

Семейное консультирование

СЕМЕЙНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Понятие о психологическом консультировании

Консультативная психология трактуется как

раздел знания, содержащий систематическое описание процесса

оказа

помощи.



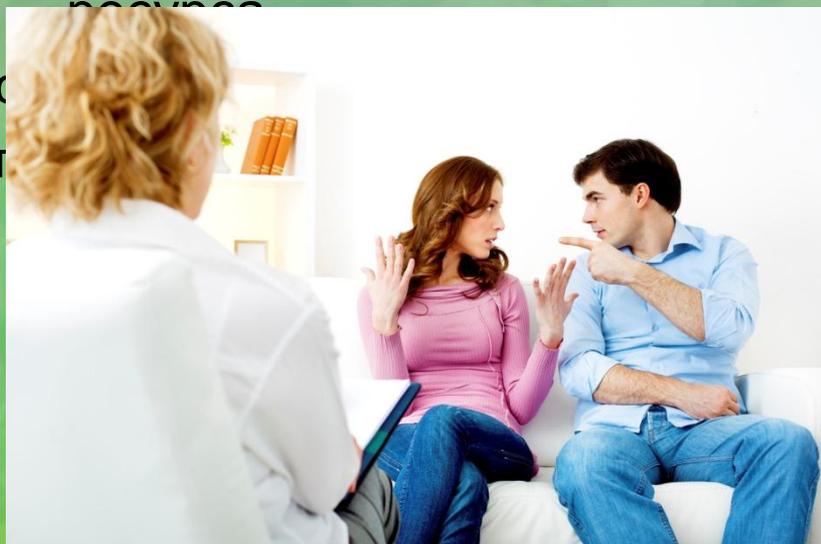
Семейное консультирование — это одна из разновидностей семейной

психотерапии, которая имеет свои отличительные признаки и границы

терапевтического вмешательства.

Принципиальное отличие семейной психотерапии от семейного психологического консультирования заключается в отказе от концепции

болезни, в акценте на анализе ситуации и аспектов ролевого взаимодействия в семье, супружеской паре, поиске личностного



Целью семейного консультирования является изучение проблем каждого члена семьи для изменения взаимодействия в ней и обеспечения возможностей личностного роста.

Задачи семейного консультирования:

- психологическое консультирование по вопросам брака, включая выбор
брачного партнера и заключение брака;
- консультирование супружеских отношений (диагностика, коррекция, профилактика);
- психологическая помощь семье при разводах;
- консультирование, диагностика, профилактика и коррекция детско-родительских отношений;
- психологическая помощь в вопросах усыновления и воспитания приемных
детей;
- психологическое сопровождение беременности и родов;
- психологическое сопровождение становления родительства;
- психологическое консультирование по вопросам супружеской
измены:

Механизмы, способствующие изменению

семейного поведения:

- инсайт (озарение, внезапная догадка)
- выражение бессознательных сдерживаемых импульсов

Защитные механизмы, возникающие у

клиентов:

- **Отрицание** - информация, которая тревожит и может привести к внутреннему конфликту, отрицается, не воспринимается.
- **Вытеснение** - истинные, но неприятные мотивы вытесняются, отвергаются с тем, чтобы их заменили другие, приемлемые с точки зрения общества.
- **Проекция** - бессознательное приписывание другому лицу собственных чувств, желаний, влечений, в которых человек не хочет себе признаться, понимая их социальную неприемлемость.
- **Идентификация** - бессознательный перенос на себя чувств и качеств, присущих другому человеку, но желательных для себя.
- **Рационализация** - псевдоразумное объяснение человеком своих желаний, поступков, в действительности вызванных причинами, признание которых грозило бы потерей самоуважения.
- **Включение** - значимость травмирующего фактора снижается за счет того, что прежняя система ценностей помещается как часть в новую, более глобальную систему.
- **Замещение** - перенос действия, направленного на недоступный объект, на действие с доступным, более безопасным объектом.
- **Изоляция, или отчуждение** — обособление внутри сознания травмирующих человека факторов.
- **Регрессия** - форма психологической защиты, заключающаяся в возвращении к ранним, связанным с детством, типам поведения, переходом на предшествующие уровни психического развития.
- **Реактивное образование** — человек защищается от запретных импульсов, выражая в поведении и мыслях противоположные побуждения.
- **Сублимация** - перевод энергии инстинктов в социально приемлемое русло.

