



Центр Современных системных расстановок

Москва • Петербург • Минск • Киев • Берлин • Нью-Йорк

Елена ВЕСЕЛАГО

**Клиентская группа по системным
расстановкам**

Правила и информация для клиентов



Москва, 2013

**Елена Веселаго. Клиентская группа по системным расстановкам.
Правила и информация для клиента.**

Аннотация.

Брошюра предназначена для участников клиентских расстановочных групп Елены Веселаго.

В брошюре содержится основная информация об организации и правилах работы клиентских групп, а также информация по безопасности и заботе о себе в ходе расстановочного процесса.

Брошюра **бесплатно** предоставляется всем потенциальным участникам групп.

Текст может свободно распространяться при соблюдении условий: сохранение авторской реакции текста без искажений, указание автора и активной ссылки на источник: www.constellations.ru.

© Елена Веселаго, 2011-2013

СОДЕРЖАНИЕ

Запись на группу.....	5
Оплата участия.....	6
Режим дня.....	7
Форма одежды и размещение в зале.....	8
Регламент клиентской работы.....	9
Формулировка запроса.....	12
Правила заместительства.....	15
Роль наблюдателей.....	18
Безопасность и забота о себе.....	19
Конфиденциальность.....	20
Индивидуальные расстановки.....	21
После группы.....	22
Действие расстановки и послерасстановочный процесс.....	23
Еще вопросы?.....	25
Образовательные семинары Центра современных системных расстановок.....	26
Структура программы.....	27
Сертификационные требования.....	28
Список семинаров.....	29
Расписание ближайших модулей.....	30

Информация, которая содержится в этой брошюре, предназначена для участников клиентских расстановочных групп Елены Веселаго.

Приведенные здесь правила и рекомендации составлены Еленой Веселаго на основе ее личного опыта в расстановках (как клиента, ведущего и заместителя), а также сформировались в обсуждениях с российскими и иностранными коллегами.

Приведенные правила и рекомендации не являются универсальными для всех расстановочных групп — другие коллеги могут принимать для своей работы другие правила. Пожалуйста, уточняйте эти правила перед участием в другой расстановочной группе.

«В своей работе я также могу отступать от этих правил — жизнь всегда богаче, чем ее описания. Во всех неясных случаях, когда нужно совершить выбор, я руководствуюсь основным расстановочным вопросом:

сделает ли это нас всех сильнее или слабее?»

Елена ВЕСЕЛАГО, 2013

*«Только тот, кто следует своей судьбе,
получает свое полное достоинство и силу»*

Берт Хеллингер

Запись на группу

Предварительная запись на группу обязательна.

Записаться на ближайшую группу можно через форму записи на сайте www.constellations.ru. Запись по телефону или лично не производится, за редким исключением (тяжело больной человек, пожилой человек). Это позволяет администратору своевременно и без ошибок оповестить всех об условиях групп и организационных подробностях.

Каждый участник самостоятельно записывается на группу, открыто выражая свое желание участвовать. Нельзя записать на группу другого человека. Нельзя привести участника с собой или вместо себя.

В: Запишите меня и еще одну девушку. Я хочу показать своей подруге, что такое расстановки.

О: Расстановочная работа - это не зрелище. Если Ваше подруга испытывает потребность в помощи, то она может позвонить или написать мне, чтобы я ее проконсультировала, подходит ли расстановка для нее и для ее ситуации. Это бесплатно.

Она может почитать часто задаваемые вопросы по методу расстановок на сайте www.constellations.ru или получить у меня бесплатно эту брошюру. Если она примет решение записаться на группу, она должна будет сделать это самостоятельно.

***В: Можно просто прийти посмотреть, как ты работаешь?
(вопрос коллеги)***

О: На клиентской группе я работаю с участниками только как с клиентами. Ознакомьтесь с моей работой, обсудить подход и технологию лучше всего на группах повышения квалификации для специалистов или на экспериментальных лабораториях, которые я регулярно провожу. Расписание можно посмотреть на сайте www.constellations.ru.

Оплата участия¹

Стоимость участия в двухдневных группах одинакова для всех участников. На некоторых однодневных группах все участники оплачивают единую стоимость, а затем те участники, которым была сделана расстановка, доплачивают еще некоторую сумму.

Текущая стоимость указана в объявлении об очередной группе на сайте www.constellations.ru.

Участие в группе оплачивается перед началом группы. Предоплаты не требуется.

В: Моя мама не сможет сама оплатить расстановку. Могу я заплатить за нее?

О: Я не контролирую происхождение средств, которыми человек оплачивает свое участие в группе. Вы с мамой самостоятельно решаете этот вопрос, как считаете нужным.

При этом я обращаю Ваше внимание, что расстановка работает тогда, когда ее клиент самостоятельно и открыто обратился за этой работой. Не стоит «уговаривать» маму и «приводить» ее. Понаблюдайте внимательнее за мамой — не является ли аргумент «у меня нет денег» способом отказаться от участия? Если это так, то ребенок должен уважать решение родителя. Такое уважение иной раз имеет силу, сопоставимую с расстановкой.

В: Моей подруге точно нужна расстановка! Могу я ей подарить расстановку у Вас? Я заранее все оплачу.

О: Нет, это невозможно и совершенно бесполезно.

Такая расстановка просто не получится. Даже если я не буду знать о таком подарке, в расстановке будет чувствоваться нехватка энергии или даже посторонний процесс (ваш).

Пожалуйста, предоставьте своей подруге возможность самой решить, нужна ли ей расстановка или нет.

¹ При работе в других городах оплата участия может немного отличаться от приведенного в этой брошюре. Пожалуйста, уточняйте детали у организаторов и на сайте www.constellations.ru.

Режим дня

Группа начинается точно в назначенное время, указанное в объявлении. Можно приходить за полчаса до начала работы, чтобы познакомиться и освоиться в зале. Опоздавшие не смогут принять участие в работе группы.

В течение дня в работе предусматривается несколько перерывов на чай-кофе, которые предлагаются на месте. Также объявляется обеденный перерыв длительностью около полутора часов, который можно провести в одном из кафе или ресторанов поблизости.

При необходимости, участник может выйти во время работы группы. Если есть возможность, лучше выходить в паузах по ходу работы. Если Вы выходите во время расстановки, обойдите расстановочное поле по периметру и выйдите медленно и тихо.

