

Работа с пассивно-агрессивными клиентами

Дмитрий Юрьевич
ЛОМЫКИН

психолог, частная практика; Иркутск, Россия; d.lomykin@gmail.com
ORCID ID: 0009-0000-4526-1587



Dmitrii Urieovich
LOMYKIN

psychologist, private practice; Irkutsk, Russia; d.lomykin@gmail.com
ORCID ID: 0009-0000-4526-1587

Working with passive-aggressive clients

Аннотация. В данной работе говорится о специфике и плане терапии с пассивно-агрессивными клиентами. Обсуждаются мотивы пассивности, основанные на работе Роберта Ингрэма, и предлагаются методы лечения, описанные Фрэнсис Бондс-Вайт. Особое внимание уделяется этапам терапии, включая установление альянса, реструктуризацию эго-состояний и выдачу разрешений. Отражаются нерешенные задачи развития и делаются акценты на триггеры изменений. Статья подчеркивает значимость установления отношений с клиентом перед решением проблем социального контроля.

Бондс-Вайт подчеркивает важность помощи клиенту в развитии навыков продуктивности, управления временем и постановки реалистичных целей. Терапия направлена на изменение парадигмы получения «поглаживаний» из внешнего мира, побуждая клиента стремиться к признанию за достижения, а не за его попытки.

Ключевые слова: пассивная агрессия, транзактный анализ, пассивность, симбиоз, личностная адаптация.

Abstract. This paper discusses the specifics and treatment plan for passive-aggressive clients. The motives of passivity based on the work of Robert Ingram are discussed, and treatment methods described by Frances Bonds-White are proposed. Special attention is paid to the stages of therapy, including the establishment of an alliance, the restructuring of ego states and the granting of permits. The unresolved development tasks are reflected and the emphasis is placed on the triggers of change. The article emphasizes the importance of establishing a relationship with a client before solving problems of social control.

Bonds-White emphasizes the importance of helping clients develop productivity skills, time management, and setting realistic goals. Therapy is aimed at changing the paradigm of receiving «strokes» from the outside world, encouraging the client to seek recognition for achievements rather than for his attempts.

Keywords: passive aggression, transactional analysis, passivity, symbiosis, personality adaptation.

Работая с пассивно-агрессивным клиентом, мы как терапевты должны быть очень чутки и внимательны к собственным интонациям и чувствам. В начале терапии клиент может не различать Контролирующего Родителя и Взрослого, и любая транзакция из Взрослого терапевта будет воспринята как попытка контроля и приглашение к борьбе. Мы помним, что в борьбе был найден тот самый «контакт» с родителем, и межличностные отношения были интроецированы. Практика часто показывает отсутствие любого другого контакта между родителем и ребенком. Клиент мо-

жет с трудом вспоминать совместное времяпровождение в кругу семьи происхождения, которое бы приводило к совместному ощутимому результату: украшение ёлки, приготовление блюд, «веселые старты» семьями или кемпинг.

Роберт Ингрэм в своей статье «Игры и пассивность» предлагает видеть в пассивности два мотива: «...пассивность следует рассматривать как двухуровневое явление, шизофреническое и истерическое. В каждом случае человек не желает брать на себя обязательства из-за страха перед результатами этих обязательств. Шизофреник боится быть покинутым, в то

время как истерик боится чувства вины» (Ingram, 1980, p.13).

Шизофренический мотив касается активности в озвучивании своих подлинных фантазий и желаний. Так, одна клиентка на мою просьбу озвучить свою фантазию сказала мне: «Если я расскажу вам это, то мы больше с вами не увидимся: вы сочтете меня сумасшедшей».

На истерическом уровне пассивность — это способ избежать чувства вины, порицания или ответственности.

Далее последуем за Фрэнсис Бондс-Вайт и её второй частью статьи «Лечение пассивно-агрессивной личности», где мы частично рассмотрим этапы предлагаемого лечения:

«1. Открытие Двери

- А. Контрактирование сеттинга
- В. Построение отношений

2. Промежуточный этап

- А. Выдача разрешений
- В. Консолидация отношений

3. Реструктуризация эго-состояний

- А. Укрепление Взрослого
- В. Дополнение Родителя (добавление конструктивных функций)
- С. Принятие Детского эго-состояния

4. Перерешение

5. Завершение терапии

- А. Подтверждение
- В. Усиление изменений»

(Bonds-White, 1984, p. 181).

На первом этапе лечения Бондс-Вайт предлагает определить сеттинг с пассивно-агрессивным клиентом и какое-то время позволить клиенту просто быть в терапии, выстраивая альянс и исследуя, что именно клиент хочет от терапии и терапевта. Мини-цель — находиться в терапии, поскольку, если на первых порах мы начнем заключать контракт с таким клиентом, он будет с большой вероятностью заключен из сверхадаптации.

