# Образец описания терапевтических сессий

## КЕЙС. Юлия

### История клиента: Юлия, 50 лет, замужем, есть 22-летняя дочь. Образование высшее (МИРЭА, мат факультет). Юлия единственный ребенок в семье, мама умерла десять лет назад (инсульт), отец умер четыре года назад (Covid). Живет вдвоем с мужем. Дочь пару лет назад стала жить отдельно. Владеет небольшим рестораном (совместно с двумя другими партнерами). Совместно с еще двумя рестораторами Юлия владеет небольшим рестораном.

Встречи проходят в онлайн. Пару раз встречи переносились по Юлиной просьбе (занятость в ресторане и необходимость помогать мужу с его бизнесом, у мужа довольно крупный логистический бизнес).

###Сессия 1.

Клиентка приходит с запросом следующего характера: «Устала жить с мужем, но уйти не могу, так как у меня недостаточно средств, чтоб без него вести тот образ жизни, который я привыкла».

Клиентка: У меня вполне тривиальный запрос, думаю, с такой проблемой сталкиваются многие женщины. Очень раздражает муж, мы тридцать лет вместе, я с ним только из-за денег. Если б я могла заработать столько, сколько он, мне б на фиг никакие мужики не были б нужны. Я его не забочу, он часто приходит домой нетрезвый (типа с клиентами вынужден встречаться в ресторанах по работе).

Терапевт: Вы думаете, это неправда?

Клиентка (зло): Откуда мне знать? Может, и правда, а, может, и нет. Подозреваю, что не правда. А главное, его вообще не беспокоит, что, возможно, я уже сплю, а он заваливается в квартиру как слон, черт знает в каком виде, и я должна это терпеть!!!

Замечаю, что на лице появляется как будто выражение брезгливости, сильное недовольство.

Терапевт: А что бы вы хотели от нашей с вами работы?

Клиентка: Наверное, помогите мне сделать наконец-то выбор – уйти от него или терпеть дальше. Вернее, так – если остаться, то спокойнее реагировать.

Понимаю, что информации о жизни Клиентки недостаточно. При этом чувствую какое-то непонятное желание защищать мужа (видимо, от того, что Клиентка расценивает слова мужа как вранье, однозначно не зная, лжет он или нет). Воздерживаюсь от каких-либо оценок.

Терапевт: Расскажите поподробнее, почему, как вы только что сказали, вы не можете уйти от мужа. У вас ведь есть свои средства?

Клиентка: Есть, но они очень небольшие. У меня небольшой ресторанчик, нас там три партнера. Мой максимальный приход – 250 -300 тысяч в месяц, это в хорошие месяцы, а может быть и значительно меньше. А расходы ……..Клиентка долго о них рассказывает, из чего становится понятно, что ее дохода явно недостаточно для такого образа жизни.

Понимаю, что процесс Клиентки – сложность сделать выбор.

Из прерываний вижу дефлексию – много, быстро и эмоционально рассказывает подробности семейной жизни, при моей попытке замедлить – сначала замедляется, но потом быстро переходит к прежнему темпу; проекция – предпочитает видеть заведомую неправду в словах мужа, раздражается, когда я подсвечиваю ей это. Предполагаю, что за таким острым раздражением стоит недовольство собой из-за невозможности сделать выбор (или невозможности заработать?), которое ретрофлексируется.

Заметила интересный момент, что мне как терапевту хотелось защищать мужа. Мне сложно иметь дело с несправедливыми обвинениями, и хочется сразу начать спорить. Это, видимо, мой процесс.

###Сессия 2.

Клиентка приходит с опозданием (в целом не характерно). Выглядит подавленной и грустной.

Сразу возвращаемся к теме развода.

Клиентка: Я решила развестись. Больше не могу так жить...

Терапевт: На нашей прошлой встрече мы работали больше с запросом о том, как вам сделать выбор. Что-то случилось?

