МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

Н. Ю. Максимова

Сімейне консультування



МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



Н. Ю. Максимова

СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Навчальний посібник

Київ
ДП «Видавничий дім «Персонал»
2011

ББК 88.5я73
М17

Рецензенти: *Н. В. Чепелєва*, д-р психол. наук, проф.
О. І. Власова, д-р психол. наук, проф.
В. С. Масов, канд. пед. наук, проф.

Максимова Н. Ю.

М17 Сімейне консультування : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. — К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. — 304 с. — Бібліогр. : с. 300–302.

ISBN 978-617-02-0068-6

У навчальному посібнику розглядається сімейне консультування як різновид соціально-психологічної допомоги. Визначено його теоретичні основи, мету, завдання, принципи та методи. Показано основні функції, етапи, закономірності розвитку сім'ї як системи, а також різновиди дисфункцій сім'ї та причини їх виникнення. Докладно представлено процес сімейного консультування, його специфіку відповідно до різновиду дисфункцій сім'ї.

Для психологів, соціальних працівників, соціальних педагогів, студентів зазначених спеціальностей.

ББК 88.5я73

© Н. Ю. Максимова, 2011
© Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП), 2011
© ДП «Видавничий дім «Персонал», 2011

ISBN 978-617-02-0068-6

Вступ

Сім'я — це природний осередок суспільства, найважливіша форма організації особистого життя, заснована на подружньому союзі і родинних зв'язках, тобто стосунках між чоловіком і дружиною, батьками і дітьми, братами і сестрами, а також іншими родичами, які живуть разом і ведуть спільне господарство. Сім'я відіграє велику роль у житті як окремої особистості, так і всього суспільства.

У сучасній Україні відбувається інтенсивний розвиток служб сім'ї, виникають установи і організації найрізноманітнішого профілю і форм власності, які ставлять за мету сприяти сім'ї, допомагають їм у подоланні труднощів, це: сімейні консультації, служби знайомств, сімейні університети, факультети, лекторії, психологічні, сексологічні, педіатричні кабінети. Допомагати сім'ям покликані фахівці різних профілів: лікарі, психологи, юристи, педагоги, соціальні працівники тощо.

Зазначені структури надають допомогу сім'ї за різними напрямами її діяльності:

- створення сім'ї (служби знайомств);
- зміцнення сім'ї (консультації для подружжя, що конфліктує, або тих, хто збирається розлучатися);
- профілактика сімейних негараздів (консультування подружжя перед вступом до шлюбу, підготовка до народження первістка тощо);
- консультування з питань лікування безпліддя тощо;
- виховання дітей (консультації і центри для батьків);
- соціально-психологічна підтримка сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах;
- соціальна робота з сім'ями.

Гуманізація суспільства неможлива без створення сприятливих умов для гармонійного розвитку дітей. Основою такого розвитку є щаслива сім'я. Любов і злагода в родині, впевненість у непорушності

сім'ї є тією основою, на якій зростає емоційно врівноважена, гармонійна, особистісно зріла дитина, яка здатна бути суб'єктом своєї життєдіяльності та приносити користь суспільству. Така щаслива сім'я виконує свої функції, з одного боку, як осередок виховання дітей, а з іншого — структурний формуючий елемент суспільства.

У навчальному посібнику розглядаються проблеми, які виникають перед спеціалістами з сімейного консультування. У першому розділі докладно висвітлені моделі сімейного консультування різних психологічних шкіл. Аналіз наукових напрацювань дає змогу визначити мету і завдання сімейного консультування. Показано, що, попри відмінності наукових парадигм, думки дослідників збігаються, визначаючи за мету сімейного консультування актуалізацію ресурсів сім'ї для вирішення основних її проблем. Сімейне консультування розв'язує багато проблем, але для їх узагальнення обов'язково треба визначити причини порушень сімейних стосунків, діагностувати наявну ситуацію в сім'ї. Сімейне консультування передбачає допомогу членам родини в усвідомленні реальних (а не суб'єктивно уявлюваних) проблем сім'ї, в дистанціюванні (на етапі тлумачення) від цих проблем з метою зниження емоційної напруги; спільний пошук шляхів розв'язання основної проблеми сім'ї або зміна ставлення до неї.

Знання принципів психологічного консультування взагалі і сімейного зокрема є невід'ємною складовою підготовки фахівця, так само, як і володіння методами вивчення сімейних стосунків. Цю інформацію також подано в першому розділі.