Вернуться обратно можно только во время объявленного перерыва.

Мобильные телефоны полностью отключены на время работы группы, включая вибросигнал. Ими нельзя пользоваться, в т.ч. смотреть время и отправлять СМС.

Во время группы нельзя вести записи, производить аудио-, фото-, видео съемку.

Во время группы мы все обращаемся друг к другу на «ты», это позволяет быть в лучшем контакте друг с другом. После группы мы возвращаемся к тому способу обращения, который между нами принят.

В: К сожалению, я не смогу быть в субботу. Могу я прийти только на второй день?

О: Нет. Если группа двухдневная, все участники приходят к началу первого дня. Вы можете выйти и некоторое время не участвовать в группе, в т.ч. прийти затем на второй день. Но прийти только на второй день нельзя.

Это связано с тем, что в группе складывается особая атмосфера и доверие, и мы работаем над этим с самого начала первого дня. В начале группы я объявляю правила работы и безопасности, и все участники должны быть уверены, что эти правила услышаны и приняты всеми.

В: У меня маленький ребенок. Я не могу весь день сидеть на группе. Могу я получить свою расстановку первой и сразу же уйти?

О: Я не могу Вам это обещать. Вполне возможно, у Вас с утра еще не будет пика энергии для работы. Если это так (и если у кого-то, наоборот, будет полная и горячая готовность), то работая с Вами, я сделаю не самую удачную расстановку и для вас и затем для другого участника. Попросите кого-то посидеть с Вашим ребенком два дня. На длительной группе действительно получают более сильные работы.

Форма одежды и размещение в зале

Для расстановок рекомендуется свободная, не стесняющая движений одежда.

Обязательна сменная обувь без каблука, либо можно работать босиком или в носках.

Выбирая одежду, примите во внимание, что в расстановке может происходить тесное и эмоциональное взаимодействие участников. Возможно, Вы будете сидеть или лежать на полу, стоять на коленях или в глубоком поклоне, находиться в объятиях с другими участниками, и некоторые из них могут плакать у Вас на плече (или Вы у них).

Поэтому рекомендуется не использовать косметику, которая может испачкать одежду других участников, а также украшения и детали одежды, которые могут поранить при близком контакте. Лучше надеть такую одежду, которую не жалко испачкать, если все же это произойдет.

Замечено, что металлические украшения и детали одежды затрудняют восприятие расстановочного поля. Если возможно, откажитесь от таких украшений и деталей (пояса, заклепки, часы, серьги, пирсинг, кольца, браслеты, цепочки и др.). Конечно же, Вы можете оставить предметы, имеющие для Вас особую ценность: обручальное кольцо, крестик, ладанку, талисман, особый подарок и др.

В зале можно сидеть на стульях или на полу, на подушках - по желанию.

Можно (и рекомендуется) взять с собой в зал чистую воду. Другие напитки и еду, жевательную резинку брать с собой в зал нельзя.

Я рекомендую оставить сумки в соседней комнате под присмотром администратора. Сумки, которые оказались в расстановочном поле, нередко попадают в роли и могут пострадать.

Регламент клиентской работы

В расстановочной клиентской группе каждый участник имеет возможность побывать в любой из трех ролей:

- **клиента** — т. е. предложить свой запрос (историю, проблему, тему) для рассмотрения в расстановочной работе;
- **заместителя** — т. е. предоставить себя для проявления клиентской истории в расстановке, выполняя «роль» кого-либо (чего-либо) из этой истории;
- **наблюдателя** — т. е. присутствовать при работе в качестве внимательного зрителя.

Участник самостоятельно регулирует степень своего участия в работе и может изменить ее в любой момент.

Перед очередной работой ведущий спрашивает у участников, кто хотел бы сейчас быть клиентом. Среди тех, кто поднял руку в ответ на этот вопрос, ведущий выбирает одного из участников.

В данном случае выбор — это результат внутреннего согласия ведущего работать именно с этим клиентом именно сейчас. От каких-либо прочих факторов выбор не зависит.

У участников группы нет обязательств предъявить свой запрос.

У ведущего нет обязательств работать с каждым предъявленным запросом.

В: Почему я не могу записаться к Вам на расстановку и гарантированно ее получить? Сколько человек у Вас на группе? А может так получится, что я там просижу целый день и ничего не получу?

О: Да, может случиться, что Вы придете на группу и не станете в этот день клиентом, т. к. ко мне нельзя записаться на «гарантированную» расстановку. Именно так работают и Берт Хеллингер и практически все расстановщики в мире. Я тоже выбрала этот формат, потому что увидела на опыте, что именно в нем я достигаю максимума своих возможностей как ведущий и могу дать клиенту то, что ему "по размеру" именно сейчас.

Здесь для меня имеют значение два фактора. Во-первых, из-за равных условий участия ко мне не приходят "праздноинтересующиеся", просто посмотреть за 100 рублей. Каждый имеет какую-то свою личную тему для работы, они

резонируют и проявляются в расстановках многогранно. Тогда даже простого наблюдения или заместительской роли может быть достаточно для того, чтобы получить новый взгляд на свою историю. Иногда это взгляд такой, какой Вы бы никогда не предъявили как личный клиентский запрос - либо потому, что он не пришел бы в голову, либо потому, что напрямую смотреть на него было бы слишком страшно...

Во-вторых, степень готовности к работе у каждого человека разная. И она еще может меняться прямо на группе. Если Вы заплатили за расстановку заранее, то я вроде бы должна что-то для Вас "решить". Но если Вы к этому моменту утратили готовность иметь дело с заявленной темой (или эта готовность и не созрела), то мы никуда не продвинемся. Мне некомфортно Вас "толкать" и неудобно отказывать в работе на месте, а Вы потеряли деньги, и может быть стало меньше надежды.

На своей группе я тогда могу предложить Вам "маленькое" упражнение и это будет ровно то, что Вы сейчас можете освоить. А если оно в процессе превратится в большое упражнение и расстановку - то нет никаких возражений и времени у нас достаточно, ведь очереди нет.

В общем, мы импровизируем и свободно следуем за тем, что проявляется в группе. Тогда проявиться может больше, ведь ограничений и обязанностей здесь ни с какой стороны нет.