Клиентка: Ничего нового, кроме того, что пришел вчера домой раздраженный, даже злой, ни слова не спросил о том, как я себя чувствую, и сразу заявил, что я трачу много денег. Достало уже …  
Долго и ярко рассказывает мне, что на самом-то деле она не так и много тратит и в целом только на нужные вещи, а муж просто к ней придирается, и она уже не может выносить эти придирки.

Терапевт: Вы приняли решение, или это пока только слова?

Клиентка: Не знаю, вроде, приняла, а вот вы спросили, и не уверена

Терапевт: От этого зависит, с каким запросом мы будем сегодня работать

Клиентка: Не торопите меня, я сама не знаю, это и есть запрос

Клиентка злится. Наверное, это можно рассматривать как параллельный процесс между нами, она не может и с запросом определиться, ровно так, как и с принятием серьезного решения в жизни. Нервничает, злится на меня. Жду, когда немного успокоится.

Терапевт: Давайте вернемся к вашему выбору. Вы хотели бы уйти от мужа, который вас раздражает, похоже, довольно часто, с одной стороны, а с другой стороны, вы не очень понимаете, как вы будете жить без него, а именно – без его материальной поддержки. Так?

Клиентка: Так, да. Я так устала притворяться, что все хорошо. А с другой стороны, я боюсь остаться одна. Мне 50 лет, кому я буду нужна? (пауза).

Терапевт: Давайте поговорим про этот страх

Клиентка: Хотя, у меня недавно одна подруга развелась…..уходит в долгий рассказ про подругу, говорит эмоционально и очень быстро. Перескакивает с темы подруги на тему мужа, который постоянно что-то не так делает.

Замечаю ее дефлексию. Так как я сама дефлексик, стараюсь не уйти за клиенткой в пространные рассуждения и не попасть таким образом в параллельный процесс. Возвращаюсь к своему вопросу про страх. Пытаюсь прояснить, чего все же боится клиентка – одиночества или ограниченности финансов. Похоже, она и тут не очень понимает, в чем именно заключается ее страх, что именно не дает ей сделать тот или иной выбор. По большей части моя клиентка находится в голове (self), при первом вопросе о чувствах уходит в голову, обсуждает факты, поступки и следствия из них.

Как терапевт увидела свою дефлексию, как сложно мне не уйти в рефлексию и на основе анализ фактов начать «спасать» клиента.

###Сессия 3.

Приходит вовремя, более спокойная чем в прошлый раз, собранная

Начинаю сессию с того, что напоминаю, о чем мы говорили на прошлой сессии, и мне хотелось бы вернуться к страху развода, и попробовать определиться, в чем он заключается, чего клиентка больше боится.

Терапевт: Представьте – вы решаете развестись, что в этом самое страшное?

Клиентка: Все-таки я боюсь остаться одна. Вдруг я больше никого никогда не встречу, мне много лет, кого я могу заинтересовать?

Терапевт: Мы начинали с вами с того, что вам страшно остаться без финансовой поддержки мужа, и что вы не сможете вести привычный вам образ жизни, что, на мой взгляд, вполне обоснованный страх, или мы это выносим за скобки?

Клиентка: Это тоже, конечно, но еще больше я боюсь прожить так всю оставшуюся жизнь...

Терапевт: Как именно?

Клиентка (раздраженно): Ну так – в одиночестве и без денег

Терапевт: Давайте попробуем представить, вы развелись, живете одна, на свои средства от ресторана, что вы чувствуете?

Клиентку приходится замедлять, погружать в чувства, так как она, заметно раздражаясь, тут же начинает мне объяснять, что понятно, что она чувствует, а именно – ничего хорошего, так как ей не хватает денег на поездки, на оплату квартиры дочери (они снимают ей квартиру), тут же перескакивает на рассказ о прошлых совместных поездках с мужем и стоимости этих поездок. Рассказывает эмоционально, интересно. Ловлю себя на мысли, что готова обсуждать с ней туристический опыт.

Когда все же удается клиентку замедлить и заставить чуть-чуть заметить свои чувства, она чуть не плачет.

