты могут усмотреть закономерности, которые едва осмысливаются самими людьми: «невидимые лояльности семейной истории», независимо от нашего желания и сознания, подталкивают нас к повторению приятного опыта или травмирующего события, к преждевременной и даже трагической смерти.

Неудивительно, что лежащая в основе трансгенерационного подхода работа с историей трех–пяти поколений семьи отсылает нас в конечном итоге

---

<sup>2</sup>См., например: «Сколько Вам лет?» Линии жизни глазами психолога /Под общ. ред. А.А. Кроника М.: Школа–Пресс, 1993; Биографический метод в социологии: история, методология и практика // Под ред. Е.Ф. Мещеркиной и В.В. Семеновой. М., 1994; Биографический метод в изучении постсоциалистических обществ // Материалы международного семинара. СПб, 14-17.ноября 1996 г. /Под ред. В. Воронковой и Е. Здравомысловой. СПб., 1997.



к бессознательному, к его проявлениям, а, значит, к психоаналитической клинике. В этой связи читателю рекомендуется обратиться к Фрейду, в частности, к его «Введению в психоанализ». Теоретическое обоснование необходимости изучать человека в единстве прошлого, настоящего и будущего закладывалось также и работами К. Юнга, К. Левина, Э. Берна.

Фрейд обнаружил эту «черную дыру», которую каждый человек несет в себе, его невысказанное или невыраженное (*das Unbewusste*, неверно переведенное в свое время как бессознательное). Эта «бездна» соединяет нас с другими – членами семьи, близкими, обществом в целом. Бессознательное формирует нас, выстраивает, слепо влечет в равной мере к приятному или трагическому, «играет с нами злые шутки». В работе «Тотем и табу» Фрейд говорил о «коллективной душе» и чувстве, которое как бы передается от поколения к поколению в привязке к той или иной совершенной ошибке, о которой люди уже не вспоминают. Юнг тоже указывал на существование «коллективного бессознательного», которое дано нам от природы и передается от поколения к поколению, аккумулируя человеческий опыт. Напомню, что Морено сформулировал постулат со-сознательного и со-бессознательного в семье и группе, а Гриндер и Бендлер показали значимость способов восприятия, состояния эмпатии для того, чтобы бессознательное одного коммуницировало с бессознательным другого.

Человек издавна искал средства, с помощью которых можно обнаружить некий порядок жизненного пути в целом, заглянуть в свое прошлое и манящее неизведанностью будущее. Интерес к личной истории, к своим истокам и корням побуждал к ведению дневников, написанию автобиографий, мемуаров, родословных книг, к составлению генеалогий. В этой связи особый интерес представляет предложенное Морено, ученицей которого является А.А. Шутценбергер, образное понятие «социальный атом» для обозначения наиболее значимых отношений в жизни каждого из нас.

Социальный атом – это все лица, составляющие «личный мир субъекта»: его семья, друзья, близкие, соседи, коллеги, те кого любят или ненавидят, независимо от того, умерли они или нет. Размышления Морено о «социальном атоме» подтолкнули к созданию техник геносоциограммы<sup>3</sup> – наглядного комментируемого социометрического представления в виде генеалогического семейного дерева с его характеристиками: фамилиями, именами, местами, датами, метками, связями и главными событиями жизни – рожденьями, бракосочетаниями, кончинами, значимыми болезнями, несчастными случаями, переездами, выбором профессий, уходом на пенсию. А.А. Шутценбергер при работе с геносоциограммой идет гораздо глубже, восстанавливая прошлое часто на протяжении двух веков (от семи до девяти поколений) и в более широком контексте.

<sup>3</sup> Геносоциограмма – от генеалогия (генеалогическое дерево) и социограмма (представление связей, отношений) – генеалогическое дерево с его значимыми фактами, важными событиями жизни и графически представленными аффективными связями. Геносоциограмма это то же, что и генограмма, но с большей глубиной проработки. В российском социологическом сообществе с генограммами наиболее активно работают О.Б.Божков, В.А. Горянина, И.К. Масалков. См. Божков О.Б. 1998. Родословные (генеалогические) деревья как объект социологического анализа // *Социологический журнал*. № 3/4. С. 117–143 и Горянина В.А., Масалков И.К. 1999. Преображение жизненных ситуаций: эффективные психосоциальные технологии. М.: Изво Совершенство.