На группе у меня обычно от 10 до 15 человек и **ничего не получить там можно только, если ничего не брать.**

P.S. Если Вы в другом городе или имеете иные причины просить о "гарантированной" расстановке, то Вы можете ко мне обратиться, и способ работать обязательно найдется, если есть такая необходимость.

Жизнь богаче, чем правила и формат.

В: Мы с мужем хотели бы поработать над нашими отношениями. Можем ли мы быть клиентами оба одновременно?

О: Да, можете. Если Вы оба присутствуете в зале и хотите быть клиентами как пара, это открывает дополнительные возможности для работы — работа становится яснее и глубже, если оба партнера дают разрешение на проявление своих историй в присутствии другого. (Если одного из партнеров в зале нет, то я не имею права показывать через заместителей его личные истории.) Так же можно работать и с партнерами по бизнесу, если они имеют общий запрос относительно своего предприятия.

В: А что, если я приду на группу и там встречу кого-то из знакомых? Мир, знаете ли, тесен. К тому же я довольно известный человек.

О: Если это случится, мы будем решать, как лучше поступить, все вместе. Возможно, к моменту Вашей расстановки Вы уже не будете опасаться, что знакомый ее увидит. Возможно, Ваш знакомый захочет, чтобы Вы его поддержали при его расстановке, а может быть, он категорически будет против работать в группе с Вами.

Как вариант, мы можем договориться, что каждый из вас отправляется погулять на время расстановки другого. Либо вы придете на следующую группу.

Этот вопрос задают часто, но, однако, за всю мою практику такой коллизии ни разу не возникло...

В: Я инвалид и не могу обходиться без посторонней помощи в передвижениях и обслуживании себя. Могу ли я прийти с помощником?

О: Да, конечно. Ваш помощник может доставить Вас, а потом помогать Вам, как требуется. Он может подождать Вас в соседней комнате, пока будет идти группа.

Однажды на расстановках присутствовал слепой клиент со служебной собакой. Это ничему не помешало, собаки отличные заместители :-)

Участие в группе на инвалидной коляске также возможно, на эффективность заместительства это не влияет. Вообще, в группе могут присутствовать люди при любых ограниченных физических и умственных способностях, если их состояние позволяет им находиться на группе столько, сколько требуется для их собственной расстановки, а также соблюдать тишину во время работы.

В: У меня маленький ребенок, мне его не с кем оставить. Можно, моя дочка посидит где-нибудь у вас в офисе, она будет сидеть тихо...

О: К сожалению, нет. Офис не располагает возможностями для комфортного пребывания ребенка, мы не можем за ним следить, в офисе постоянно идет работа, и иногда нет никого взрослых или это посторонние взрослые.

Вам нужно будет оставить ребенка дома с кем-нибудь.

**«Здесь нет ничего, что нужно было бы исправлять,
но многому следует воздать уважение»**

*Франческа Мейсон Боринг,
расстановщица из США*

Формулировка запроса

Для расстановки может быть представлена практически любая тема:

- отношения в семье, с детьми, с партнером; одиночество;
- болезнь или беспокоящие симптомы;
- бизнес, работа; отношения с деньгами; реализация, успех, творчество;
- эмоциональное состояние как таковое, в т.ч. неясное и не имеющее словесного описания;
- странные ощущения, особая взаимосвязь с кем-то из родственников (особенно с умершими) или с неизвестными людьми
- повторяющиеся жизненные сценарии , как в пределах жизни одного человека, так и в семье, в роду в целом

Рассматриваемая тема должна «принадлежать» непосредственно клиенту, который ее заявляет. Нельзя сделать расстановку про другого человека (в качестве исключения может быть в некоторых случаях сделана расстановка для маленького ребенка по запросу его родителей). При этом влияние расстановки может затронуть и других членов семьи.

При формулировке запроса нет необходимости «заказывать» решение, хороший результат.

В: Я хочу выйти замуж, создать нормальную семью. Могу я сделать это запросом расстановки?

О: Вы можете сформулировать свой запрос именно так для начала. В момент формулировки и Вы, и я почувствуем, о чем идет речь. Может быть, это означает «мои отношения с мужчинами всегда развиваются по одному сценарию, и я хотела бы посмотреть, с чем это связано на системном уровне». А может быть, за этим стоит «я рано потеряла папу и хочу, чтобы

рядом со мной был кто-то сильный, как он, и закрыл меня от окружающего мира». Может быть «я устала от конфликтов с матерью и хочу уже выйти замуж, чтобы уехать от нее подальше и жить своей семьей».

У формулировки «хочу замуж» может быть бесконечное количество подтекстов и причин, по которым Вы именно это называете как свою проблему.

Если и Вы, и я будем готовы иметь дело с тем, что стоит за такой формулировкой, расстановка состоится. Ее последствиями может стать встреча с партнером или разрыв болезненного сценария отношений, или, может быть, согласие со своим одиночеством или «одиночеством».

Расстановка не является магией, она не гарантирует достижения поставленной цели, но почти всегда ведет к сильному движению, новым шансам на перемены.

Лучше всего подходит для расстановки запрос, который отвечает на вопрос «что не так?» или «где больно?».

При этом клиент имеет намерение соприкоснуться с этой болью и увидеть в расстановке ее более широкие контексты или глубокие слои.

При любой формулировке запроса работа может начаться только тогда, когда и у клиента и у ведущего есть согласие смотреть на заявленную тему вместе, непосредственно в данный момент.

Не рекомендуется делать расстановку в случае недавней острой психологической травмы. Если вы имеете психиатрический диагноз, сообщите об этом ведущему заранее.

Расстановка не является заменой медицинской помощи.

Для бизнесменов расстановка не является заменой управленческого и финансового консалтинга.

В: Моя мама умерла две недели назад. Мне очень плохо, я все время плачу. Можно ли сделать расстановку, чтобы мне помочь?

О: Острое горе — один из немногих случаев, когда расстановка не рекомендуется. Также не рекомендуется и присутствие на расстановках. Лучше здесь обратиться к психологу для работы с переживанием горя, а к друзьям и родным — для поддержки.

В: У моего брата рак. Может ли ему помочь расстановка?

О: Расстановка не является заменой медицинской помощи. На расстановку не может быть вынесен запрос об исцелении какой-либо болезни.

