

Лекция 3. Классические школы семейной психотерапии: психоаналитическая, трансгенерационная, системная, когнитивно-бихевиоральная, гуманистическая.

По курсу Психологическое консультирование и психотерапия семьи и ребенка

Психоаналитическая семейная и супружеская психотерапия.

- Методологические основания психоаналитической семейной психотерапии: идеи классического психоанализа З.Фрейда, теория объектных отношений современного психоанализа, Эго-психология Генри.
- Условия нормального развития семьи. Благополучие семейного развития во многом определяется ранним развитием отдельных личностей, которые составляют семью. Личностная зрелость родителей становится основой гармоничных отношений в семье.
- Развитие расстройств поведения. Согласно классической теории психоанализа, появление и развитие симптоматического поведения свидетельствуют о проявлении подавленных или вытесненных импульсов. Теория объектных отношений позволила рассматривать в качестве самой глубокой причины семейных проблем нарушенные объектные отношения у супругов, которые проявляются как в трудностях супружеского, так и детско-родительского взаимодействия.
- Еще одной важной причиной проблем взаимоотношений является формирование у детей искаженных представлений о себе и о значимых других за счет приписывания одному человеку качеств, которыми обладает другой. Речь идет о явлении переноса, обнаруженном еще Фрейдом (1905), получившее свое развитие в концепции Мелани Кляйн (1946) о проективной идентификации.

Основные положения психодинамической семейной психотерапии

- С точки зрения психодинамической теории, семья состоит из индивидов, имеющих свою индивидуальную историю развития, свой опыт жизни в родительской семье, а следовательно и особую организацию личности, и интернализированные модели межличностного взаимодействия между супругами, между родителями и детьми. Речь идет о вертикальном подходе к семье, при котором характер супружеских отношений, причины сегодняшних затруднений и проблем супругов, отношения родителей и детей рассматриваются с учетом истории жизни обоих супругов.
- Каждый супруг имеет свою модель семейных отношений, свои представления о том, как организуется жизнь в семье, какие устанавливаются нормы и правила, каков должен быть характер отношений между супругами, у родителей с детьми, с дедушками и бабушками, другими родственниками, друзьями. Прошлое активно присутствует в текущих отношениях.
- Martin (1974) и Sajer (1976) рассматривают супружество как своего рода индивидуальный договор, или соглашение, которое включает то, что каждый из супругов предполагает дать и то, что намерен получить от другого, от семейной жизни. Ожидания касаются всех аспектов семейной жизни: распределения власти и ответственности, эмоциональной близости, количества детей и их воспитания, сексуальных отношений и организации быта, проведения свободного времени и распределения бюджета, отношений с родственниками и способов разрешения конфликтов, личностного роста и карьеры.
- Соглашение может быть:
 - - сознательным и вербализованным,
 - - сознательным и невербализованным,
 - - неосознанным.

Терапия супружеских пар по эволюционной модели развития.

- Основатели эволюционного подхода к диагностике и терапии супружеских пар доктор Эллин Бэйдер и доктор Питер Пирсон (Калифорния, США) разработали теорию и практику супружеской терапии, основываясь на двух эволюционных идеях: концепцию Маргарет Малер о развитии ребенка, идею жизненных циклов Джея Хейли.
- Стадии развития супружеских отношений в эволюционном подходе:
 - симбиоз,
 - дифференциация,
 - - обучение,
 - - установление отношений,
 - взаимосвязанность.