Психосоциологическое исследование историй жизни с помощью геносоциогаммы может дополняться обращением «к эффекту соучастия», а также отслеживанием изменений самого субъекта, его дыхательного ритма. Таким образом выявляется сказанное и несказанное, текущие и прошлые социально-аффективные связи и отношения. Работа идет и на вербальном, и на невербальном уровне, с «провалами в памяти», с «преданным забвению», разрывами, «изломами души», анализируются синхронность и совпадения дат рождения, смерти, бракосочетаний, разводов, несчастных случаев, болезней, провалов на экзаменах и т.д. в семейном кругу. И все это для того, чтобы человек лучше понял свою жизнь и смог придать ей смысл. Знание накапливается, а новое видение – смысл – появляется в одно мгновение. Геносоциогамма ярко высвечивает бессознательные моменты в исторически создававшейся модели семейного и профессионального поведения отдельного человека. В США и Франции даже возникло новое теоретическое и практическое направление – психосоциогенетика<sup>4</sup>, использующее геносоциогамму как основной инструмент в консультировании клиентов.

Следует отметить, что военные ужасы и политические репрессии оставляют в психике человека глубокие травмы. Вслед за автором мы можем распознать длительный и навязчивый эффект семейной тайны или неожиданное возвращение вытесненного. Если Фрейд лечил раненых при Вердене, то Шутценбергер имеет большой опыт реабилитационной работы с потомками армян, подвергшихся турецкому геноциду в 1915 г. Болезненные симптомы часто прослеживаются в дни поминовения и годовщины трагических событий, если реальные факты замалчивались. Сюда относятся тайны, а также несказанное – или исторически известное, но не проговариваемое в семье.

Некоторые общие понятия социогенетики могут представлять интерес для специалистов по социологии семьи. Лояльность семейной истории, понимаемая как верность, преданность ее традиционной модели поведения имеет сознательный и бессознательный уровни и подводит нас к восприятию другого термина – «семейная бухгалтерия». Последняя включает в себя личностные и семейные ожидания, констатации, взаимозачеты долгов не только в денежном, но и в моральном выражении, в аффективном плане.

Шутценбергер выделяет очень важный вид отношений и придает ему в своих рассуждениях базовую значимость – соблюдение справедливости внутри семьи. Понятие «несправедливость» связано либо с чувством личной обязанности другим родственникам, либо, наоборот, с ощущением того, что близкие люди не выполнили свой долг по отношению к человеку. Отдельные виды психосоматических расстройств могут быть связаны именно с грузом неоплаченных долгов или непризнанных заслуг.

Синдром годовщины – это серия событий со счастливым или печальным исходом, которые происходят в определенный день, связанный с каким-то важным случаем семейной истории. Механизм этого странного явления связывают с гипотезой «двойной связи», или «двойного принуждения». Double

---

<sup>4</sup> Тойч Дж.М., Тойч Ч.К. 1994. Второе рождение или искусство познать и изменить себя / Пер. с англ. А.П.Наминач. М.: Центр психологии и психотерапии, Международный Исследовательский Центр Человека «САНРЭЙ». - С.109



bind – это серьезное нарушение общения в семье, когда человеку предъявляются противоречивые требования, например, устно утверждается что-нибудь одно, а иным способом, скажем языком тела, нечто иное. Кроме того, запрещено говорить о том, что приказание запутано, противоречиво. Таким образом, утверждения взаимоисключаются или блокируются.

Человек, попавший в положение «двойного принуждения», рискует оказаться наказанным, почувствовать себя виноватым, прослыть в семье или на работе «злым», а то и «безумным», если посмеет указать на несоответствие между тем, что он видит, и тем, что он «должен был бы» видеть или испытывать.

Итак, лояльность (верность, преданность) семейной истории как конкретная поведенческая модель возникает на основе жизненного опыта трех-четырёх поколений предков и является мощной мотивацией, детерминирующей особенности поведения человека в профессиональной сфере и семье. Она определяет жизненный путь, влияет на ценности, здоровье, взаимоотношения и на исход любой ситуации. Задача состоит в том, чтобы научиться использовать эту силу во благо. В научном мире продолжается дискуссия о генетической и психологической природе этого явления и его способах функционирования.

