

РЕЗЮМЕ МОДАЛЬНОСТИ СИСТЕМНАЯ СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ: ВОСТОЧНАЯ ВЕРСИЯ

1. Определение.

Системная семейная психотерапия: восточная версия (ССТВВ) – это направление психотерапевтической деятельности, сформировавшееся на основе теоретических принципов системологии, изучающей целесообразное объединение иерархически распределенных подсистем взаимодействующих элементов. С помощью психотерапии усилия членов семьи сосредотачиваются на созидании цельной семейной системы с высоким функциональным ресурсом, обеспечивающим сохранение структурной и функциональной целостности в условиях проблемных и кризисных ситуаций. Благодаря этим усилиям повышается уровень экологичности внутрисемейных отношений, члены семьи получают помощь в решении личных проблем, а также в поддержании соматического и психического здоровья. Особое внимание уделяется мобилизации родительской мотивации, определяющей готовность супругов осуществлять заботу и воспитание детей.

2. Сущность метода.

Системный подход, используемый ССТВВ, не только объясняет целесообразную природу семьи, но и снабжает семейную психотерапию ориентирами в работе с проблемной семьей. Первый ориентир определяется результатом объективного анализа функционального ресурса и способности семьи разрешать возникающие проблемы. Вторым необходимым ориентиром служит психотерапевтическая мишень, формируемая после выявления проблемной зоны и обстоятельств, провоцирующих семейный кризис. В первом случае сотрудниками ЦСКО "Synergia" был разработан и защищен патентом метод оценки состояния семейных отношений с измерением функционального ресурса семьи. Метод предусматривает расширенную и краткую пятибалльную оценку способности семьи решать возникающие проблемы и восстанавливать равновесие отношений после выхода из проблемной ситуации. Во втором случае была составлена таблица нормативных и ненормативных семейных кризисов с выделением обстоятельств, составляющих проблемную зону семьи. Усовершенствования, внесенные в метод генограммы, позволяют наглядно представить эти обстоятельства в графическом виде. Был разработан и защищен патентом метод, обеспечивающий оценку функциональных поведенческих стратегий, помогающих членам семьи выйти из проблемной зоны, а также – дисфункциональных, провоцирующих кризис.

В последние годы арсенал ССТВВ обогащается новыми оригинальными методиками. Обращается внимание на дискретность семейной динамики. Имеется в виду выявление отдельных актов семейного взаимодействия, обозначаемых термином «фамилион». Каждый из них обусловлен отдельной семейной проблемой, после ее разрешения акт завершается. Применение методики визуализации проблемной ситуации помогает наглядно представить осознанный образ семейных отношений и проследить перспективу возможных изменений. Особое внимание системная семейная психотерапия уделяет детям. Разработанная методика оценки родительской мотивации позволяет оценить готовность супругов к деторождению и способность заботиться о детях, обеспечивая здоровое развитие и воспитание. Выявленные особенности родительской мотивации одновременно указывают на ошибки в отношениях с детьми и на недостатки внутрисемейных отношений.

При оказании системной психотерапевтической помощи используются методы индивидуальной работы с членами кризисной семьи, а также применяется метод групповой психотерапии в группе с представителями семей, находящихся в разных

кризисных ситуациях. Последний оригинальный метод защищен авторским свидетельством «Способ диагностики семейного кризиса и последующей коррекции структуры системных связей членов кризисной семьи». Патент RU 2268648 С2».

3. Теоретические основы.

Системная семейная психотерапия: восточная версия развивается на основе теории, объединяющей достижения системологии, психологии и нейроинформатики, изучающей принципы принятия решения в условиях недостатка полезной информации, а также на основе теоретических принципов, обнаруженных практикующими психотерапевтами, помогающими семье выходить из проблемных ситуаций и гармонизировать внутрисемейные отношения. Семья рассматривается в качестве цельного, а также целостного структурного и функционального системного образования, каждый член которого, включая детей и представителей старших поколений, взаимодействует с другими под влиянием общего системоорганизующего фактора.

