

Тема 5.
**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ СЕМЬЕ.**

- Учебные вопросы:
- 1. Психологическое консультирование: сущность, принципы.
- 2. Модели психологического консультирования.

- *Цель консультирования* - помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера.

Работа с семьей имеет ряд особенностей

- *Семейные консультанты видят корни проблем не внутри самой личности, а в более широком контексте взаимодействия людей.*

- *От специалистов в этой области требуется больше активности, директивности и степени контроля, чем при индивидуальном консультировании.*

- *Лишь в очень редких случаях семейный консультант может позволить себе роскошь использования только одного теоретического подхода. Он должен быть гибким и прагматичным.*

- *Центром внимания консультанта должны, быть организационные структуры и естественный процесс развития, являющиеся частью семейной системы. Это подразумевает внимательное отношение к семейным правилам, нормам и объединениям внутри семьи.*

- *Предпочтительно использование циркулярной, а не линейной модели причинно-следственных связей. Это означает, что при определении причин события или поведения важно рассматривать более широкую картину и выяснять, как взаимосвязано поведение разных людей.*

- *Используются модели развития, которые описывают жизненный цикл семьи, включая естественные и предсказуемые перемены, кризисы и конфликты.*

- *Необходимо признавать, что, в зависимости от культуры, существуют различные варианты структуры семьи. Может случиться так, что клиент, которого мы видим перед собой, является членом нетрадиционной структуры: смешанной семьи с приемными детьми, неполной семьи или членом сожительства гетеросексуальной или гомосексуальной пары.*

- В настоящее время наиболее распространенными являются следующие модели консультирования семьи:
 - психоаналитическая;
 - бихевиористическая;
 - системная.
- В рамках системной модели выделяются: структурная модель, основанная на опыте модель и гештальт-модель работы с семьей.

- *Психоаналитически ориентированная деятельность, направленная на консультирование семьи, опирается на следующие принципы.*
- *Нарушение супружеских отношений рассматривается с точки зрения внутренней мотивации поведения супругов.*
- *Актуальные семейные конфликты анализируются с учетом повторения прошлых конфликтов, а также примеров поведения, полученных в предыдущих эмоционально окрашенных отношениях.*
- *Большое значение придается влиянию родительской семьи на семейное поведение каждого из супругов.*
- *Источником перемен являются способности устанавливать связи между прошлым и настоящим и контролировать свое поведение.*

- В свою очередь, *бихевиористическое направление* опирается на положение о том, что человек является продуктом среды и ее творцом одновременно. Поведение детерминируется в процессе научения. В связи с этим, *консультирование по поводу нарушений в семейных отношениях должно быть направлено на изменение поведения партнеров с использованием методов обусловливания и научения.*

- Принципы *системного подхода* к консультированию семьи подробно описаны в работе *А. Варги*. Автор выделяет три таких методологических принципа.
- *1. Циркулярность.*
- Все происходящие в семье события подчиняются круговой причинности, а не линейной. Поведение членов семьи взаимосвязано - невозможно понять проблему одного человека без анализа того, какое значение она имеет для остальных членов семьи.

- 2. *Гипотетичность.*
- Работая с семьей во время консультации, системный консультант проверяет свою первичную гипотезу относительно смысла и цели возникновения семейной дисфункции. Для того чтобы сформулировать еще до начала работы с семьей системную гипотезу, Варга А. предлагает задать человеку, обратившемуся за консультацией, следующие вопросы: «На что жалуется обратившейся за помощью? (Это супружеская проблема или детско-родительская?)», «Кто является инициатором обращения?», «Каков состав семьи?», «Сколько лет детям и другим членам семьи?».

- 3. *Нейтральность.*
- Это характеристика внутренней позиции консультанта. Ему необходимо уметь слушать внимательно и участливо всех членов семьи, понимать переживание каждого человека и при этом никого не осуждать и не становиться на чью-либо сторону.

Этапы работы консультанта

- *Установление контакта.* На этом этапе создается атмосфера душевного тепла и поддержки, которая будет способствовать достижению доверия между консультантом и клиентами. Консультанту необходимо внимательно выслушать всех участников взаимодействия, проявляя искренность, симпатию и заботу.

- *Сбор информации.* На этом этапе уточняются проблемы семьи, так как они видятся участниками процесса. Очень важно, чтобы консультант выделял эмоциональные и когнитивные аспекты проблемы. В этом ему может помочь умение точно и своевременно задавать открытые и закрытые вопросы. Открытые вопросы: «Что? » («Что случилось», «Что вас привело к психологу», «Что бы вы хотели обсудить со мной» и т. д.) - выявляют факты. Вопросы: «Как? » («Как вы к этому относитесь?», «Как вам живется в этой ситуации?» и т. п.) - позволяют выявить чувства. Вопросы: «Почему?» («Почему это случилось, как вы считаете?») - позволяют понять, каким образом люди объясняют себе происходящее.

- *Определение целей консультирования, психологический контракт*, На этом этапе целесообразно обсудить с клиентами следующие вопросы: как они представляют себе результат психологического консультирования; что будет для них являться результатом; как они поймут, что результат достигнут. Это имеет принципиальное значение, так как цели консультирования у консультантов и клиентов могут быть различными.

- *Выработка альтернативных решений.* На этом этапе открыто обсуждаются возможные альтернативы решения проблемы. Именно на этом этапе консультант сталкивается с основными трудностями творческого процесса. Будучи погруженными в свои проблемы, люди часто оказываются в плену стереотипов (привычных способов поведения и реагирования). Консультант помогает клиентам обозначить все возможные (подходящие и реальные для данной семьи) варианты решения проблемы, а также отобрать те из них, которые наиболее приемлемы как с точки зрения существующей степени готовности семьи к изменению, так и с учетом прошлого опыта.

- *Обобщение.* На этом этапе подводятся итоги работы, обобщаются достигнутые во время консультирования результаты. При необходимости осуществляется возврат на предыдущие стадии.