Лояльность семейной истории деструктивного характера связана с негативными эмоциями – виной, обидой, страхом, гневом, стыдом, часто не осознаваемыми. Варианты здесь могут быть самые разные, но неизменным остается одно: вытесненные в подсознание, эти чувства, веками живущие в той или иной семье, становятся важной составляющей болезненных взаимоотношений и нередко трансформируются в «болезнетворную модальность», становятся причиной:

- перегрузок в работе, неумения делегировать часть дел своим подчиненным; долгов; недоверия партнерам и даже своему ближайшему окружению; конфликтов; отсутствия гибкости; стрессов; неопределенности личных целей;
- агрессивного поведения, склонности к алкоголю, наркотикам, переживаниям, критике в семье;
- психосоматических нарушений (алкоголизма, рака, псориаза, сердечно-сосудистых и желудочных заболеваний).

Жизнь человека подчиняется, большей частью непреднамеренно, следованию семейной истории. Счастливый человек «притягивает к себе» хороших друзей, учителей, сотрудников и даже благоприятные обстоятельства, которые способствуют его процветанию. Несчастный неудачник, напротив, привлекает нерадивых или жестоких наставников, неверных товарищей, некомпетентных коллег, опасных незнакомцев, попадает в роковые ситуации, становится жертвой несчастных случаев. Все, кто взаимодействует с носителем позитивного внутреннего направления, независимо от своей воли, будут помогать ему в достижении его целей. Владелец негативного мироощущения у тех же самых людей вызовет болезненные реакции или просто позволит им обращаться с собой плохо, непритязательно и молчаливо соглашаясь на все. Подобная внутренняя «придавленность» характерна, в первую очередь, для тех, кто долгое время был вынужден жить в условиях диктаторских режимов, подчиняясь сильной власти. Наша страна – тому яркий пример.

Если не принимать во внимание ни крайние случаи, ни экстремальные ситуации, то можно не упустить свой шанс в жизни, осознать свое предназначение и избежать ловушки бессознательных трансгенерационных повторений. Лояльность семейной истории, определяющую основные закономерности поведения и взаимоотношения членов семьи, можно преодолеть, если настойчиво работать над собой. С помощью сознательного усилия и положительного жизненного опыта человек должен отказаться от позиции жертвы, изменить отношение к миру, людям и самому себе, и тогда изменится направление его жизни в целом.

Психосоциогенетический подход достаточно мягок и удобен в качестве первого разведывательного шага. Нет ничего проще и естественнее, чем попросить человека рассказать о его семье. Рассказ может фиксироваться на бумаге в виде схемы. Сейчас в социологической практике с этой целью все чаще используются магнитофонные и видеозаписи, которые затем анализируются с привязкой к историческому и социальному контекстам. Генеалогии – это не только важный инструмент познания, но и ступенька на пути к завоеванию доверия и симпатии сидящего перед вами человека, кем бы он ни был – респондентом, клиентом или случайным попутчиком.

Негативные эмоции отражают связь не только с окружающим социумом, но и с прошлым. Обобщенные данные, полученные в ходе анализа сотен жизненных историй, свидетельствуют: подавляющее большинство клиентов склонны испытывать чувство вины, которое коррелирует с моделью осуждения. Далее идут раздражение, как распространенная форма гнева, и обида, обычно в паре с виной. Последнее место в группе негативных эмоций занимает стыд. Анализ консультативной практики показал: указанные негативные эмоции выступают силой, воссоздающей конфликты. Все наши негативные модели поведения обладают генетическим свойством, и единственный наш враг – это неверное представление о собственной природе.

Как изменить жизненную траекторию? Не ставя целью анализировать в рамках настоящей статьи предлагаемую автором книги систему воздействий, укажу лишь, что она направлена на активизацию потенциала доверия, рефлексии и ответственности. Тем не менее, на поставленный вопрос есть очень четкий ответ: необходимо освободиться от позиции жертвы, осознать разрушительную силу привычных моделей поведения и отказаться от них, научиться жить по-другому – свободно и счастливо. Эту задачу мы в состоянии решить, если будем настойчивы в достижении цели.

Перелистывая в очередной раз «Синдром предков», убеждаешься, что профессия психоаналитика, а вслед за ним и социолога, работающего на основе качественных методов, – это в такой же мере искусство, как и наука, а, может быть, даже и способ бытия в этом мире.