

# Модели системной семейной терапии



# Введение

Системная семейная терапия помогает понять отдельного человека в контексте его социальных связей. Эффективная терапия невозможна без развитой диагностики проблем семьи и типовых терапевтических ситуаций. Семейная терапия предполагает возможность терапевтической помощи ребенку или взрослому пациенту через его семью, в которой он заболел или получил разного рода отклонения. Соответственно, в фокусе работы оказываются не интрапсихические проблемы членов семьи, а паттерны взаимодействий, устройство и процессы самой семьи. Таким образом, целью семейной терапии является создание условий для формирования функциональной семейной организации, которая обеспечит максимальный рост потенциальных возможностей каждого члена семьи.



# Системная семейная терапия М. Боуэна

---

- Мюррэй Боуэн — один из основателей семейной психотерапии, сформулировал теорию семьи как системы эмоциональных отношений, описываемой посредством восьми взаимосвязанных концепций. Боуэновская теория - это результат попытки применить научный подход к изучению человеческого поведения, сфокусированный на связи человека со всем живым.



# Основные понятия теории М. Боуэна

**Дифференциация "Я".** Это понятие является характеристикой

индивидуальной психики и отражает степень разграниченности эмоционального и интеллектуального функционирования. Недифференцированность на индивидуальном уровне — это эмоциональная незрелость, низкая стрессоустойчивость, зависимость от массового сознания и мнения окружающих, догматизм, нереалистическая самооценка; как семейная характеристика — это сверхблизость или отчуждённость между членами семьи, зависимость эмоционального состояния каждого члена семьи от одного и того же фактора семейной атмосферы; ригидность семьи как системы, то есть плохая её способность приспосабливаться к переменам (в частности — переходить с одной стадии жизни на другую).

- **Треугольник** позволяет формировать устойчивые каналы эмоциональной разрядки и точки фиксации тревоги, он более гибок и устойчив к стрессу.
- **Ядерная эмоциональная система.** Чем выше слитность семьи, тем больше выражены в ней тенденции к увеличению эмоциональной дистанции между супругами, хроническому супружескому конфликту, физической или эмоциональной дисфункции супруга, к появлению психологических нарушений у ребёнка.
- **Процесс семейной проекции.** Родители неодинаково относятся к разным своим детям, и поэтому те бывают в разной степени триангулированы родительской или иными семейными диадами. Процесс проецирования определённой функции в семейной системе на конкретного ребёнка.



# Основные понятия теории М. Боуэна

**Эмоциональный разрыв** — это состояние отчуждения между членами семьи, которое предотвращает открытое противостояние в конфликте или его разрешение.

**Межпоколенческая передача** описывает процесс формирования тяжёлой дисфункции в результате снижения уровня дифференциации от поколения к поколению. Здесь существенны два фактора: процесс семейной проекции и выбор супруга со сходным уровнем дифференциации.

- **Сиблинговая позиция.** Некоторые паттерны взаимодействия между партнёрами могут быть связаны с порядком их рождения.

- **Социумная регрессия.** В обществе, также как и в семье, происходит борьба сил дифференциации и слияния. В периоды хронического стресса, социальных или природных потрясений силы дифференциации должны ослабевать, что приводит к усилению тоталитарных тенденций.

Двухдневный семинар предполагает знакомство с основными положениями теории М.Боуэна, составление генограммы собственной семьи и анализ собственной семейной истории.



Теория Боуэна содержит две основные \_\_\_\_\_  
переменные:

1. Уровень тревоги (или эмоционального напряжения).