Терапевт: Я вижу, у вас слезы на глазах

Клиентка: Да, и, мне кажется это вообще не конструктивно – то, что вы сейчас делаете, мне нужно разложить все по полочкам, и просто принять правильное и продуманное решение – развестись с ним или остаться. А я вместо этого тут расплылась вся, как дура какая-то.

Далее выясняется, что слезы связаны с той картинкой, которую клиентка нарисовала – она одна, и так будет всегда, так как она уже «старая», плохо выглядит, не всегда хорошо себя чувствует, и вряд ли кто-нибудь ею «такой рухлядью» заинтересуется. А, значит, выбора практически нет.

Клиентка по-прежнему много дефлексирует, избегая хоть какого-то минимального погружения в чувства. Кроме того, обнаруживается интроект – «если мне столько-то лет, то я уже на свалке истории, и никому не нужна».

Дефлексия и ретрофлексия чувств обнаруживаются от сессии к сессии. Хорошо, что удалось, хоть чуть-чуть погрузиться в чувства.

###Сессия 4:

Приходит с небольшим опозданием, извиняется тихим голосом, плечи опущены, взгляд направлен вниз, сидит как будто вся сжавшись

Терапевт: Как вы сейчас себя чувствуете, Юлия?

Клиентка: (теребит волосы) Не знаю... Тяжело как-то. Всю неделю думала о нашем прошлом разговоре

Клиентка как будто на себя не похожа, обычно она более собранная, громкая, иногда даже агрессивная

Терапевт: О чем именно думали?

Клиентка: Вспомнила родителей …. Они всегда были на стороне Сергея (так зовут мужа), и мама, и отец, никогда меня не поддерживали ни в каких наших конфликтах, даже совсем по молодости, когда мы еще в институте учились (клиентка и ее муж вместе учились в институте, где и познакомились)… и даже, когда я была права …..

Далее вспоминает эпизод из жизни, когда она, поссорившись с мужем, приехала к родителям, а они «выставили ее», сказав, что «у тебя отличный муж, всем бы таких, без него ты пропадешь» (если кратко).

Терапевт: Что вы чувствуете, когда вспоминаете эти слова?

Клиентка: (после долгой паузы) Страх, даже нет – ужас от того, что они, видимо, были правы, и я ни на что по большому счету не гожусь…

Терапевт: Даже из той информации, которой я владею, мне кажется, возможно сделать вывод о том, что это не так, совсем не так…. Вы же управляетесь со своим бизнесом, пусть и небольшим?

Клиентка «выскочила» из чувств, очевидно, с моей помощью, так как я ушла в голову. Хотя мне показалось, что важно было в этом месте подсветить ей то, что она тоже имеет свои достижения.

Уйдя в дефлексию, клиентка стала много рассуждать о своем бизнесе и партнерах, которые имеют значительно больший опыт в ресторанном бизнесе, и все решения по сути всегда принимаются ими, даже, когда она с ними не согласна и имеет свои рабочие идеи.

Пытаюсь вернуть клиентку к переживаниям страха от того, что она по словам родителей «ни на что не годится»

Клиентка: Да, я боюсь, что сама-то я ничего не могу, родители правильно говорили, во всем мне всегда помогают другие, особенно муж, решения принимают другие за меня. Как я могу развестись и остаться одна?

Стараюсь поддержать клиентку, рассказываю свою историю о том, как мне было трудно после развода с первым мужем, который решал основные финансовые и домашние вопросы нашей семьи.

Клиентка (раздраженно): Вы мне не помогаете сделать выбор! По-вашему, получается, что мне есть чего бояться, но этот страх нужно игнорировать и идти напролом.

Замечаю, что в своих метаниях клиентка интерпретирует мои слова таким образом, который помог бы ей принять решение.

Сессия снова выстраивается вокруг процесса клиентки со сложностью принятия решения.

Снова вижу дефлексию (рассказ о ресторане «съел» добрую половину сессии. Становится понятнее сложность принятия решения уйти от мужа – родительский интроект «без мужа ты ничего толком не сможешь». Моя собственная привычка уходить в голову и «подлечивать» клиента позволила клиенту по обычному сценарию начать рефлексировать и уйти из чувств, хотя я сознательно хотела поддержать клиентку.