Стадии работы с семьей и отдельным клиентом

- 1. Оценка.** Установление доверительных отношений – уважительность, вера в возможности и способности человека, активное слушание, проявление искреннего интереса, поддержка и т.п. Далее – сбор информации, ее анализ и выдвижение гипотезы о возможной частной логике и базирующемся на ней стиле жизни.
- 2. Инсайт.** Основная цель – помочь клиенту осознать свою частную логику и базирующийся на ней стиль жизни.
- 3. Переориентация.** На этой стадии клиенту помогают сформулировать новую частную логику или конструктивные элементы старой частной логики, показать непривлекательность и деструктивность последней, а следовательно, и стиля жизни.
- 4. Переобучение.** На этой стадии при помощи различных техник идет обучение клиента постановке новых конструктивных целей, новому

Поведенческая семейная психотерапия

- теория классического обусловливания (И. П. Павлов)
- теория оперантного обусловливания (Б. Скиннер)
- теория социального научения (А. Бандура)

Виды терапии

- когнитивно-поведенческий подход - в основе лежит когнитивно-эмотивная терапия А. Эллиса и когнитивно-поведенческая теория А. Бека;
- гуманистически-ориентированный подход – каждый человек уникален, целостен, наделен потенциями к непрерывному развитию (К. Роджерс, И. Ялом, Р. Мэй, В. Франкл);
- системный подход (А. Я. Варга, А. С. Спиваковская, А. В. Черников, Э. Г. Эйдемиллер, М. Боуэн, Э. Гордон, Э. Фридман и др.);
- позитивный подход (Н. Пезешкиан).

Когнитивно-поведенческий подход к работе с семьей

Когнитивно-эмотивная терапия: позитивные эмоции (любовь, восторг, восхищение) – результат внутреннего убеждения человека «Это для меня хорошо», отрицательные эмоции (злость, гнев) – «Это для меня плохо».

Когнитивно-поведенческая терапия: члены семьи одновременно влияют друг на друга; поведение одного члена семьи вызывает поведение, эмоции у другого члена семьи.

Основной **целью** когнитивно-поведенческой терапии и консультирования является изменение искаженных представлений членов семьи с целью корректировки дисфункционального поведения.

Основными **техниками** в когнитивно-поведенческой терапии и

Гуманистически-ориентированный подход к работе с семьей

Основные положения:

- каждый человек уникален, поэтому в работе с ним необходимо использовать методы, которые подходят только ему и не следует «подгонять» личность под результаты статистических исследований;
- личность не есть нечто однозначно заданное природой или воспитательной средой, всегда есть возможность свободного развития на основе внутреннего выбора;
- человек обладает определенной степенью свободы от внешней детерминации благодаря смыслам и ценностям;
- человек целостен по своей природе;
- человек наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации, которые являются частью его природы.

Клиент-центрированный подход К. Ройдерса.

Задача психолога: как можно полнее понять мир клиента и поддержать его во время принятия ответственного решения.

Основное понятие, с которым работают психологи этого направления – мироощущение конкретного клиента.

Техники:

- 1. Вербализация.*** Психолог-консультант часто повторяет за клиентом те слова, фразы, которые тот произнес. Это делается для того, чтобы клиент начал прислушиваться к себе, своим словам.
- 2. Молчание психолога-консультанта,*** в котором клиент ощущает принятие.
- 3. Акцентирование эмоций.*** Внимание клиента в процессе беседы то и дело обращается на его эмоции и эмоции окружающих. Это делается для того, чтобы через внимание к эмоциям направить клиента к его глубинным потребностям, связанным с актуализацией себя, потому что обычно эмоции доносят сознанию весть о характере и направленности вытесненных потребностей.

Экзистенциальный подход И. Ялома и Р. Мэя.