Параметры тревожности:

- интенсивность
- продолжительность
- вид

# Нарративная терапия

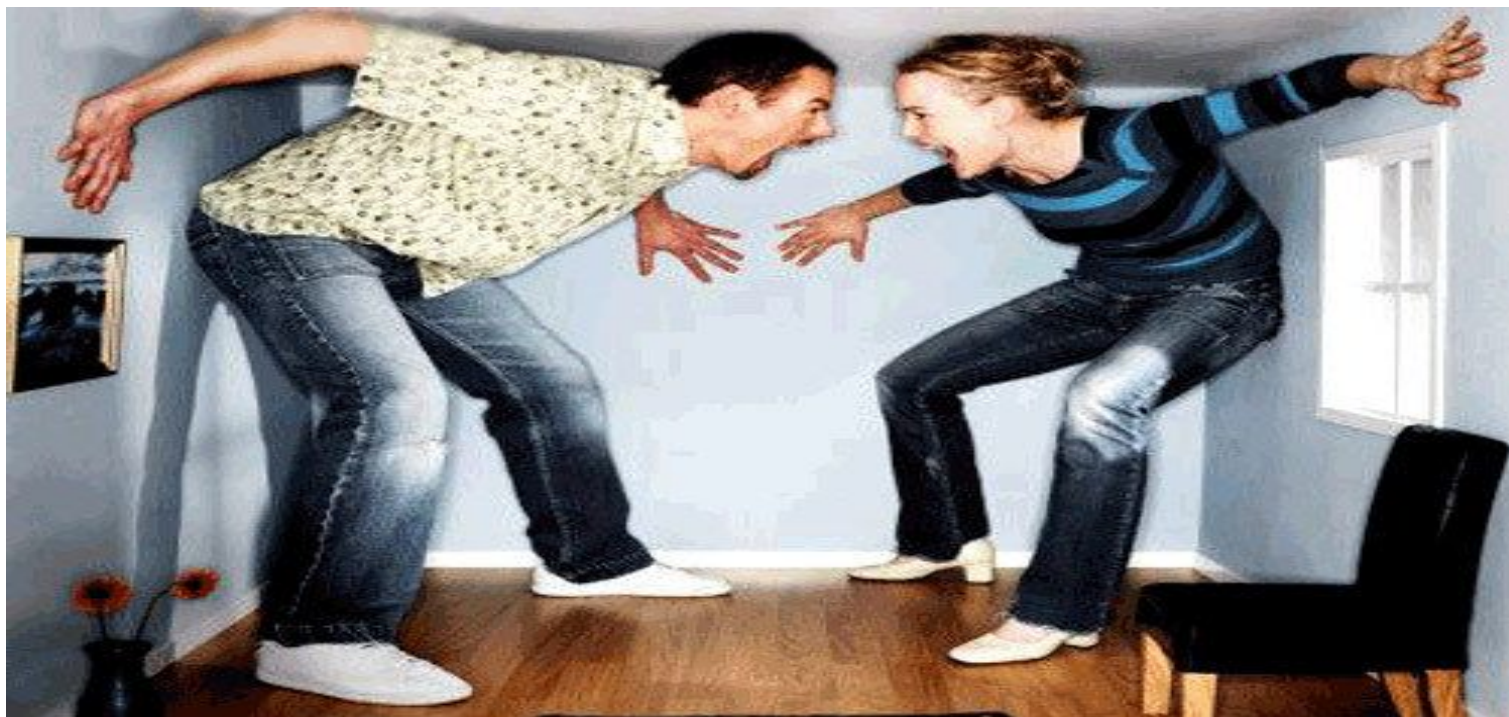
Нарративная терапия ("повествовательная" от англ. "narrative" - история, повествование) - направление в консультировании и социальной работе, основывающееся на идее о том, что жизни и отношения людей формируются в процессе социального взаимодействия. Нарративная терапия старается быть доверительным, не навешивающим ярлыков подходом к консультированию и общественной работе, которая представляет людей как экспертов в своих собственных жизнях.

Она показывает проблемы как отдельные от людей и позволяет людям иметь много умений, компетенций, верований, ценностей, обязательств и способностей, которые помогут им снизить влияние проблем на их жизни. Любопытство и побуждение задавать вопросы, на которые мы преимущественно не знаем ответов, являются важными принципами данной работы.

Существует много различных направлений, которые может принять беседа (не существует единственно правильного направления).




