

Подходы к семейному
консультированию.
Особенности работы.

Семейное консультирование - специально организованный процесс общения между клиентом и консультантом, в процессе которого актуализируются психологические ресурсы клиента, позволяющие ему найти выход из сложной, жизненной ситуации.

Семейное консультирование как разновидность психологической помощи семье, имеет свои отличительные признаки, границы и объем вмешательства. Оно развивалось параллельно с семейной психотерапией, и эти два вида профессиональной деятельности взаимно обогащали друг друга. Семейное консультирование ставит своей целью изучение совместно с консультантом запроса или проблемы члена (членов) семьи для изменения ролевого взаимодействия в семье и обеспечения возможностей личностного роста.

Клиенты семейного консультирования: супружеская пара, семья, родитель-ребенок, индивид (член семьи).

Психологическое консультирование семьи должно быть направлено на восстановление или преобразование связей членов семьи друг с другом и миром, на развитие умения понимать друг друга и формировать полноценное семейное «Мы», гибко регулируя отношения как внутри семьи, так и с различными социальными группами. В семейном консультировании основной акцент делается на анализе системы взаимодействия в семье, нарушениях ролевого функционирования, способах разрешения внутренних и внешних конфликтов. Квалифицированная помощь семье в разрешении ее проблем опирается на систему теоретических взглядов консультанта, которая, в свою очередь, определяет выбор методов и технологий.

Существует множество концепций семейного консультирования: от модификаций фрейдовской психоаналитической модели до позитивной семейной терапии Н. Пезешкиана. Однако в последнее время практики отдают предпочтение интегративным подходам, таким как системный и структурный.

Основоположники системного подхода (М. Боуэн, С. Минухин, В. Сатир, К. Витакер и др.) рассматривают семью не просто как объединение индивидуальностей, связанных узлами родства, а как целостную систему, где никто не страдает в одиночку: семейные конфликты и кризисы оказывают деструктивное влияние на всех. Поскольку семья - это система, то не так важно, какой из ее элементов изменяется. На практике изменения в поведении любого из членов семьи влияют на нее и другие входящие в нее подсистемы (других членов семьи) и одновременно испытывают воздействие с их стороны. Автор теории семейных систем М. Боуэн утверждает, что члены семьи не могут действовать независимо друг от друга, так как такое поведение приводит к внутрисемейной дисфункциональности. Боуэн рассматривает все человеческие эмоции и поведение как продукт эволюции. Причем не индивидуальной, уникальной, а связанной со всеми формами жизни. Он разработал восемь тесно связанных между собой концепций, среди которых концепции дифференцировки собственного Я, эмоциональных треугольников, семейных проекций и др. По его мнению, механизм внутрисемейных отношений аналогичен механизму функционирования всех других живых систем.

Боуэн широко использует в своей теории и практике семейной терапии представления о жизненном цикле семьи, а также считает необходимым учитывать национальные особенности клиентов.

Другой вариант работы с семьей, завоевавший широкую популярность в мире, - структурная семейная терапия С. Минухина.

В основе этого подхода лежат три аксиомы.

1. Осуществляя психологическую помощь, необходимо принимать в расчет всю семью.
2. Каждый из членов семьи должен рассматриваться как ее подсистема.
3. Терапия семьи изменяет ее структуру и приводит к изменению поведения каждого из членов семейной системы.

С. Минухин выделяет два типа нарушения границ:

1. первый - их спутанность, нечеткость, размытость;
2. второй - излишняя закрытость, приводящая к разобщенности членов семьи.

Один из этих типов нарушения границ можно найти в любой неблагополучной семье. Так, выраженная размытость границ между матерью и ребенком приводит к отчуждению отца. В результате в семье начинают функционировать две автономные подсистемы: «мать-ребенок (дети)» и «отец». У детей в этом случае тормозится развитие компетентности в общении со сверстниками, а у родителей существует угроза развода. А вот у семей с разобщающими границами, наоборот, нарушена способность к формированию семейного Мы. Члены семьи настолько разобщены, что не могут удовлетворить в семье важнейшую из человеческих потребностей - в доверии, тепле и поддержке.

Роль психолога в системе С. Минухина понимается так: ему предписывается присоединиться к семье, на время как бы стать одним из ее членов. ●

С. Минухин выделяет семь категорий действий психолога по переструктурированию семьи: это актуализация семейных моделей взаимодействия; установление или разметка границ; эскалация стресса; поручение заданий; использование симптомов; стимуляция определенного настроения; поддержка, обучение или руководство.

Не менее распространен еще один из вариантов системного подхода - стратегическая семейная терапия (Дж.Хейли, К. Маданес, П.Вацлавик, Л.Хоффман и др.), где основная работа терапевта направлена на формирование у членов семьи ответственности друг за друга.

Еще один конструкт, используемый для анализа супружеских взаимодействий, - представление о том, что в основе семейных конфликтов лежит бессознательная борьба супругов за власть и влияние, конкуренция и соперничество друг с другом (в российском варианте это можно выразить пословицей-вопросом: «Кто в доме хозяин?»). Работа консультанта в этой модели психотерапии сфокусирована на установлении баланса между супругами, когда выигрыши или проигрыши одного будут компенсироваться выигрышами или проигрышами другого.

Психоаналитический (Н.Аккерман, К. Сэджер и др.), когнитивно-поведенческий (Р.Дрейкурс, А. Эллис и др.) подходы в семейной терапии по сравнению с системным подходом более традиционны.