Главная цель: помочь клиенту переключиться с деструктивного пути на конструктивный.

Приемы работы с клиентом:

- 1. Самораскрытие психолога-консультанта – рассказ клиенту о собственных попытках примириться с предельным экзистенциальным беспокойством.*
- 2. Поощрение клиента к восстановлению более строгого контроля над теми аспектами жизни, на которые он может влиять.*
- 3. Помощь клиенту в принятии на себя ответственности за свою жизнь.*
- 4. Помощь клиенту в противостоянии беспокойству, вызванному экзистенциальными проблемами.*

Логотерапия В. Франкла.

Техники:

1. *Использование сравнений:* клиентам предлагают представить свою жизнь в виде движущихся картин, которые снимаются на киноплёнку, или представить себя скульптором, время которого для создания своих произведений ограничено.
2. *Фокусирование на поисках смысла:* подведение клиентов к осознанию своей ответственности за нахождение смысла.
3. *Парадоксальная интенция* – клиентам предлагают делать то, чего они больше всего боятся, сопровождая эти действия шутками.
4. *Дереклексия* – техника для борьбы с компульсивной тенденцией к самонаблюдению.

Системный подход к консультированию семьи

Цель: улучшение межличностной коммуникации в семье.

Задачи:

- выявление цели и смысла семейной дисфункции;
- выявление коммуникации, основанной на принципах взаимоуважения, взаимопонимания, заботы, сотрудничества;
- выявление патогенных стереотипов взаимодействия членов семьи;
- формирование четких границ между семейными подсистемами и границ между семьей как системой и другим миром;
- установление четких, гибких и последовательных правил функционирования семьи;
- формирование ролевой структуры семьи, основанной на принципе комплементарности ролей;
- повышение устойчивости семьи за счет использования конструктивных установок, ценностей, паттернов поведения, передающихся из поколения в поколение.

Семейная системная психотерапия М. Боуэна.

Основные понятия: сплоченность и индивидуальность.

Цель терапии: изменение семейной системы.

Основные технологии:

1. **Генограмма** - структурированные данные о важных событиях в многопоколенной семье.
2. **Терапевтический треугольник.** Семья очень часто включает терапевта в процесс триангуляции/детриангуляции.
3. **Эксперименты с отношениями.** Их цель состоит в том, чтобы помочь каждому члену семьи осознать системные процессы и научиться распознавать собственное участие в них.
4. **Тренировка.** Метод тренировки в системной семейной терапии очень отличается от такого же метода в бихевиоральной терапии.
5. **«Я»-позиция.** Принятие личной позиции – значит говорить о том, что вы чувствуете, а не о том, как ведут себя.
6. **Составная работа с семьей.** Терапевт работает сразу с несколькими парами, фокусируясь сначала на одной, а потом на другой.
7. **Замещающие истории.** Эта техника заключается в показе фильмов и видеозаписей, а также рассказывании историй, чтобы показать членам семьи, как функционируют другие семейные системы, минимизируя реакция сопротивления и сплочения.

Коммуникационная модель психологической терапии и консультирования семьи В. Сатир.

Основные техники:

- семейная скульптура;
- семейная хореография;
- использование прикосновений;
- ролевые игры;
- семейное кукольное интервью и др.

Эмпирическая психотерапия К. Витакера.

Цель: раскрытие глубинных уровней каждого члена семьи.

Основные техники:

- присоединение к семье;
- семейная арт-терапия;
- семейное пространство;
- ролевая игра;
- психотерапия абсурда (К. Витакер)

Структурная семейная психотерапия.

Цель: изменение дисфункциональных семейных структур.

Задача: создание эффективной иерархической структуры семьи.

Основные техники:

- присоединение психотерапевта;
- работа с интерпретациями членов семьи;
- установление границ;
- нарушение семейного равновесия.

Стратегическая семейная терапия.