Мы можем, однако, рассматривать в расстановке болезнь в системе взаимосвязей больного и его истории с другими членами семьи и рода. В некоторых случаях это влияет на течение болезни, ее лечение и прогноз. Но нельзя гарантировать, что это влияние будет «положительным» с точки зрения клиента.

В любом случае, для работы с темой болезни Ваш брат должен самостоятельно обратиться за расстановкой.

В: Я беременна! Хочу решить свои проблемы, чтобы они не отразились на моем будущем ребенке.

О: Присутствие беременных на расстановочной группе обычно не рекомендуется. Считается, что даже по резонансу с другими участниками группы у женщины могут возникнуть сильные эмоциональные переживания, и это может негативно влиять на ее самочувствие.

Я рассматриваю каждый случай индивидуально. Иногда расстановка носит сугубо ресурсный характер и дает будущей маме дополнительные силы.

Часто, однако, беременная женщина вообще закрыта для расстановочной работы: ее расстановка не имеет движения, а все родственники, поставленные в расстановку, собираются вместе, чтобы оберегать ребенка.

В любом случае, с помощью расстановки нельзя «решить все проблемы», а ребенок уже стал членом Вашей системы. И, возможно, из того, что Вы считаете проблемой, он унаследует силу и опыт...

Если Вы принимаете какие-либо медикаменты, замедляющие реакцию или влияющие на психику, если Вы употребляете алкоголь, наркотики или психоделические вещества, пожалуйста, сообщите об этом ведущему группы. Также сообщите, если Вы употребляли что-либо из перечисленного в прошлом, в том числе достаточно давно. В некоторых случаях это затрудняет ведение расстановки или требует особой технологии работы.

Правила заместительства

После короткого обсуждения темы работы клиент и/или ведущий выбирают заместителей для представления клиентской истории.

Участник может отказаться быть заместителем без объяснения причин. Это можно сделать как в момент предложения быть заместителем, так и в любой момент в ходе расстановки.

Ведущий может поменять заместителя в любой момент без объяснения причин.

На время работы заместители полностью отдают себя в распоряжение клиентской системы. Они свободно следуют тому, что проявляется, выражая это движением и звуком, плачем, смехом. Заместители не подвергаются цензуре свои проявления, какими бы странными или даже неприемлемыми они ни казались. При этом заместители заботятся о других заместителях, взаимодействуя с ними бережно и корректно. Если прямое телесное взаимодействие невозможно, заместители символически выражают происходящее.

В: В расстановке меня все время выбирают на роли мужчин. Что это означает?

О: В расстановочных группах женщин часто намного больше, чем мужчин. Поэтому женщинам нередко приходится быть заместителями мужчин. Выбор на роль происходит по внутреннему резонансу этой роли с Вами, и это, как правило, не осознается тем, кто выбирает. Возможно, Вы чувствуете мужчин чуть лучше, чем другие женщины в группе (и особенно, возможно, именно ту историю, которую Вы замещаете). А может быть, история этого мужчины в чем-то перекликается с историей кого-то в Вашей семье или в Ваших отношениях.

В любом случае, быть заместителем мужчины для женщины может оказаться очень интересно, это новый и необычный опыт, который не доступен другими способами.

От заместителей не требуется помогать ведущему и клиенту, искать «хороший результат», спасать.

Заместителям не разрешается применять в процессе работы какие-либо техники или практики (молиться, «посылать любовь», давать рэйки, диагностировать карму, корректировать ауру и т. п.).

В: Однажды в расстановке я был в роли отца клиентки и почувствовал, что хочу свою дочь как женщину. Я даже чувствовал агрессию, и мне казалось, что я готов ее изнасиловать. Я с трудом справился с этими чувствами и не показал их. Не могу себе представить, что было бы, если бы вся группа увидела, что у нее было в жизни такое!

О: Не показывать чувства, приходящие в расстановке — «медвежья услуга» клиенту со стороны заместителя. Клиенты приходят, чтобы работать со своими тяжелыми историями и найти их разрешение. Для этого с помощью расстановки мы запрашиваем информацию о том, что произошло в их личной или семейной истории.

Эта информация приходит на символическом уровне и почти всегда не однозначна. Расстановщик может распознавать эту неоднозначность и адекватно работать с ней. Может быть, в жизни клиентки было насилие со стороны отца. А может быть, был страх такого насилия. Может быть, ее отец боролся со своими желаниями и не показал их, так же как и Вы. А может быть, это был вовсе не ее отец — в расстановке нередко заместители переходят из роли в роль. Опытный расстановщик это видит, а сам заместитель — не всегда.

*Вам нет необходимости думать о том, что здесь происходит, интерпретировать и подвергать приходящие чувства цензуре. **Самая лучшая служба, которую может заместитель сослужить клиенту — это показать в расстановке все, что приходит, открыто и свободно.***

Расстановщик справится с теми историями, которые проявляются - это составляет его квалификацию. Даже если что-то очень тяжелое действительно было — клиент это уже перенес не в расстановке, а в жизни, он выжил, вырос и пришел на группу, чтобы работать и сделать свою жизнь лучше. Он не нуждается в том, чтобы от него прятали его собственную историю.

Если в расстановке с заместителем происходит что-то, что он считает важным сообщить ведущим, он подает ведущему знак рукой и по приглашению ведущего может говорить.

Если в расстановке заместителю физически трудно принять какую-либо позу или оставаться в ней, он должен сказать об этом ведущему.