Диагностика стадий развития супружеской пары по эволюционной модели развития

- Целью диагностического обследования заключается в определении той стадии развития, на которой находится супружеская пара. Это отправная точка для супружеской терапии. Это точку необходимо рассматривать в контексте общей перспективы развития пары что означает, что эта стадия лишь этап в эволюции отношений.
- Для диагностики используются: метод наблюдения, а также структурные методы диагноза. К ним относятся:
 - упражнения с бумагой;
 - вопросы настройки;
 - диагностический опрос (анкета)
 - история личности

Трансгенерационная семейная психотерапия

- Трансгенерационная семейная психотерапия объединяет несколько теоретических и практических подходов, общим для которых является учет семейной динамики на протяжении ряда поколений.
- Семейные психотерапевты трансгенерационного направления уделяют значительное внимание текущим семейным взаимодействиям.
- **Основные теоретические конструкторы теории эмоциональных систем Мюррея Боуэна – основателя трансгенерационного подхода к семье:**
 1. Дифференциация Я и дифференциация межличностных отношений в семье.
 2. Триангуляция.
 3. Симптомы недифференцированности межличностных отношений в семье.
 4. Эмоциональное отделение от родительской семьи.
 5. Сиблинговая позиция и сиблинговый профиль.
 6. Семейный проективный процесс.

- *Лояльность семейным традициям.*

Продолжая развитие трансгенерационной теории семьи, Бошормени Надь вводит понятие «лояльность семейным традициям» и показывает, что прошлое оказывает влияние на настоящее через лояльность семейным традициям.

Бошормени-Надь акцентирует внимание на важности этической составляющей для понимания и построения межличностных отношений в семье.

Анн Анселин Шутценбергер рассматривает синдром годовщины как повторения несчастных случаев, браков, выкидышей, смертей, болезней, беременностей у членов семьи в том же возрасте в двух, трех, пяти, восьми поколениях (т.е. «углубляясь» в семейную историю примерно на двести лет). Это период особой уязвимости в жизни человека и его семьи.

Синдром годовщины может являться как случаем повторения того или иного семейного события в одну и ту же дату или в одном и том же возрасте, так и бесконечного повторения одного и того же в нескольких поколениях (а иногда на протяжении жизни одного человека).

Для объяснения явлений трансгенерационной трансляции требуется обращение к категории бессознательного и его проявлениям.

Важнейшее значение Мюррея Боуэна состоит в том, что он обогатил теорию и практику семейной психотерапии пониманием того, как люди функционируют в качестве отдельных индивидов, какова их семейная жизнь и каково значение эмоциональных связей между поколениями.

Системная семейная психотерапия.

- Психотерапевтами разных школ и направлений давно был замечен тот факт, что возвращение в реальную семью после курса индивидуальной терапии может погубить самые обнадеживающие изменения в пациентах, отбросив их к прежним моделям поведения.
- Парадоксальными последствиями успешной индивидуальной терапии могут быть также резкое ухудшение супружеских взаимоотношений, возникновение новых проблем и заболеваний у остальных членов семьи.
- Попытки предотвратить подобные явления дали импульс развитию семейной психотерапии, где в качестве объекта терапевтической помощи стала выступать вся семья в целом, а целью работы стало изменение правил коммуникации в дисфункциональной семье, сложившихся стереотипов взаимодействия, стереотипов взаимоотношений, чем персональных характеристик ее членов.

Важнейшими теоретическими концепциями, ставшими методологическими основаниями системного взгляда на семью стали:

- кибернетические идеи Роберта Винера, в центре которых стояли представления о системе, гомеостазе, обратной связи, которая позволяла осуществлять системе самокоррекцию;
- общая теория систем Л.фон Берталанфи, элементы которой основывались на кибернетической модели;
- теория логических типов коммуникации Бертрانا Рассела;
- концепция парадоксальной коммуникации (ситуация «двойного зажима», «двойной связи», «двойной ловушки») Грегори Бейтсона;
- эриксоновский подход к семейному консультированию.

Существенным образом изменился взгляд на причину возникновения симптома, семейных проблем, что связано с понятием циркулярной связи, признающей взаимовлияние и взаимопричинность всех элементов и процессов в семейной системе.

Симптом возникает потому, что тот метод (способ, правила) с помощью которого семья достигает своего равновесия, стабильности для нее или общества не переносим. Симптом, как правило, запускается чаще всего нормативным кризисом семьи. Он возникает в связи с невозможностью для семьи решить задачи той или иной стадии жизненного цикла семьи.