Поскольку энергия клиента пассивна, и скрытой целью этого является сохранение или воссоздание первоначально близких отношений с всемогущим Родителем (Ingram, 1980), поддержание симбиоза, сохранение фантазии о «потерянном рае», клиент будет ждать активности от вас и сверхадаптивно поддерживать все ваши идеи и инициативы. Отказываясь думать за клиента, терапевт дает понять, что видит в нем взрослого человека, способного отвечать за свою жизнь, и начинает обезвреживать, а не играть в игры

клиента «Посмотри, как я старался» и «Почему бы тебе не... — Да, но...» (Berne, 1964).

Вторым и очень важным, на наш взгляд, шагом является прямой вопрос терапевта «Как я могу вас разочаровать, что вы уйдете из терапии?» как обезвреживание игры «Никто не может мне помочь».

Также на первом этапе в случае риска мы закрываем с клиентом «аварийные люки». Бондс-Вайт делает акцент на том, чтобы антисуицидальный контракт был заключен клиентом на психологическом уровне, а не из столь отточенной сверхадаптации.

Говоря о выстраивании отношений с пассивно-агрессивным клиентом, стоит понимать, что клиент всячески будет приглашать вас думать за него и быть на шаг впереди. Задача терапевта — быть пассивнее, чем клиент, и не делать более 50% работы. Я часто конфронтирую таким клиентам молчанием на их жалобы, предлагаю им представить результаты, которые они хотели бы видеть в своей жизни (особенно социальной) по окончании терапии, и спрашиваю, за что они платят мне деньги.

Когда альянс устоялся, многие проверки терапевтического альянса позади, из Заботливого Родителя и Взрослого мы приглашаем клиента в эго-состояние Ребенка, который может пожаловаться на родителей, выразить обиды детства за избыточный контроль и безразличие к чувствам ребенка «там и тогда». Если клиент идет в эту работу, что может сопровождаться сильными детскими чувствами, то символично он «сдаётся» в этой борьбе, разрывая цикл, показанный на рисунке 1, и меняет паттерн (Joines, Stewart, 2002).

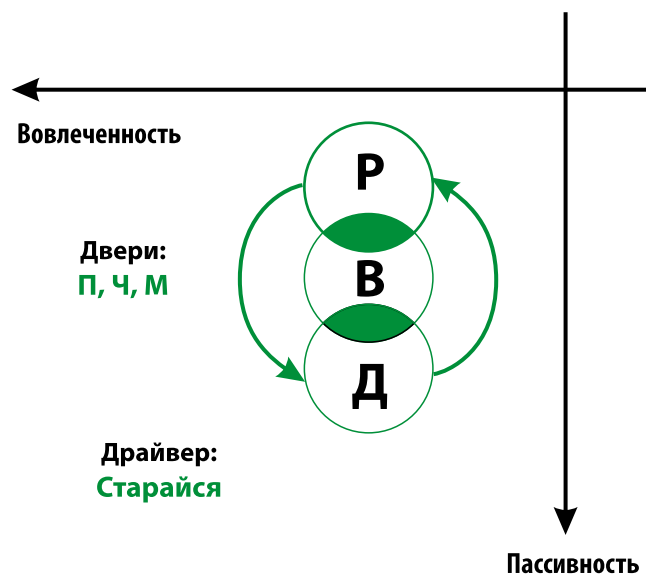


Рисунок 1. Пассивно-агрессивная личностная адаптация

Фрэнсис Бондс-Вайт в статье пишет: «...в течение первого года лечения терапевт должен сочетать настойчивое требование думать и осознание чувств с сильным разрешением, направленным на состояние

Детского эго клиента. Эти разрешения должны начинаться с более поздних предписаний и возвращаться к самым ранним. Они должны исходить от всех трех эго-состояний терапевта, чтобы быть эффективными» (Bonds-White, 1984, p. 185). В свою очередь отметим, что мышление — закрытая «дверь» для пассивно-агрессивных; «дверь» из концепции Поля Вара (Ware, 1983), где происходят наибольшие изменения после интеграции поведения с чувствами.

Последовательность разрешений с пассивно-агрессивными клиентами выглядит следующим образом (Bonds-White, 1984, p. 185).

- (1) Вы можете думать и решать проблемы.
- (2) Вы можете добиться успеха.
- (3) Вы можете наслаждаться своими успехами.
- (4) Вы можете осознавать свои чувства.
- (5) Вы можете нравиться другим людям.
- (6) Вам могут нравиться другие люди.
- (7) Вы можете поддерживать свои собственные границы.
- (8) Вы можете выражать свои потребности различными способами.
- (9) Вы можете расти и заботиться о себе.
- (10) Вы принадлежите себе.
- (11) Вы — чувствующее человеческое существо.

Фрэнсис Бондс-Вайт считает, что эффективная форма терапии для пассивно-агрессивного клиента — это одна сессия групповой и одна личной терапии в неделю. Как упоминают Шиффы: «В настоящее время мы работаем, исходя из предположения, что вмешательство должно исходить из окружающей среды, чтобы разрешить пассивность» (Schiff, Schiff, 1971, p. 74). Акцент делается на социальные связи клиента, связи вне диады отношений.