В: *Мой сын женится на женщине, которая ему совершенно не подходит. Но не могу же я просить расстановку «чтобы мой сын с ней расстался»! Я и пришла на группу, чтобы просто перестать все время об этом думать, поработать для других.... То, что произошло в роли жены одного из клиентов, для меня полная неожиданность... она конфликтовала со своей свекровью, и я узнала ТАКУЮ боль... не могла себе представить, что это может быть и так тоже...*

О: *Да, так бывает. Если побывать «в шкуре» человека, похожего на того, с кем Вы в конфликте или непонимании, это может очень сильно изменить Вашу точку зрения на происходящее между вами. Выбор Вас на эту роль был, как обычно, не случаен, хотя клиент ничего не знал о Вашей истории, и я тоже. Кстати, если Вас сильно мучает предстоящая женитьба Вашего сына, Вы можете ставить этот запрос для себя: «я хотела бы посмотреть, почему мне так трудно принять мою будущую невестку». За неприятием другого человека часто стоит неприятие событий своей личной истории...*

В: *На расстановках бывают такие тяжелые истории! Я боюсь, не «прилипнет» ли ко мне что-то плохое из роли. Мне своих проблем хватает!*

О: *Заместитель испытывает в общих чертах то, что испытывает его «прототип», роль которого он исполняет. Это действительно могут быть непростые процессы, но обычно не так, как предполагает «обычный человек». Например, роли убитых на войне, роли умерших от тяжелых болезней, роли абортированных детей чаще довольно светлые, чем тяжелые. По ту сторону жизни земные страдания постепенно рассеиваются и не проходят в заместительское восприятие. Это бывает не всегда, но нередко.*

В большинстве случаев роль сама быстро уходит из заместителя после окончания расстановки. Вам остается только личный опыт, который сделает Вас богаче – если захотите.

Если же роль «застряла» или если Вы не хотите даже того опыта, который остается после завершения роли, Вы можете обратиться к ведущему, чтобы отсоединиться от этого опыта.

Есть несколько способов помочь выйти из роли. Они срабатывают почти всегда.

В большинстве случаев «застрявшая» роль связана с резонансом с Вашей личной историей. Этот резонанс можно найти и поработать с ним напрямую. Либо можно отсечь его восприятие, как это было у вас до расстановки.

Роль наблюдателей

Наблюдатели сохраняют уважительное и молчаливое присутствие во время работы. То, насколько наблюдатели могут видеть и уважать происходящее, может оказывать решающее влияние на развитие расстановки. Если наблюдатель чувствует, что он «засыпает» или «отключается», то он может пойти отдохнуть и развеяться в другую комнату (и затем, при желании, вернуться в перерыве).

Наблюдателям также не требуется помогать ведущему и клиенту, в том числе «мысленно». Наблюдатели не должны применять помогающие техники и практики (молиться, посылать «энергию любви», давать рэйки и другую энергию, чистить ауру и т.п.)

В: Мне было так страшно смотреть на эту расстановку. Мне даже показалось, что Вы спиной меня закрыли, потому что видели, как я боюсь. Я потом все-таки выглянула у Вас из-за спины, и в этот момент как раз в расстановке наступило облегчение ...

*О: Я не думала о том, что Вам страшно, но я чувствовала, что в этом месте из расстановки как будто уходят силы, она замирает. Поэтому я встала туда, чтобы поддержать работу. В той расстановке действительно висел в воздухе страх, и когда Вы смогли чуть-чуть преодолеть его и посмотреть на происходящее, кто-то еще в расстановке смог тоже посмотреть, и облегчение пришло. **Наблюдатель делает очень важную, иногда решающую работу, когда «просто смотрит»...***

Безопасность и забота о себе

Расстановки могут затрагивать тяжелые и эмоционально насыщенные темы.

Пожалуйста, соотносите возможность и интенсивность своего участия со своим физическим и психологическим состоянием. Активно регулируйте степень своей вовлеченности в работу.

В роли клиента Вы можете отказаться от продолжения работы в любой момент без объяснения причин.

В роли заместителя Вы можете отказаться от участия в расстановке в любой момент без объяснения причин.

В роли наблюдателя Вы можете покинуть зал в любой момент без объяснения причин.

Если Вы уходите и больше не планируете принимать участие в работе группы, пожалуйста, предупредите ведущего, что Вы ушли.

Если с Вами происходит что-то необычное или тяжелое — пожалуйста, обратите внимание ведущего на свое состояние. В частности, это следует сделать, если после заместительства Вы по-прежнему чувствуете себя погруженным в прошедшую расстановку и это состояние дискомфортно для Вас и длится дольше, чем полчаса. Есть несколько способов выйти из этого состояния, и ведущий поможет Вам это сделать.

Если один участник замечает, что другому участнику, на его взгляд, требуется помощь — пожалуйста, напомните ему/ей, что он может обратиться к ведущему. Не следует помогать другим участникам или утешать их во время работы группы. В частности, не следует обнимать плачущего участника и предлагать ему/ей носовой платок (в помещении имеется достаточное количество носовых платков, а возможность свободно отдаться слезам может быть частью целительного процесса).

В течение группы, пожалуйста, заботьтесь о себе:

- во время перерывов выходите погулять, подышать свежим воздухом; можно попрыгать, побегать, активно подвигаться;
- пейте как можно больше воды;
- хорошо питайтесь, используйте обеденный перерыв для полноценного обеда за пределами места проведения группы, не «перекусывайте» как-нибудь;

- для многих предпочтительно молчание и одиночество в дни проведения группы. Не стесняйтесь попросить других участников не составлять Вам компанию в перерывах. Если возможно, организуйте свой день так, чтобы побыть в одиночестве и дома.

Конфиденциальность

Участники и ведущий принимают на себя обязательство не обсуждать и не публиковать ничего, что им стало известно в процессе работы в группе, относящееся к личным историям других участников, в частности:

- факт участия кого-либо в группе
- запрос или личную историю участника, в том числе фрагментарно
- ощущения во время заместительства

Участники не обсуждают в перерывах сделанные работы, в том числе в отсутствие клиентов.

Участник не рассказывает клиенту, что он чувствовал в его расстановке. Клиент не спрашивает у заместителей, что они чувствовали в его расстановках. Заместители не делятся друг с другом тем, что они чувствовали в расстановках.

Не существует однозначного ответа на вопрос, следует ли поделиться с близкими тем, что происходило в расстановке (в частности, если расстановка затрагивала непосредственно отношения с ними). Руководствуйтесь здесь своим уважением к близким, уважением к своему внутреннему процессу и основным расстановочным вопросом: **сделает ли это нас всех сильнее или слабее?**

В: Могу ли я рассказать о расстановке своему психотерапевту?

О: Я не могу Вам запрещать или разрешать что-то, что касается Ваших отношений с другим человеком за рамками группы, в частности отношений с Вашим психотерапевтом.

Когда Вы будете принимать решение о том, рассказывать вашему терапевту о расстановке или нет (и в какой степени рассказывать), Вы можете учесть несколько факторов.