###Сессия 5.

В этот раз клиентка пришла точно вовремя, выглядела более спокойной чем обычно.

Мне кажется, чаще смотрит в глаза, возможно, это говорит о большем доверии.

Терапевт: Как вы сегодня?

Клиентка: (задумчиво) Знаете, после прошлой нашей встречи я много думала... И поймала себя на странной мысли...Крутила в голове все эти мои переживания – разводиться, не разводиться, встречу я кого-нибудь, не встречу, правы ли были родители, что я одна ни на что по-большому счету не способна….

Терапевт: Какой мысли?

Клиентка: Я не очень понимаю, я-то чего хочу… видимо, поэтому я и решения-то не могу никакого принять

Замолкает. Держу паузу

Терапевт: А что вы почувствовали в этот момент? Когда эта мысль пришла вам в голову

Клиентка (как будто удивляясь): Растерянность... Почему мне раньше-то это в голову не приходило. Раньше всегда думала – как будет правильно поступить, с кем посоветоваться, чтоб точно было правильно и хорошо

Терапевт: А правильно и хорошо это как?

Клиентка: Ну так, чтобы потом не жалеть о том, что сделано, какое решение принято…

Терапевт: Мне кажется, что для того, чтоб не жалеть о принятом решении, как раз и нужно сначала сообразить, а чего же хочется вам?

Клиентка: Да, но это как будто новую дверь открыть. Тревожно

Терапевт: Что пугает за этой новой дверью?

Клиентка (тихо): Как будто мне нужно идти туда одной, и не с кем посоветоваться, и там неизвестность …

Первый раз клиентка использует метафору, довольно яркую. Мне кажется, это свидетельствует о том, что она стала немного осознавать свой ИД.

Прошу клиентку мысленно зайти за эту дверь и постараться «почувствовать свои желания». В первую очередь те, что касаются ее мужа и совместной жизни с ним. Спустя пару минут, Клиентка говорит, что, ей кажется, что ее желание все ж не оставаться одной «на старости» лет.

Терапевт: Что вы чувствуете, когда думаете о перспективе остаться одной?

Клиентка: Ужасную грусть…. Дело даже, наверное, не в финансах…. Мы же столько лет вместе, я никогда не была одна. Это как будто меня в детдом сдали…

Неожиданно начинает вспоминать хорошие моменты из ее с мужем совместной жизни. С одной стороны, дефлексирует, а с другой, мне кажется, снялось какое-то очень сильное напряжение, и она перестала видеть все в черном цвете. Видимо, удалось немного пробиться сквозь слияние и с собой (когда вообще не знаю, чего хочу) и с родительскими фигурами. Хорошо, что она стала задумываться над собственными желаниями и потребностями, не завязанными на авторитетные фигуры.

Как у терапевта, у меня получилось наладить хороший доверительный контакт с клиентом, не торопить процесс, помочь клиенту осознать свои чувства.

###Сессия 6.

Клиентка пришла с небольшим опозданием, не извинилась, что на нее не похоже. Выглядела более оживленной, чем обычно, речь как будто более воодушевленная, чем обычно. Активно жестикулирует, поддерживает зрительный контакт.

Терапевт: Как вы после нашей последней встречи?

Клиентка: Очень даже неплохо. Сегодня я б хотела поговорить о проблемах с дочерью.

Я удивлена, что меняется запрос. Думала, что мы все еще будем говорить о перспективах развода или сохранения брака. Возможно, у клиентки возникла более острая проблема на сегодняшний день.

На вопрос, что произошло, клиентка рассказывает, что ее дочь, которая недавно стала жить отдельно, в телефонном разговоре резко попросила клиентку отстать от нее и «не совать свой длинный нос в ее жизнь». По словам клиентки, она всего-то поинтересовалась, убрала ли дочь квартиру (так как в свой последний визит он обнаружила там «срач»). Клиентка «безумно разозлилась, особенно учитывая тот факт, что она оплачивает дочери эту квартиру». Однако сказать дочери, что ей неприятно и обидно было это слышать, моя клиентка не смогла. Побоялась «конфликта и испорченных отношений».

