



МЕТОДИКИ СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Выполнили:

Смоликов Сергей

Ракшина Анна

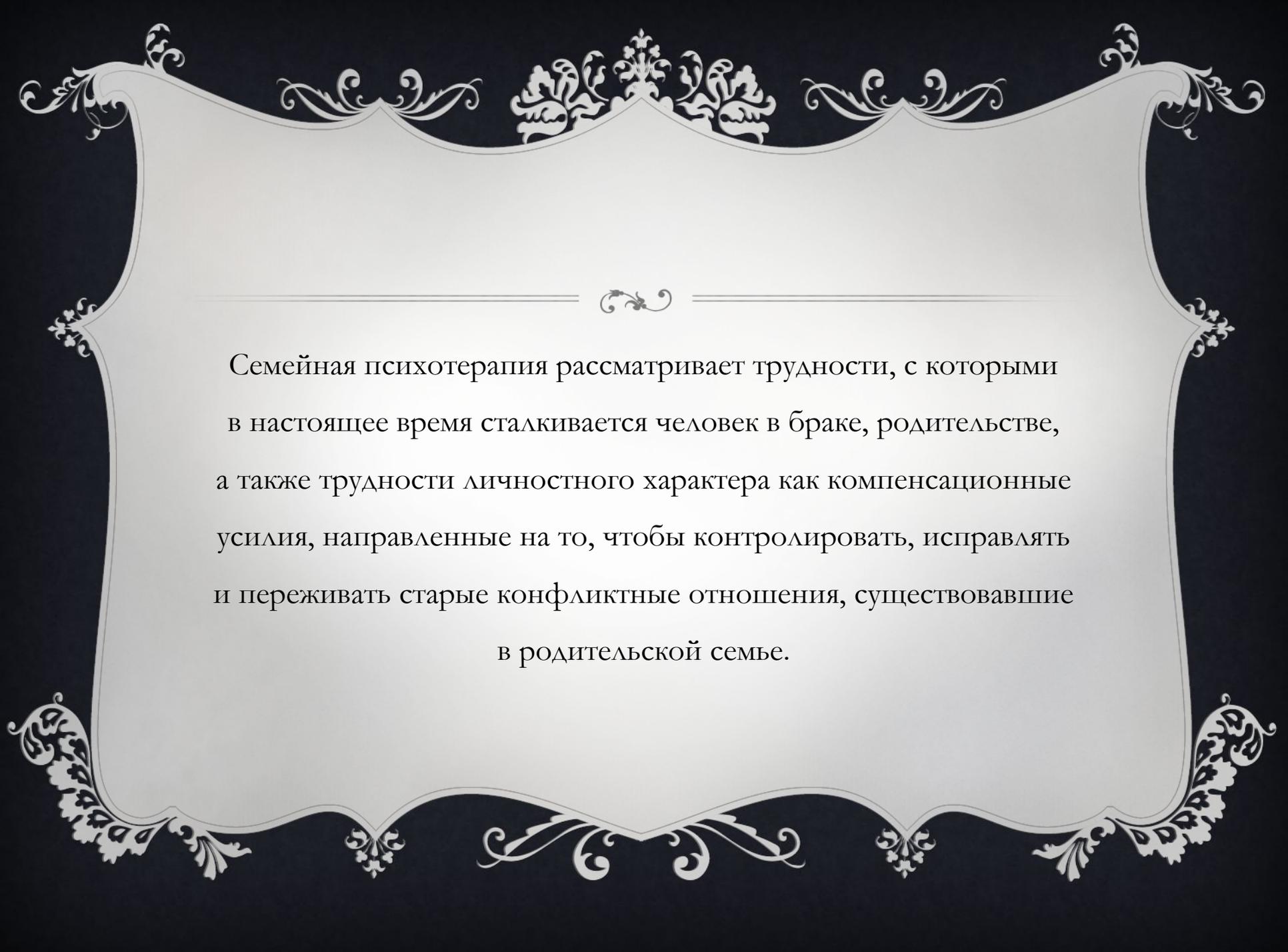
Недопекин Сергей

Кривенко Вадим



Семейная психотерапия возникла в **1950-х гг.**

Она была обязана своим возникновением *Грегори Бейтсону, Джесю Хейли, Доналду Джексону и Джону Уикленду*, совместно разрабатывавшим теорию двойной связи.



Семейная психотерапия рассматривает трудности, с которыми в настоящее время сталкивается человек в браке, родительстве, а также трудности личностного характера как компенсационные усилия, направленные на то, чтобы контролировать, исправлять и переживать старые конфликтные отношения, существовавшие в родительской семье.