Я всегда открыта к профессиональному обсуждению работы с коллегами. Ваш терапевт может присутствовать при расстановке, если у него и у Вас будет такое желание. При необходимости я могу дать вашему терапевту основную информацию о том, как «устроены» расстановки и как они могут

проявляться. *Он/она может обратиться ко мне, чтобы обсудить происходящее с Вами, если Вы дадите на это свое согласие.*

Расстановка действует на принципиально не осознаваемом уровне. Она не может быть описана словами, а попытки такого описания сужают произошедшее, ограничивают и «обесцвечивают» его. Вы можете почувствовать, например, насколько слово «любовь» меньше тех чувств, которые мы пытаемся этим словом выразить.

Если Ваш терапевт не знаком с методом, то словесное описание ограничивает и смещает восприятие еще больше, т. к. на месте непонимания метода возникнет интерпретация с использованием терминов других методов работы.

После расстановки Вы можете чувствовать себя необычно. Ваш терапевт может интерпретировать Ваше состояние на базе известной ему информации, не зная о расстановке. В этом случае о самом факте расстановки его рекомендуется проинформировать.

Индивидуальные расстановки

В: *Не могу себе представить, чтобы я пошел на группу и там рассказал о своих проблемах! Могу я сделать индивидуальную расстановку?*

О: *На группе Вам не потребуется рассказывать о своих проблемах. Я уже говорила, что самый «точный» расстановочный запрос – это обозначение места, где больно. Например, достаточно сказать «у меня тяжелые отношения с женой» или «у меня постоянные сложности с деньгами».*

Иногда бывает так, что клиент опасается, что зрители «будут смеяться» или отнесутся к его проблеме неуважительно. Я специально работаю над тем, чтобы поддерживать уважение в группе и нам это удается. Обычно через несколько часов после начала группы каждый участник ощущает, что здесь можно чувствовать себя безопасно. Самые недоверчивые ощущают это на второй день.

Тем не менее, можно работать и индивидуально, с использованием фигурок и предметов. По своему воздействию эти расстановки не слабее, чем расстановки в группе, а иногда и сильнее. Однако, они подходят не любому клиенту и не в любой ситуации. Вы можете уточнить по телефону, возможна ли работа именно с Вами и по Вашей теме.

После группы

У многих людей после расстановочной работы наблюдается специфическая усталость и отрешенность. Другие, напротив, чувствуют себя особенно бодро и активно. Независимо от вашего текущего состояния, пожалуйста, заботьтесь о себе и соблюдайте осторожность.

Иногда после группы человек чувствует себя погруженным в себя и меньше контролирует происходящее вокруг, чем обычно. Будьте осторожнее за рулем (или не садитесь в этот день за руль), при переходе улицы, при работе с инструментом, в других ситуациях, где требуется повышенный контроль и сосредоточенность.

Возможно, Вы сочтете правильным взять выходной на следующий день после группы.

Хорошо выспитесь после группы.

Примите душ с головой, можно несколько раз в день. Замечено, что ванна с натуральной морской солью помогает быстрее справиться со специфической расстановочной усталостью. Если есть возможность, сходите в бассейн.

Пейте больше воды и другой жидкости. Если Вы чувствуете повышенный аппетит, не ограничивайте себя. Попробуйте почувствовать, какой именно пищи вам сейчас хочется больше всего. Замечено, что многие предпочитают съесть мясо. Некоторым хорошо подходят кисломолочные продукты. У Вас могут быть свои предпочтения, следуйте им по возможности.

Некоторые чувствуют, что не помешает бокал хорошего вина. У других возникает отвращение к алкоголю. Общая рекомендация здесь также следовать своим предпочтениям, но соблюдать умеренность.

В: После группы я почувствовала, что хочу съесть хороший кусок мяса. Вообще-то я не ем мяса уже 6 лет...

О: Замечено, что после некоторых расстановок особенно хочется мяса (в частности, это расстановки, в которых есть взаимодействие с миром мертвых, в котором не удается «поговорить» с мертвыми, как с живыми). Вы можете только сами решить, насколько Ваши убеждения, диета, рекомендации врача или традиции духовного учения, к которому Вы принадлежите, позволяют Вам иногда употреблять мясо.

«Нет никакой необходимости все это понимать»

*Бертольд Ульсамер (Свами Харишаран),
расстановщик (Индия-Германия)*

Действие расстановки и послерасстановочный процесс

Расстановка действует на уровне, который не может быть осознан. Не существует четкого объяснения, как действуют расстановки, каких результатов следует ожидать, а каких не следует. Говоря о действии расстановок, мы можем только описывать множество наблюдений и обобщать их. «Результатом» расстановки мы считаем значительное изменение внутреннего состояния, которое клиент связывает с расстановкой.

В некоторых случаях значительное изменение внутреннего состояния происходит прямо в процессе расстановки. Оно может длиться и развиваться еще несколько недель, месяцев и даже лет, меняя жизнь клиента и его отношения с людьми. Иногда изменений в процессе расстановки не ощущается, но затем, в течение нескольких недель или месяцев происходит заметная перестройка отношений клиента с его близкими.

Некоторые клиенты испытывают сильное желание ускорить процесс и быстрее увидеть результаты. Они стремятся обсудить расстановку, либо сделать еще одну расстановку, чтобы «довести до конца» предыдущую. По опыту, однако, самыми лучшими «ускорителями» расстановки является терпение, молчание, сосредоточенность и уважение к тому, что было проявлено в расстановке. Чем больше свободы оставляет клиент для проявления последствий расстановки, тем глубже могут быть эти последствия.

Расстановку и ее результаты можно сравнить с посаженным в землю семечком. Оно прорастает далеко не сразу. Но если его все время раскапывать и смотреть, не проросло ли оно, то оно может не прорасти вовсе.

Естественные, природные процессы, как правило, происходят медленно и в свой срок. Их нельзя ускорить. Это относится и к расстановкам.