Поддержала клиентку в том, что грубость со стороны детей всегда очень обидна (моему сыну 22, и он иногда меня обижает своими резкими заявлениям).

Терапевт: С чем тогда мы будем сегодня работать?

Клиентка: Хочу понять, как мне лучше поступить – перестать оплачивать ей квартиру или высказать мое негодование или и то, и другое? И, между прочим, когда мои родители отдали нам с мужем свою старую квартиру, мы были им благодарны!!! И уж тем более я никогда не хамила своим родителям, даже подумать не могла!!!

Снова вижу контролирующие родительские фигуры, с которыми невозможно было спорить. Вижу интроект – «кто финансово зависим, тот имеет право контролировать происходящее». Кстати, этот же интроект собственно появлялся и в работе с запросом о разводе («не могу развестись, так как муж обеспечивает финансово).

Думаю, здесь нужно работать с желанием клиентки жестко все контролировать (например, она пытается контролировать то, чем ее дочь питается, живя отдельно, привозить ей продукты домашнего приготовления, не всегда заранее предупреждая о том, что она заедет, а просто открывая дверь своим ключом. Контроль явно похож на родительский контроль, который так же касался всех сфер жизни моей клиентки. Еще меня удивляет, что клиентка не высказывает дочери разочарования, так как боится испортить отношения, а открывать дверь своим ключом не боится. Не знаю, как это интерпретировать (так как оплачивает квартиру, то имеет право?)

###Сессия 7.

Клиентка пришла вовремя, явно расстроенная. Едва поздоровавшись, начинает диалог. Очень активно жестикулирует, что называется «на нервах».

Клиентка: Сейчас буду вам опять на дочь жаловаться. Не вывожу. Вроде вот неглупая же девчонка, такое образование прекрасное, а в голове…..

Терапевт: Расскажите, что случилось, пожалуйста

Клиентка: Договорились вчера встретиться в ресторане (к слову это был день рождения дочери). Вы бы видели, в каком виде она пришла!!! В спортивном костюме!!!

Терапевт: Наверное, в красивом спортивном костюме?

Пытаюсь разрядить обстановку, говорю полушутя/полусерьезно, улыбаюсь. Однако клиентка в ответ не улыбается, моя полу шутка не удалась.

Терапевт: Мне кажется, молодежь сейчас не слишком много уделяет внимания внешнему виду. Они, что называется, не заморачиваются.

Клиентка, после небольшой паузы, задумчиво: Возможно, но это ни к чему хорошему никогда никого еще не приводило. И вы бы видели ее – не накрашенная, в дурацких кроссовках, а на рукаве – пятно!!! Это не просто спортивный костюм, это еще и грязный спортивный костюм…

Терапевт: А чем для вас так важен внешний вид вашей дочери?

Клиентка: А вы разве не понимаете?

Говорит с агрессией, злясь, видимо на то, что я туплю и не понимаю очевидных вещей.

Терапевт: Мне все ж хотелось бы услышать это от вас

Клиентка: Мы с мужем нашли время после работы заскочить домой переодеться, все же - день рождения, ресторан, а она ….

Замолкает надолго

Терапевт: Вам кажется, она проявила неуважение к вам тем, как она выглядела

Клиентка: Вообще-то даже не в этом дело…. Она все время, черт знает, во что одета, она вообще не красится, у нее даже косметики дома нет! Вот я в ее возрасте!!!!

Клиентка долго и подробно рассказывает, как должна выглядеть молодая девчонка, по ее мнению. На мой вопрос, почему это так важно, неожиданно заявляет, что, если она будет выглядеть так, как сейчас, то она никогда не сможет выйти замуж, а тем более удачно выйти замуж.

Клиентка: Ей уже 22 года, а она ни с кем серьезно не встречается!!! Конечно, кому она нужна в таком виде????

Повторяющийся процесс: желание все контролировать, особенно, если это касается близких, в частности дочери.

Интроект – девушка должна «вовремя выйти замуж и создать семью. Кто она без семьи?»