МЕТОДИЧЕСКИЙ АППАРАТ СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ВКЛЮЧАЕТ РАЗНЫЕ ТЕХНИКИ:

- Указания (директивы)
- Семейная дискуссия
- Обусловленное/обусловливающее общение
- Ролевые игры
- Проигрывание ролей друг друга
- Скульптура семьи

Указания (директивы)

Высказывания психотерапевта о необходимости определенных действий; при этом конкретно и прямо указывается на то, что нужно сделать, чтобы добиться выздоровления, решения проблемы, разрешения конфликта в той или иной семье.

директивы

```
graph TD; A[директивы] --> B[Прямые]; A --> C[Парадоксальные]
```

Прямые

Парадоксальные

В основе этого деления лежит разница в способе воздействия на поведение членов семьи.

Прямые директивы

Человеку говорят, что ему делать, советуют, обучают его шаг за шагом, предлагают испытания и накладывают епитимью. Этот подход отличается от парадоксального прямыми четкими указаниями.

С одним человеком терапевту удобнее разговаривать, чем с несколькими сразу. Проблема состоит в том, что члены семьи не общаются между собой — они разговаривают только с терапевтом, таким образом, присутствие терапевта становится обязательным для решения каких-то вопросов.

Прямые директивы

Человеку говорят, что ему делать, советуют, обучают его шаг за шагом, предлагают испытания и накладывают епитимью. Этот подход отличается от парадоксального прямыми четкими указаниями.

С одним человеком терапевту удобнее разговаривать, чем с несколькими сразу. Проблема состоит в том, что члены семьи не общаются между собой — они разговаривают только с терапевтом, таким образом, присутствие терапевта становится обязательным для решения каких-то вопросов.

Парадоксальные директивы

Состоят в принятии психотерапевтом тех образцов поведения, которых придерживаются клиенты, и в их преднамеренном преувеличении. Парадоксальному поведению и коммуникациям в семье противопоставляются парадоксальное (контрпарадоксальное) поведение психотерапевта. Клиенты помещаются в условия терапевтической «двойной связи» (см. выше), где, они, подчиняясь предписаниям семейного терапевта, кооперируются с ним, а не, наоборот, контролируют его поведение или манипулируют им.

Парадоксальные директивы

Парадоксальные техники состоят в принятии психотерапевтом тех образцов поведения, которых придерживаются клиенты, и в их преднамеренном преувеличении. Например, психотерапевт может посоветовать матери, ребенок которой отказывается что-то делать, стать гораздо больше беспомощной и неадекватной, чем ее чадо, стимулируя последнего к деятельной позиции. Таким образом парадоксальному поведению и коммуникациям в семье противопоставляются парадоксальное (контрпарадоксальное) поведение психотерапевта. Клиенты помещаются в условия терапевтической «двойной связи» (см. выше), где, они, подчиняясь предписаниям семейного терапевта, кооперируются с ним, а не, наоборот, контролируют его поведение или манипулируют им.

СЕМЕЙНАЯ ДИСКУССИЯ

Обсуждение членами семьи проблем семейной жизни, способов разрешения семейных проблем и конфликтов.

Дискуссия преследует многочисленные цели:

- коррекция неправильных представлений о различных аспектах семейных взаимоотношений;
- обучение членов семьи методам дискуссии

ПРАВИЛА ВЕДЕНИЯ ДИСКУССИИ

- 1) цель дискуссии не доказать свою правоту, а совместно найти истину;
 - 2) дискуссия – не соревнование и не способ выявления того, кто умнее;
 - 3) цель дискуссии – не прийти к соглашению, а найти истину;
 - 4) прежде, чем возражать, подумай, в чем все-таки прав тот, кому готовишься возразить, попробуй развить то, в чем прав другой
- 

Основные приемы, используемые терапевтом для ведения этой

процедуры:

- молчание;
- обучение с помощью опросов;
- умение слушать;
- повторение (резюмирование);
- обобщение;
- наблюдение за эмоциональным состоянием

У членов семьи недостаточно развиты те навыки и умения, необходимые для успешной семейной жизни; в ходе семейной психотерапии эти недостающие навыки формируются с помощью разнообразных психотерапевтических техник, специальных упражнений и “тренировок”: формирование версионного мышления, проигрывание семейных ролей и т.д. Общий их принцип состоит в том, что перед членом семьи ставится определённая задача, например, в виде умения или навыка, который он должен сформировать, и сообщается критерий, с помощью которого он судит о том, удалось ли ему (ей) справиться с заданием.