# Нарративная терапия




- В нарративной терапии мы выявляем такие системы представлений о реальности (дискурсы), которые негативно влияют на нашу жизнь и поддерживают проблемные истории идентичности или отношений. Отнесение проблем к определённому дискурсу помогает нам увидеть людей отделёнными от тех проблем, которые они испытывают. Сравните: "он злой и грубый" или "злость заставляет его говорить грубости".

Некоторые теории помещают проблему внутрь человека или систему взаимоотношений между людьми. Нарративная терапия размещает проблемы внутри дискурсов конкретного общества.





Этот концептуальный сдвиг позволяет сделать влияние дискурса видимым. Те дискурсы, которые поддерживают существование проблемы, могут быть увидены, оценены и заменены на альтернативные, более подходящие человеку." При этом привычный конструкт о времени как о потоке или необратимой последовательности «прошлое-настоящее-будущее» подвергается сомнению. Время рассматривается в нарративном подходе как принцип организации наших действий, специфика структурирования опыта, которая может быть изменена в соответствии с предпочтениями рассказчика (нарратора). С этой точки зрения «настоящее» содержит в себе «прошлое» и «будущее» как части целого. А любую часть жизни можно не только «вспомнить» или «вообразить», но сколько угодно раз перепрожить с помощью нарративного перерассказывания. «Прошлое-настоящее-будущее» осмысливаются как текст, имеющий начало - середину - конец. Этот текст можно редактировать по своему усмотрению, задавая любую последовательность событий.



Возможность понимания мира через идею нарратива не просто умозрительная языковая игра терапевта с клиентами, но технология конструирования социальности для них обоих . Для этого нарративные терапевты слушают истории, которые рассказывают люди, и задают вопросы, приглашая людей прояснять понимание на каждом повороте беседы. Все вопросы задаются из позиции «не-знания» . . В нарративном подходе вопросы задают, чтобы породить опыт , а не собирать информацию для выдвижения терапевтических гипотез или проведения интервенций. Те вопросы, которые задаёт терапевт, оказывают влияние на процесс, выдвигая на первый план одни фрагменты опыта, затеняя или исключая другие.

## Интегративная модель

Интегративная модель строится на методологическом анализе современных ракурсов рассмотрения семейных систем, является "группоцентрированной" диагностикой и рассматривает прежде всего проблемы организации и функционирования семейной системы. В связи с этим меняется акцент анализа семейных проблем, и фокус внимания терапевта смещается с индивидуальных характеристик членов семьи на параметры семейной группы. Проблемы личности в данной модели рассматриваются в связи с дисфункциями семейной системы.



# Интегративная модель

Предлагаемая нами интегративная модель системной семейной терапевтической диагностики дополняет подходы к семье с точки зрения ее строения и функционирования как целостного организма. Итак, интегративная модель относится к уровню семейной системы в мультимодальной диагностике Оудсхоорна. Ее главная задача состоит в “интегрировании” и развитии основных концептуальных парадигм широкого спектра системно-ориентированных направлений семейной терапии. Модель развивает идеи первых двух кластеров классификации, то есть подходов, ориентированных на семейную историю и на структуру/процесс семьи.



# Интегративная модель

---

- **Интегративная модель** объединяет пять групп идей о семейной системе. Она показывает, что на семейную систему можно взглянуть с точки зрения ее структуры, коммуникаций, стадий развития жизненного цикла семьи, семейной истории и функций в ней проблемного поведения и симптомов

# Интегративная модель системной семейной терапевтической диагностики в сетке координат Оудсхоорна

Место интегративной модели системной семейной терапевтической диагностики в сетке координат, задаваемых глобальной системной моделью Оудсхоорна

---

1. Проблемы с внешним социальным окружением
2. Проблемы в семейной системе.
3. Когнитивные и поведенческие проблемы.
4. Эмоциональные конфликты с аспектами бессознательного.
5. Нарушения развития личности и личностные расстройства.
6. Биологические нарушения.





---

**Спасибо за внимание!**