Основные направления:

- 1) направление ИПИ в Пало-Альто (П. Вацлавик);
- 2) школа Д. Хейли и К. Маданеса;
- 3) миланская школа (М. Сельвини Палаццоли, Л. Босколо, Д. Чеккин, Д. Прата);

Техники:

- парадоксальное вмешательство;
- техника симуляции;
- позитивной коннотации;
- предписание ритуалов;

Консультирование семьи в позитивном подходе Н. Пезешкиана.

Цель: научить клиента, семью смотреть на проблемы позитивно, развивать потенциал и способности каждого ее члена и семьи в целом справляться с проблемами самостоятельно, без последствий для эмоционального здоровья человека.

Тезисы позитивной терапии:

1. **Помощь самим себе.** В ходе позитивной терапии клиент отказывается от роли пациента и становится терапевтом самому себе.
2. **Универсальный характер терапии.** Рассмотрение проблемы клиента не просто как особенность отдельного человека, а как отражение качества взаимоотношений в семье и обществе.
3. **Транскультурный аспект.** Каждый человек находится под влиянием культуры, в которой он вырос, но у него есть и собственная, личная культура как результат его воспитания.
4. **Содержательный аспект.**
5. **Метатеоретический аспект** предлагает концепцию, в которой могут быть использованы различные методы и направления, дополняющие друг друга.
6. **Относительность семейных связей.**

Основные техники:

- первое интервью;
- восточные истории;
- проработка четырех сфер актуального и базового конфликтов;
- техника проработки актуальных способностей.

Краткосрочное психологическое консультирование.

Цель: помощь клиенту перейти от разговора о собственных проблемах к разговору об их решении.

Техники:

- техника хороших наименований названия проблемы;
- «инвентаризация»;
- «карта ресурсов»;
- чудо-вопрос;
- вопрос-исключение;
- градуальные вопросы.

Наиболее типичные проблемы супружеских отношений

- взаимное неудовольствие, связанное с распределением супружеских ролей и обязанностей;
- конфликты, проблемы, недовольство супругов из-за различий во взглядах на семейную жизнь и межличностные отношения;
- сексуальные проблемы, недовольство одного супруга другим в этой сфере, их взаимное неумение наладить нормальные сексуальные отношения;
- сложности и конфликты во взаимоотношениях супружеской пары с родителями одного или обоих супругов;
- болезнь (психическая или физическая) одного из супругов, проблемы и трудности, вызванные необходимостью адаптации семьи к заболеванию, негативным отношением к себе и окружающим самого больного или членов семьи;
- проблемы власти и влияния в супружеских взаимоотношениях;
- отсутствие тепла в отношениях супругов, дефицит близости и доверия



Направления консультирования, связанные со спецификой семьи

- консультирование семьи с больным ребенком (психически или соматически);
- семьи с нарушением внутрисемейной коммуникации;
- семьи в разводе;
- неполной семьи (материнской, отцовской);
- семьи, в структуре которой есть проблемные родители (с алкогольной зависимостью, психически больные и т.д.);
- в ситуации повторного брака;
- замещающей семьи, семьи с приемным ребенком и др.

Общая схема психодиагностики в работе с семьей

При организации диагностической и коррекционной работы с семьей необходимо учитывать:

- содержание запроса клиента;
- комплекс проблем, характеризующих состояние семьи, и его динамику;
- объективные социально-экономические условия работы психолога.

Основные этапы психодиагностики:

1. Первичный сбор жалоб родителей на ребенка.
2. Изучение обоснованности жалоб.
3. Поиск причины выявленных нарушений на основе тех или иных диагностических процедур.



Групповые формы психологической работы с родителями

- дискуссионные группы из живущих по соседству родителей для обсуждения возникающих проблем воспитания с периодической психологической школы (Р. Дрейкурс);
- собственно терапия, психологическое консультирование и руководство личностью (Х. Джайнотт);
- тренинги эффективного взаимодействия с детьми для родителей и педагогов, ориентированные на формирование навыков общения (Т. Гордон);
- обучение специальным навыкам и методикам модификации поведения в рамках бихевиорального тренинга;
- обучение способам транзактного анализа (М. Джеймс и Д. Джонгвард);
- обучение навыкам игровой терапии с детьми.

Спасибо за внимание