Со своей стороны, чувствую желание как будто защитить дочь и ее право на выбор. При этом испытываю желание поделиться собой (у меня несколько браков за плечами), но что-то мне явно мешает это сделать (возможно, страх за то, что я перестану быть для клиентки авторитетом), вместо этого рассказываю про свои чувства в отношении сына и его личной жизни.

Вижу, что это ровно тот же интроект, что не позволяет ей собственно принять решение о разводе с мужем.

Вижу сильную тревогу клиентки за судьбу дочери, что абсолютно понятное чувство. Думаю, стоит поработать на снижение этой тревоги.

###Сессия 8.

Клиентка приходит вовремя, выглядит усталой, даже как будто слегка апатичной. Не торопится начать диалог.

На мой вопрос, как прошла ее неделя, говорит, что много думала над тем, о чем мы говорили во время предыдущей сессии.

Терапевт: О чем думали? Может, что-то новое для себя надумали?

Клиентка: Да не то, чтобы новое, но кажется, мой страх за дочь, за ее будущее меня потихонечку съедает…

Замечаю, что уже вторую неделю мы не говорим о проблемах с мужем, о возможном разводе и принятии такого решения. Думаю, что в какой-то степени ей проще говорить о дочери, чем возвращаться к судьбоносному решению о себе самой. Решаю, что сегодня не буду спрашивать о муже и таким образом возвращать клиентку к предыдущей теме.

Терапевт: Расскажите побольше об этом страхе.

Клиентка не отвечает, мне самой приходится нарушить паузу, затянувшуюся, как мне кажется, на несколько минут (я сама очень сложно выдерживаю паузы, мне стоит этому поучиться).

Терапевт: Что-то еще случилось? Или вы просто думали над затронутыми нами в прошлый раз вопросами?

Клиентка: Да по большому счету ничего особо не случилось…., но дочь обещала приехать на выходные на дачу к нам, на три дня, а приехала всего на полдня и умчалась. Сказала, что очень много дел по работе…

У дочери свой небольшой бизнес по производству товаров для киноиндустрии (что по моему личному мнению для ее возраста является показателем успешного успеха)

Терапевт: Вы знаете, мне кажется, что ваша дочь такая молодец, в таком возрасте смогла организовать бизнес, который приносит ей, пусть и не огромный, но доход. Это же так здорово

Клиентка, с агрессией: А что толку от этого дохода? Это вовсе не великие деньги, на них не проживешь!

Замечаю, и уже не первый раз, что как только клиентке кажется, что я встаю на сторону дочери, и таким образом не поддерживаю ее точку зрения, она начинает очевидно злиться. Наверное, я тоже, по ее мнению, в этот момент не позволяю себя контролировать. Возможно, играет роль все тот же интроект – «кто платит, тот и заказывает музыку» и, я, соответственно, должна исключительно соглашаться с ее точкой зрения.

Далее клиентка долго и подробно рассказывает о том, какие «скоротечные» романы случаются у ее дочери. Ничего «серьезного» и никаких «перспективных отношений» не получается. И виной всему является внешний вид девочки (предыдущая сессия была посвящена «неподобающему» внешнему виду дочери и бизнес, который отнимает слишком много времени.

В ходе сессии у меня возникает мысль, что дочери, возможно, просто надоели постоянные придирки и нотации моей клиентки, поэтому она и «сбежала» с дачи, сославшись на неотложные дела.

Прошу клиентку рассказать мне побольше о ее разговорах с дочерью.

Терапевт: Попробуйте вернуться в утро прошлой пятницы, когда Аня приехала к вам на дачу. Опишите поподробнее, если получится, как произошла ваша встреча, о чем говорили….

Клиентка: Ну как прошла встреча ….. Приехала как обычно, с этим дурацким хвостом на голове, не накрашенная, в черт пойми в чем….Я ей сразу об этом сказала…. Потом уже за столом попыталась узнать, с кем она встречается, есть ли парень …..