Условия успешности проведения психологического консультирования по вопросам семейного характера. Здесь, приступая к консультированию, психологу, прежде всего, необходимо знать общие законы формирования семьи и развития семейных взаимоотношений, чтобы с учетом этих законов давать клиентам разумные и обоснованные практические рекомендации. Остановимся на некоторых общих правилах, которые психологу-консультанту следует принимать во внимание, проводя психологическое консультирование.

Не рекомендуется, например, в процессе проведения психологического консультирования супругов по проблемам взаимоотношений между ними становиться на сторону одного из супругов, так как в большинстве случаев в возникновении любой проблемы во внутрисемейных взаимоотношениях почти всегда виноваты все участвующие в них люди, т.е. как минимум две вовлеченные в конфликт стороны.

Это, однако, не означает, что их вина в конфликте обязательно должна быть абсолютно одинаковой, что оба участника в равной мере ответственны за него. Это лишь значит, что односторонние действия психолога-консультанта в пользу только одного из супругов могут привести не к устранению, а к усугублению конфликтной ситуации, так как они вряд ли встретят понимание со стороны того супруга, который выступает виновником конфликта (если бы он сам это достаточно хорошо понимал и принимал, то и самого конфликта, наверное, не было бы). Иными словами, поддержка одной стороны в конфликте никогда не приведет к его разрешению. Данное правило особенно важно соблюдать тогда, когда психологическое консультирование проводится в очной форме, в присутствии обоих супругов.

Если предметом консультирования является получение от психолога рекомендаций и советов в связи с повторным вступлением в брак или объединением в единую семью сравнительно мало знакомых друг с другом достаточно взрослых людей, то в этом случае следует обращать особое внимание на следующие обстоятельства. У тех людей, для которых первый брак оказался неудачным, нередко встречаются так называемые дезадаптивные черты характера - такие, к которым в семейной жизни трудно приспособиться практически любому человеку. Человек, вступающий во второй или последующий брак, должен это хорошо понимать и признавать, иначе довольно скоро проблемы, аналогичные тем, которые существовали в его прежней семье, неизбежно возникнут и в новой, поставив ее так же, как и прежнюю семью, на грань катастрофы. Об этом психолог-консультант должен открыто и твердо предупредить клиента и, если тот пожелает, помочь ему не только осознать свои недостатки, но и избавиться от них.

Далее важно дать понять клиенту, что такие же или иные недостатки характера могут обнаружиться у его будущего супруга, и к этому также нужно быть психологически готовым. Заметим, что признание характерологических недостатков супругами и терпимое отношение к ним должно быть взаимным. В этой связи можно, в частности, рекомендовать взрослым людям вступать в повторный брак лишь тогда, когда они признают существующие у себя недостатки характера и готовы смириться с недостатками в характере будущего супруга.

Желательно также объяснить будущим супругам, как им следует себя вести в тех случаях и ситуациях, если один из них начнет открыто проявлять имеющиеся у него недостатки, а также научить соответствующим практическим действиям, т. е. показать, как они смогут друг другу психологически помочь в описанной сложной ситуации внутрисемейной жизни. Желательно, чтобы приемы и средства, рекомендуемые психологом-консультантом, были хорошо освоены и продемонстрированы в консультации обоими супругами, вступающим в брак.

•

Организация работы с супружеской парой. Если на прием пришли оба супруга и оба выражают готовность совместно обсуждать семейные проблемы - не воспользоваться этим для консультанта просто «грех».

Существует опасения клиентов, что консультант будет поддерживать только одного из них. Ответ психолога: «У меня к вам большая просьба: как только вы заметите, что я встал на сторону одного из вас в ущерб другому, сразу же укажите мне на это. Мне это очень поможет в работе, и я вам буду искренне благодарен». Такой ответ действует, как правило, особенно убедительно. Бывает, что один из супругов «приводит» другого в консультацию, и, соответственно ориентация одного из них на психологическую помощь значительно меньше, а часто ее вовсе нет. В таких случаях «незамотивированный» супруг нередко с самого начала выражает желание поговорить с консультантом наедине, без партнера. Консультанту следует проявить определенное упорство, стараясь убедить клиентов в возможностях и преимуществах именно совместной супружеской терапии.

Организация работы с одним супругом. Но чаще всего бывает, что супруг приходит в консультацию один, не желая, а чаще всего не имея возможности привести с собой партнера. В такой ситуации его необходимо прежде всего поддержать, уверив, что работа с одним членом пары ни в коем случае не является бессмысленной или безрезультатной. Ситуация работы с одним супругом, а не с двумя, «опасна» неравноправием, поскольку пришедший на прием в каком-то смысле берет груз семейных проблем на себя одного. Высказывая подобные сомнения в ситуации консультирования, клиент в общем-то прав, поскольку основное условие конструктивной психологической работы - принятие клиентом вины (или ответственности) за то, что происходит в семье, хотя очевидно, что свой вклад в проблемы вносят оба супруга. Даже единичная удачная беседа с одним из супругов может привести к тому, что в следующий раз на прием придут оба.

Существует и еще одна возможность развития консультационного процесса, которую ни в коем случае не стоит упускать из виду. Это ситуация, когда консультант сам становится инициатором отдельных встреч с партнерами. Обычно это случается, когда работа не движется и возникшая преграда - нежелание супругов обсуждать что-либо, явное упорство одного из них, укрепляемое реакциями другого - становится серьезной помехой в процессе консультирования Техника конструктивных переговоров. Одна из эффективных техник налаживания межличностного общения супругов - разговор между ними «глаза в глаза», особенно, когда затрагивается или обсуждается что-то действительно важное для обоих. В этом случае консультант может попросить их обращаться непосредственно друг к другу, глядя в глаза партнера и подробно описывая свои чувства.