Не существует однозначного ответа на вопрос, как часто можно делать расстановки. Решение о возможности работать ведущий принимает непосредственно на группе, если клиент заявил о своей готовности сделать расстановку. По опыту, в среднем для освоения действия расстановки и готовности к новой работе требуется от полугода и более. Если клиент никогда не делал расстановки, то первые несколько работ иногда случаются чаще, чем в полгода. Опытные клиенты нередко долго работают над запросом, делают более

глубокие расстановки и их результаты осваиваются намного дольше, чем обычно. Некоторым клиентам оказывается проще продвигаться маленькими шагами, делая частые и не очень глубокие запросы.

В: Я ничего не понимаю! Кто был тот человек, с которым мой заместитель обнимался в этой расстановке? А кто была та женщина, которая все время плакала?

О: Я этого тоже не знаю. Иногда клиент позже узнаёт те фигуры, которые проявляются в расстановке, но в большинстве случаев это так и остается неизвестным. Иногда в одной фигуре на символическом уровне проявляются истории сразу нескольких людей.

Для того, чтобы расстановка проявила свое действие, совершенно не обязательно ее «понимать».

Если Вы чувствуете, что Ваше состояние слишком необычно или вам чрезмерно тяжело, пожалуйста, обратитесь за консультацией к ведущему группы.

В: После расстановки со мной стали происходить очень странные вещи. Я как будто чувствую внутри себя какого-то мужчину. И он агрессивен. У меня все в порядке с ориентацией, я жена и мать двоих детей. Что все это означает? Мне надо к психиатру?

О: Такие истории изредка бывают. Обычно, если человек прислушается к своим ощущениям «от этого другого», то оказывается, что эти ощущения возникли не впервые, они давно знакомы, но раньше это ощущалось очень неявно.

Если что-то подобное произошло, и это мучительно, то следует обратиться для начала к расстановщику за консультацией. Уже найдено несколько способов помочь разойтись со вторым человеком. Все эти способы связаны с вниманием к нему и к той истории, которая привела его в осознаваемое вами пространство. По опыту, за несколько недель другой человек «уходит», оставаясь только в памяти.

Мы пока не знаем, «что это означает». Расстановки имеют дело с процессами, которые пока не имеют четкого описания и мало исследованы (а возможно, и не будут научно описаны в обозримом будущем). Мы накапливаем опыт, как обходиться с разными историями, но пока не имеем их однозначной и четкой модели.

В: Может ли расстановка навредить? Я боюсь, что после расстановки мне станет еще хуже....

О: Действие расстановки «заказать» невозможно. После расстановки, как правило, происходят перемены. Иногда они быстрые, иногда медленные. Иногда легкие, иногда переживаются тяжело. Иногда они точно совпадают с тем, чего хотел бы клиент, иногда получается прямо наоборот, а иногда происходит что-то совсем неожиданное.

Вот два крайних примера.

Пример первый. Женщина попросила о расстановке, чтобы посмотреть на свое одиночество, отсутствие партнера в течение нескольких последних лет. Через неделю ей позвонил ее друг со студенческих времен и попросил о свидании. Еще через несколько месяцев они стали жить вместе как партнеры.

Пример второй. Женщина попросила о расстановке на тему запутанных отношений со своим партнером. В расстановке была проявлена сильная динамика, связанная, в частности, с матерью клиентки. Через несколько недель мать умерла. Партнер клиентки оставил ее. Является ли такое развитие ситуации «хорошим» или «ужасным» в контексте длительной истории этой клиентки, сказать невозможно.

Расстановку выбирают те клиенты, которые хотят для себя движения, трансформации, нового взгляда на мир и на себя. Но приходится пойти на риск того, что это движение будет не обязательно таким, каким Вы его себе представляли, не обязательно комфортным и не обязательно понятным и объяснимым. В расстановках бывают быстрые, комфортные, понятные и положительные изменения, а бывают – медленные, непонятные, трудные, необъяснимые...

Еще вопросы?

Если у Вас есть еще вопросы по расстановкам, Вы можете обратиться на сайт www.constellations.ru в раздел «Часто задаваемые вопросы». Вас ждут ответы еще на 50 разных вопросов!

Также на сайте Вы можете прислать свой вопрос.

Я оставляю время для вопросов и ответов в течение группы.

Вы также можете записаться на интерактивный вебинар.

Образовательные семинары Центра Современных системных расстановок

Москва • Петербург • Минск • Киев • Берлин • Нью-Йорк

Приглашаются:

- Психологи, специалисты других помогающих профессий
- Последователи духовных практик
- Все интересующиеся глубоким изучением метода, а также:
- Расстановщики, уже имеющие классическое образование, и желающие расширить свое понимание философии и технологии **современной расстановочной работы**

Наличие психологического образования не является условием приема на программу.

Ваши цели:

- стать практикующим расстановщиком и/или
- изучить расстановки "для себя"

График и организация программы позволяет выбрать индивидуальный порядок образования, соответствующий вашим целям и их изменениям в процессе изучения метода.



*Выполнившие все требования получают **Сертификат практикующего расстановщика.***

“ Расстановкам нельзя научить и научиться, но можно создать пространство, где будет происходить развитие.”

Сюзи Такер, расстановщик и супервизор из США

Структура программы

Вы выбираете последовательность изучения модулей и расписание так, как Вам удобно.

Вы можете посещать семинары как вольнослушатель или выполнить сертификационные требования и получить **Сертификат Практикующего Расстановщика**.

Полная программа включает в себя:

- ✓ **Образовательные модули 1-2-3 ступени** (8 модулей по 3 дня, 24 часа). Теория, технологии, демонстрационные работы, практика.
- ✓ **Дополнительные модули** (на сегодня в расписании 4 модуля по 2-3 дня – модули постоянно обновляются). Специальные и смежные темы: философия метода, менеджмент, авторские стили, классическая системная терапия и др.
- ✓ **Группы повышения квалификации и интервизия**. Личная работа участников Программы. Практическое изучение клиентских ситуаций и технологий.
- ✓ **Супервизия**. Представление своей работы приглашенному расстановщику.
- ✓ **Личная терапия и исследование** своей системной истории.

“

Спасибо, Елена! Как всегда у Вас очень интересно,- каждый раз открываю в себе что-то новое, получаю бесценный опыт и наблюдая, и участвуя в качестве заместителя. Мне очень импонирует дружелюбная без заигрывания, спокойная, рабочая атмосфера Вашего Центра, неторопливость в работе с клиентом, терпеливое следование за ним, точное соблюдение договоренностей с расстановщиком, внимательное и деликатнейшее обсуждение проделанной работы...Впервые участвовала и наблюдала за работой с фигурками,- очень впечатляет ясно видимый, осязаемый результат. Я намерена посетить следующий, осенний семинар. С наилучшими пожеланиями, Алла.