Между прочими подробностями выясняется, что, по мнению моей Клиентки, ее дочь набрала лишний вес, и клиентка стала ограничивать ее в определенной еде…

Пытаюсь подсветить клиентке тот факт, что ее жестко контролирующее поведение может быть не очень приятным для взрослой дочери. Время заканчивается, говорю ей, что сможем продолжить в следующий раз. Мне кажется, я слегка упустила контроль времени, позволив клиентке уйти в подробности.

Фигурой клиентки остается огромное желание контролировать дочь, в том числе и ее личную жизнь. Есть проекция родительского поведения (родители постоянно объясняли клиентке важность семьи и брака в жизни женщины) и собственный интроект – женщина должна быть в браке, желательно за финансово обеспеченным мужчиной. Вижу, как в наших отношениях клиентка так же пытается меня контролировать, а на мое «несогласие» с ее мнением реагирует достаточно агрессивно.

###Сессия 9.

Клиентка опаздывает, извиняется, говорит, что плохо себя чувствует. На мою интервенцию о том, что мы могли б перенести сессию, если она предупредила б заранее, отвечает, что не хотела бы переносить, так как очень переживает, а «проблема только усугубляется». Выглядит утомленной, постоянно меняет позы, похоже, неважно себя чувствует.

Терапевт: Давайте обсудим усугубляющуюся проблему. В чем она?

Клиентка: Ну как в чем? Моя дочь это одно сплошное разочарование

Замолкает довольно надолго, всхлипывает, вижу «мокрые» глаза

Терапевт: Чем вы разочарованы, Юлия?

Клиентка (очень агрессивно): Да всем! Абсолютно всем!!! Что она ест, сколько она спит, всю ночь может где-то болтаться, как она выглядит, во что она стала одеваться, в каком виде квартира!!! Да я же вам это все рассказывала…

Терапевт: А что это значит для вас? Неубранная квартира, неправильное питание?

Клиентка (после долгой паузы, ей сложно даются такие вопросы): Ну как что? Я всю жизнь на нее положила …. Мне одна подруга даже сказала, что я сделала из дочери проект…Столько денег в нее вбухано …

Терапевт (впечатлившись словом «проект»): Вам кажется, у вас не очень «успешный проект»?

Клиентка, сложно подбирая слова: Не то, что это мой проект неуспешный, а как будто он был успешный, а потом что-то пошло не так, и он перестал быть успешным…

Терапевт: А какой он, как вам кажется, должен быть этот проект, если он успешный?

Клиентка (явно с агрессией, ей, видимо, кажется неодобрение в моем вопросе, и я допускаю, что ей правильно кажется): А вы не понимаете? Моя дочь должна прилично, а лучше привлекательно выглядеть, иметь нормальную личную жизнь, лучше семью…. Быть счастливой в конце концов…..

Терапевт: Вам кажется, что она несчастлива?

Клиентка: Не знаю….но годы идут, и, если она вовремя не выйдет замуж, не родит ребенка, останется одна…. Я же не вечная

Терапевт: Возможно, для вашей дочери счастье заключается не в браке? Или не только в браке? Или сейчас не в браке?

Клиентка: Она мало что понимает! Вот в чем дело…

Возвращаю ее к родительским фигурам и к ее чувствам, когда ее родители ее контролировали. Клиентка с трудом идет в эти чувства. В конце концов признается, что ей «не хочется это вспоминать, так ей было это тяжело».

На мою интервенцию о том, что возможно в некоторых вопросах стоит ослабить такой жесткий контроль, а о чем-то действительно важном поговорить с дочерью, сначала злится, но потом обещает подумать.

Моя сложность заключается в том, что, мне кажется вопрос простым и не требующим особых усилий для решения. Хочется немедленно «все разложить по полочкам». С трудом удерживаю себя от «инструкций по поведению», и от раздражения, так как ярко представляю себе, как она «ездит дочери по мозгам».

Та же фигура – гиперконтроль и тревога за будущее дочери. Интроект – «женское счастье — это семья», а, чтобы выйти замуж нужно «выглядеть».

###Сессия 10.