Однако, источник симптома может быть связан и с ненормативным кризисом. Важно понять, что симптом и система связаны друг с другом они нужны друг другу. Симптом проявляет способы решения семейных проблем, он используется семьей в каком-то текущем деле и позволяет сохранить ее стабильность.

- История создания теории и техник структурной семейной психотерапии, одного из мощных направлений системного подхода к семье неразрывно связана с именем выдающегося психотерапевта Сальвадора Минухина.
- Само название концепции «структурная семейная психотерапия» свидетельствует об использовании концепции семейной системы в понимании закономерностей и механизмов функционирования семьи и для проведения психотерапевтического вмешательства.
- Семейные психотерапевты структурного направления считают семейную систему адекватно функционирующей в том случае, если она обеспечивает взаимную поддержку и автономию отдельных своих членов.
- Подход к оценке структурной дисфункции основан на характеристике таких категорий, как границы, расстановка сил и распределение власти в семейной системе.

Когнитивно-бихевиоральная семейная психотерапия.

- Альберт Эллис – основатель рационально-эмотивной теории и терапии, начал свою карьеру как семейный психотерапевт в 40-ых годах XX века. Современные семейные психотерапевты активно используют концепцию Эллиса при оказании психологической помощи людям, имеющим проблемы в семье, а также супружеским парам в кризисных ситуациях.
- Эмоциональные расстройства, неадекватные поведенческие реакции того или иного члена семьи имеют в своей основе его неадаптивные, иррациональные способы интерпретации событий, которые в свою очередь возникают в результате ошибок, нарушений мыслительных процессов.
- К таким когнитивным нарушениям относятся: преувеличение, упрощение, чрезмерное обобщение, алогичные умозаключения и предположения, абсолютизация. Это особый, иррациональный тип мышления, он является абсолютистским, категоричным и чрезмерно преувеличенным. Он носит название иррационального по своей сути, главным образом для того, чтобы обозначить, что такое мышление мешает осуществлению целей и задач людей.
- РЭПТ-терапевты четко различают нарушения супружеских отношений и супружескую неудовлетворенность.

Супружеская неудовлетворенность

- Супружеская неудовлетворенность возникает тогда, когда один или оба партнера получают от своего партнера и/или от интимных отношений не то, чего им бы хотелось. В таких ситуациях возникают интенсивные негативные эмоции, такие как озабоченность, раздражение, грусть, разочарование, сожаление или неприязнь. Эти эмоции способны мотивировать супругов к обсуждению проблем, изменению восприятия и оценки события, партнера, своего поведения.
- Рациональное мышление супругов побуждает их предпринимать конструктивные шаги к улучшению их отношений. Нарушения в супружеских отношениях возникают, тогда когда один или оба партнера возводят свои желания в ранг абсолютных требований.
- Нарушения возникают, когда один или оба партнера требуют исполнения своих желаний. На место негативных эмоциональных переживаний приходят патологические, т.е. угрожающие супружеским отношениям, эмоции.

Гуманистическая семейная психотерапия

- Ярким представителем гуманистической семейной психотерапии является Вирджиния Сатир.
- В 1970 г. организацией «Группа развития психиатрии» был проведен опрос среди психотерапевтов, цель которого была выяснить имена тех людей, чьи труды оказали самое большое влияние на их работу. В результате получился такой список: Вирджиния Сатир, Натан Аккерман, Дон Джексон, Джей Хэйли, Мюррэй Боуэн. В 1980 г. было проведено похожее исследование, чтобы выяснить, появились ли какие-то изменения в этом списке.

Все учение Сатир можно свести к шести основным идеям:

1. Семья, в которой мы выросли, во многом определяет наше поведение и установки.
2. Семья — это система, а потому она стремится к равновесию.
3. Нарушения в системе семьи порождают низкую самооценку и защитное поведение.
4. В каждом человеке достаточно сил для личностного роста и здоровой активной жизни.
5. Психотерапевтическую работу нужно проводить на уровне «процессов», а не «содержания».
6. Процесс изменений захватывает всего человека и происходит поэтапно.