Заставить пассивно-агрессивного клиента отказаться от нытья, жалоб и нападок как способа общения с терапевтом и членами группы является первой задачей в оказании ему помощи в построении более эффективного эго-состояния Взрослого. Честное проживание гнева (активной агрессии) и печали к родительским фигурам, как отказ от обиды Ребенка, также высвобождает катексис, который автор предлагает использовать для получения клиентом «социального контроля над поведением, используемым для саботажа работы, школы и других реальных ситуаций» (Bonds-White, 1984, p. 185).

Конечно, мы говорим здесь о «дорастивании» клиента, и Фрэнсис Бондс-Вайт делает важный акцент: «Как правило, социальный контроль был бы первым этапом лечения. Однако при работе с пассивно-агрессивными, пограничными и нарциссическими лично-

стями терапевту важно сначала установить отношения с клиентом» (Bonds-White, 1984, p. 185).

Мы говорим о смене парадигмы получения поглаживаний. И очень важно, чтобы клиент начал брать поглаживания из внешнего мира (от социума, работодателя, партнера и др.) за достижение результата, а не за еще одну отчаянную попытку Ребенка что-то сделать.

Бондс-Вайт пишет: «Одной из составляющих укрепления Взрослого является помощь им в оценке своих сильных и слабых сторон» (Bonds-White, 1984, p. 186). Здесь наша задача «доотразить» клиента, ведь значимой родительской фигуре отделение этого ребенка было невыгодным, и многие таланты, сильные стороны могли не «звучать».

«Управление временем и реалистичная постановка целей являются самыми слабыми областями... <...> ...Теперь терапевт должен сделать то, что родители не сделали в латентном возрасте: дать разрешение и научить навыкам продуктивности посредством систематического обучения, при этом позволяя и принимая чувства» (Bonds-White, 1984, p. 186). На этом этапе мы говорим больше о коучинговой работе и усилении, а возможно, формировании новой идентичности.

Латентная фаза психосексуального развития по Фрейду (2000) — возраст, в котором частично разрушается родительский авторитет и формируется собственный Р2 за счет других значимых фигур (учителя, тренеры, репетиторы, менторы и др.). Это то, чего не произошло в истории пассивно-агрессивного клиента, потому что семейная система была влиятельнее, чем внешний мир, и страх отделения был сильнее, чем желание социального успеха. Бондс-Вайт пишет: «...взрослый страх — это точно такой же страх, как и в раннем детстве при угрозе родительского покидания, и порождает кризис в терапии» (Bonds-White, 1984, p. 186). И мы понимаем, что говорим о фазе воссоединения по Маргарет Малер и пограничной дилемме (Mahler, 2008).

Заключение

В заключение хочется сказать, что в детстве пассивно-агрессивный клиент получает сообщение от родителя — «ты особенный», и в ходе терапии активизируется страх Ребенка потерять эту уникальность. Эта та грандиозность, что удерживается клиентом как раз за счет отсутствия «шагов» в реальном мире и не дает ему брать поглаживания за большие и маленькие достижения вне семьи происхождения; детская грандиозность, что может превратиться во взрослую компетентность и мастерство профессионала.

Одна из самых сложных психологических задач, стоящих перед человеком, — это научиться видеть разницу между тем, как быть особенным и быть обыч-

ным смертным. Это различие наиболее важно для перехода от Я+Ты- к взгляду Я+ Ты+.

Быть обычным человеком не означает жертвовать уникальностью или индивидуальностью. Скорее, это означает принятие того, что я, как и все люди, обладаю широким спектром сильных и слабых сторон, хороших и плохих чувств, подъемов и спадов в моей жизни, как и у всех остальных.

Список литературы

1. Berne, E. (1964) Games People Play. New York: Grove Press.
2. Bonds-White, F. (1984) The Special It: Part II Treatment of the Passive-Aggressive Personality // Transactional Analysis Journal. 14 (3). P. 180–190.
3. Фрейд, З. (2000) Влечения и их судьба. М.: Эксмо-Пресс.
4. Ingram, R. (1980) Games and Passivity // Transactional Analysis Journal. 10 (1). P. 13–15.
5. Joines, V., Stewart, I. (2002) Personality Adaptations: A New Guide to Human Understanding in Psychotherapy and Counseling. North Carolina: Lifespace Publishing.
6. Mahler, M. S., Pine, F., Bergman, A. (2008) The Psychological Birth Of The Human Infant Symbiosis And Individuation. Basic Books.
7. Schiff, A.W., Schiff, J.L. (1971) Passivity // Transactional Analysis Journal. 1 (1). P. 71–78.
8. Ware, P. (1983) Personality Adaptations // Transactional Analysis Journal. 13 (1). P. 11–19.