Клиентка приходит вовремя, выглядит пободрее, чем в нашу последнюю сессию, но замечаю небрежность в одежде (ранее такого за ней никогда не водилось, обычно одета стильно и со вкусом). Бывало так, что она сразу вступала в диалог, не теряя ни минуты, ну или почти сразу, отвечая на мой вопрос описанием проблемы (что называется, не ходя вокруг да около), а сегодня на мой вопрос, как у нее дела и, что б она хотела обсудить, просит дать ей пару минут «чтоб собраться с мыслями».

Клиентка: Я выбирала между двумя вопросами…. Мы с вами так и не поставили окончательную точку в моем решении не разводиться…..

Терапевт: А что вы имеете ввиду – окончательную точку?

Клиентка: Ну вы вроде меня поддержали в моем решении не разводиться, ну или пока не разводиться

Терапевт: Юлия, мне кажется, я просто помогла вам увидеть и то хорошее, что есть в вашем браке, а поддержку я даю вам как клиенту и в этом смысле я поддержу любое ваше решение

Клиентка (опять как будто уходя в себя): Вы не упрощаете мне ситуации… ну ок, пусть так… Вот я и думаю, вернее, я хотела поговорить о том, верное ли все же это решение…. Но тут случилось опять с дочерью…..

Замечаю, что все решения (даже о том, что обсудить с терапевтом) даются клиентке не всегда просто. Такое впечатление, что в ее голове существует иллюзия о том, что есть единственное правильное решение любой проблемы, и нужно обязательно сообразить, какое же это единственное верное решение.

Далее клиентка рассказывает о том, что дочь должна была позвонить и приехать, но не позвонила, не приехала и не отвечала на звонки в течение суток. Этот эпизод поверг мою клиентку в страх, и далее, когда выяснилось, что дочь просто заснула, у нее разрядился телефон, и она набрала ей только следующим утром, когда моя клиентка уже была по дороге к дочери, чтобы выяснить, что происходит. Ну и «вишенкой на торте» было то, что дочь «и не подумала извиниться» за то беспокойство, которое доставила родителям.

Терапевт: Мы так и не определились с запросом. Слышу много тревоги за дочь. Недовольство ее поведением. Очень вас в этом месте понимаю, всегда очень тревожилась за сына, пока мы жили вместе.

Клиентка: А знаете, что меня еще очень разозлило? Когда муж взял трубку, он разговаривал с ней практически как ни в чем не бывало. Так пожурил чуть-чуть. Сказал, что мама «вышла на орбиту». Представляете?

Терапевт: А что в этом вас так огорчило?

Клиентка: Ну как что? Я рассчитывала, что он ее отругает, как следует, скажет, что с матерью так нельзя. А вместо этого он прекрасно с ней разговаривал и, чтоб вы уже как следует поняли мою ситуацию ….. они собрались вдвоем на Камчатку ехать.

На мой вопрос, почему вдвоем, без нее, выяснилось, что клиентка просто сама не готова к такому перелету, к условиям в этом путешествии и так далее.

Терапевт: Я слышу, что просто вы не готовы к такой поездке, а иначе вы поехали бы втроем. Так?

Клиентка: Ну да (как будто растеряно)

Терапевт: Мне кажется, это очень здорово, что у вашего мужа и дочери такие хорошие отношения, можно только позавидовать

Клиентка: С одной стороны, все так….. А с другой – они как будто знают что-то, чего не знаю я, как будто подшучивают надо мной, что ли, отгораживаются каким-то образом

Терапевт: А для вас что означает, что они как будто отгораживаются от вас?

Клиентка: Для меня? Неизвестность какая-то…. Как будто они натворят дел …..

Пытаюсь вернуть клиентке тот факт, что до сегодняшнего момента в целом ничего страшного они «не натворили». Снова подсвечиваю ей ее гиперконтролирующее поведение, как в отношении дочери, так и мужа. Пытаюсь снизить градус тревоги. Себя нахожу в точке, где с одной стороны понимаю ее беспокойств, а с другой – очень жалею дочь и злюсь на клиентку, что она как будто «душит» девчонку своей опекой.