Перечень основополагающих теоретических принципов:

- теория функциональных систем (Анохин П.К.);
- теория позитивной семейной психотерапии (Пезешкиан Н., Саймон Р., Сатир В.);
- парадоксальная и контрпарадоксальная психотерапия (Палаццоли С., Босколо Л., Чеккин Д., Прата Д.);
- классификация основных видов поведенческих нарушений: дефициты, травмы, кризисы, конфликты, а также интегративная теория становления идентичности (Петцольд Х.);
- гуманистические теории развития личности, формирования поведенческих мотиваций и терапевтического резонанса (Роджерс К., Маслоу А., Джендлин Ф.);
- «пэрентинг» и «репэрентинг» в терапевтическом процессе (Ференци Ш.);
- теории кризисных фаз развития (Эриксон Э., Выготский Л., Шпитц Р., Винникот Д.);
- понятие семьи как системы, теория передачи семейного эмоционального опыта от предыдущего поколения последующему (Боуэн М., Сатир В.).

4. Применение.

Целевыми **показаниями** к использованию методов системной семейной психотерапии: восточная версия являются проблемы, возникающие у членов семьи на всех стадиях семейного цикла, начиная со стадии монады, когда будущие супруги стремятся понять сущность семьи и формируют перспективный образ супружеских отношений. По мере обострения проблем, возникающих при смене семейных стадий и провоцирующих кризисы, увеличивается количество терапевтических сессий, и терапия переходит от краткосрочной формы к продолжительной, поскольку членам семьи требуется время для осознания проблем и поиска согласованного варианта их разрешения. Терапия показана и в том случае, когда супруги принимают решение о разводе, а другие взрослые члены семьи и дети нуждаются в помощи для преодоления последствий эмоционального стресса и выбора стратегии поведения в экстремальной ситуации. Системный семейный психотерапевт выполняет функции помощи в преодолении психотравмы и одновременно выступает в качестве эксперта, облегчая построение гипотез относительно вариантов выхода из проблемной ситуации с последующим выбором оптимального варианта.

5. Практические результаты.

Для функционального состояния членов семьи и для укрепления семьи. Благодаря использованию теста функционального ресурса семьи удается оценить способность семьи решать проблему, по поводу которой члены семьи обращаются к психотерапевту. Во-первых, обозначается проблемная зона и, во-вторых, измеряется способность семьи решать возникшие проблемы. Члены семьи с положительным ресурсом выявляют препятствия гармонизации семейных отношений, а затем их преодолевают, одновременно успешно выходя из проблемной ситуации и разрешая обострившиеся противоречия. Чем выше ресурс, тем короче психотерапия, помогающая выйти из проблемной ситуации. Поддержка семьи способствует лечению соматических заболеваний, а также поведенческих расстройств, в частности, химической и игровой зависимости. Стабильная семейная позиция престарелых людей способствует долгожительству. В случае отрицательного ресурса психотерапевт ограничивается рассмотрением отдельной проблемной ситуации, если члены семьи не планируют перестраивать отношения. Практический результат в последнем случае состоит в том, что члены семьи осознают разрушительное воздействие семьи и прогнозируют ее изменение.

Подготовка системных семейных психотерапевтов. Получение теоретических знаний по системности семейных отношений вместе с овладением навыками семейной психотерапии и применения психологического инструментария расширяет профессиональную компетентность психотерапевтов других модальностей. За время существования программы прошли обучение 1200 человек в группах различных регионов страны: Москва, Санкт-Петербург, Минск, Ижевск, Екатеринбург, Уфа, Пермь, Сургут, Челябинск, Киров, Севастополь, Ставрополь. Выпускники программы активно пропагандируют идеи подхода, строят успешные карьеры в области психологической работы с детьми и семьями, имеют благодарности, участвуют и побеждают в конкурсах, посвященных семейным проблемам.

На все проведенные программы имеются положительные отзывы не только тех, кто прошел обучение, в том числе, педагоги, врачи, социальные работники, но и от тех членов проблемных семей, которые восстановили гармоничные отношения благодаря психотерапии.