Сертификационные требования

Сертификат участия:

Выдается по фактическому участию в каждом модуле или группе.

Сертификат Практикующего Расстановщика:

А. Обязательные требования

- ✓ Восемь образовательных модулей
- ✓ Группы повышения квалификации – не менее 80 часов участия, не менее 10 выполненных самостоятельно работ.
- ✓ Открытые работы (в присутствии приглашенного опытного расстановщика) – не менее 2-х.
- ✓ Самостоятельная работа в интервизионных группах – не менее 40 часов.



В. Рекомендуются, но не контролируется

- участие в дополнительных семинарах приглашенных преподавателей
- посещение клиентских групп других расстановщиков (не менее 40 часов у не менее чем 5 расстановщиков разных школ)
- посещение семинаров иностранных преподавателей в рамках обучающих программ различных институтов в России и за рубежом
- расстановки по личным запросам в качестве клиента
- самостоятельная организация и проведение своей первой клиентской группы

“

До настоящего времени нахожусь под влиянием от информации, полученной во время семинара. Думаю, что это состояние продлится еще долго. Во время семинара я познакомилась с новой для меня моделью расстановочной работы, основанной на тонком вчувствовании терапевта в индивидуальность клиента. Информация, представляемая Еленой была очень хорошо структурирована, легко усваивалась, поскольку представлялась в непринужденной манере и явно была множество раз пережита самой ведущей, прочувствована и осмыслена. ... Все участники семинара имели возможность как получить теоретические знания, так и личную терапию (причем по несколько раз каждый), чем многие не преминули воспользоваться. Мне самой при помощи Елены и группы удалось проработать ряд вопросов, которые меня давно беспокоили и на которые я не могла получить ответ в иных обстоятельствах. Сердечная благодарность Елене за щедрость, с которой она делится своими знаниями и своей атмосферой на семинаре. До новых встреч. Двоеглазова Маргарита, г. Мурманск.

Список семинаров

8 модулей (16 часов теория и технология + 8 часов практика)

Ведет Елена Веселаго

СТУПЕНЬ 1: Базовые модули

- **МОДУЛЬ 1. Философия метода, феноменология и основы практики.**
- **МОДУЛЬ 2. Современные расстановочные технологии. Расстановки как духовная практика примирения.**

СТУПЕНЬ 2: Специальные модули.

- **Расстановки при работе с темами бизнеса, профессии, финансов, реализации.**
- **Расстановочная работа с фигурками и предметами**
- **Исследование генограммы и семейной истории**

СТУПЕНЬ 3: Продвинутое модули

- **Чтение поля: возможности и ограничения**
- **В согласии с полем: техника и мистика системных расстановок**
- **Практика и Жизнь**

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СЕМИНАРЫ

проводятся приглашенными ведущими и Еленой Веселаго

Христианские мистические корни системно-феноменологического подхода Берта Хеллингера (Евгений МОЛОДОВ)

Методы классической семейной системной терапии (Марина ТРАВКОВА)

Терапия кризисных состояний (Светлана ЯБЛОНСКАЯ)

Расстановки для себя: конструктивные идеи (Елена ВЕСЕЛАГО)

За пределами системных расстановок (Елена ВЕСЕЛАГО)

Авторская работа с клиентами (приглашенные ведущие)





СОВРЕМЕННЫЕ СИСТЕМНЫЕ РАССТАНОВКИ: ИСТОРИЯ, ФИЛОСОФИЯ, ТЕХНОЛОГИЯ

Образовательная программа

www.constellations.ru

РАСПИСАНИЕ БЛИЖАЙШИХ МОДУЛЕЙ

Дата	Название	Степень	
23 марта 2013: Начало новой образовательной программы			
12-13 июня	Расстановки для себя: конструктивные идеи		
1-3 июня	В согласии с полем: техника и мистика системных расстановок	3	☺
11-15 июля	Летний интенсив-1: Современная расстановочная работа в группе. Интенсивный практический курс.	1-2	
8-12 августа	Летний интенсив-2: Современная расстановочная работа в индивидуальном сеттинге. Интенсивный практический курс.	2-3	
23-24 октября	Расстановки для себя: конструктивные идеи		
26 октября 2013: Начало новой образовательной программы			
26-28 октября	Модуль 1. Современные системные расстановки: философия метода и основы практики	1	☺
16-18 ноября	Модуль 2. Расстановки как духовная практика: инструменты, возвращающие целостность	1	☺
23-25 ноября	Чтение поля: ограничения и возможности	3	☺
30 ноября-2 декабря	В согласии с полем: техника и мистика системных расстановок	3	☺
7-9 декабря	Системные расстановки для бизнеса, денег, реализации	2	☺
13-16 декабря	Расстановочная работа с фигурками и предметами.	2	☺
Расписание не полное, следите за дальнейшими обновлениями на www.constellations.ru			

☺ - засчитывается в рамках Образовательной программы

На сайте www.constellations.ru



- Информация по расстановкам
- Авторские статьи и переводы
- Полный список книг по расстановкам
- Международные конгрессы и конференции
- Вопросы и ответы
- Расписание всех групп во всех городах

Сюда картинку-скриншот с сайта

Елена ВЕСЕЛАГО



Исследует и практикует современные системные расстановки; **основатель Центра Современных Системных Расстановок в Москве**

Более трех лет изучала духовные расстановки с **Бертом Хеллингером** в Австрии и Германии, диплом Hellinger Scientia. Сертифицирована в России (ИИСТ, ИКСР).

Продолжает образование и супервизию в Европе и США, регулярно представляет свою работу на международных конгрессах.

Автор **книги и статей по расстановкам**, опубликованных в российской и иностранной прессе. Научный редактор журнала «Системные расстановки».

Авторскую методику изучения расстановок Елена разрабатывает и совершенствует около 5 лет

Официальный сайт: www.constellations.ru

Вопросы и запись: e.veselago@gmail.com+7 (903) 270 02 02

Текст брошюры © Елена Веселаго, 2011-2013