Сімейний консультант має зважати, що перед тим, як звернутись до фахівця, члени сім'ї неодноразово намагалися самостійно розібратися в проблемах сім'ї, найчастіше підсвідомо застосовуючи низку прийомів і правил. Від того, наскільки ці правила і прийоми правильні й адекватні, залежить, якою мірою членам сім'ї вдалося розібратися в своїх сімейних негараздах, якою вони бачать свою сім'ю і якими міркуваннями керуються, формуючи свої стосунки. Знання про етапи життя сім'ї, її функції, кризи та інші теоретичні положення сімейної психології, про які йдеться у другому розділі, дозволять консультанту правильно визначити основні проблеми сім'ї.

У цьому ж розділі розглядаються основні теоретичні положення щодо ролі гармонійних стосунків у родині для формування особистості дітей та їх адаптації в суспільстві, розкриваються базові со-

ціальні потреби дитини, які має задовольняти насамперед сім'я. Показано негативний вплив хибних типів сімейного виховання на дитину.

У сучасному світі все більше зростає розуміння сім'ї як такої, що визначає не лише розвиток дитини, а і розвиток усього суспільства. Взаємодія дитини з батьками є першим досвідом взаємодії з соціальним середовищем. Цей досвід закріплюється і формує певні моделі поведінки з іншими людьми, які передаються з покоління в покоління. У кожному суспільстві складається певна культура стосунків, виникають соціальні стереотипи, настанови і погляди на виховання в сім'ї. І не буде перебільшенням стверджувати, що цивілізоване суспільство визначається не лише ставленням до жінки, а й ставленням до дитини.

Третій розділ містить суто практичний матеріал, тобто конкретну інформацію про процес сімейного консультування (умови та алгоритми консультування сім'ї), про специфіку консультування батьків з питань вікових особливостей дітей, а також поради щодо формування позитивного сімейного клімату. Особливу увагу приділено консультуванню молодої сім'ї, бо саме цей період є найбільш вразливим. У цьому розділі подаються вправи, ігри та інші техніки, які може застосовувати і сімейний консультант (у ході консультування), і подружжя (як домашнє завдання).

Четвертий розділ присвячено найскладнішим найболючішим питанням — консультуванню дисфункційних сімей. Відомо, що зараз в Україні внаслідок соціально-економічних зрушень багато сімей опинились на межі злиденності; багато батьків, не витримавши життєвих негараздів, почали зловживати алкоголем. Водночас існує ще низка проблем, притаманних і високорозвиненим країнам: насильство у родині, збільшення кількості дітей з девіантною поведінкою, проблеми інвалідів і тяжкохворих у сім'ї. Певна річ, що консультування таких сімей є компетенцією не тільки психолога, а насамперед соціальних працівників, медиків, юристів тощо.

Соціальна політика нашої держави спрямовує зусилля на вирішення зазначених питань, зокрема створюються спеціальні служби, запроваджено соціальний супровід сімей, які опинились у складних життєвих обставинах. У зв'язку з цим підвищується роль психологів та соціальних працівників, соціальних служб для дітей, сім'ї та молоді. Проте в роботі щодо соціального супроводу сімей виникає низка перешкод. Зокрема, серйозною проблемою є визначення своєчас-

ності надання соціально-психологічної допомоги. Практичним працівникам часто важко визначити ознаки, які засвідчують, чи потребує сім'я соціального втручання, чи треба чекати, поки батьки самостійно звернуться до психолога або соціального працівника. Отже, необхідно застосовувати критерії та методи діагностики різновиду дисфункційних сімей, що дозволить визначати, коли і в якій формі здійснювати соціально-психологічну допомогу, а також розмежування компетенції фахівців. Саме ця інформація подана в навчальному посібнику.

Завершується текст навчального посібника додатками. У них представлено допоміжні матеріали, які сімейний консультант може безпосередньо використовувати. Наприклад, опитувальники стосовно визначення загрози родинного насильства та співузалежнення, параметри визначення агресивної дитини, хибних виховних дій тощо. Стосовно роботи з корекції стосунків у сім'ї, психологу будуть у нагоді ігри та вправи, а також тренінгова програма для молодого подружжя.

Список рекомендованої літератури, зрозуміло, не вичерпує всіх наукових джерел, що були проаналізовані автором під час написання навчального посібника. Зважаючи на те, що основний адресат цієї книги — студенти, ми рекомендували лише основні й доступні для більшості читачів видання.

1. Сімейне консультування як різновид соціально-психологічної допомоги

1.1. Мета і завдання сімейного консультування

Визначення фахівцем мети і основних завдань консультування залежить від того, якими теоретичними засадами він керується у своїй роботі. Система теоретичних уявлень слугує орієнтиром і допомагає сформувати стратегію консультування, допомагає осмислити клінічні спостереження і почуватися при цьому впевненіше. Проте це не зменшує інтуїтивних і творчих можливостей консультанта.

Консультант повинен мати досить широку теоретичну базу, яка дозволить йому розібратися у внутрісімейних стосунках, пояснити поведінку і стосунки членів сім'ї з різних позицій, що забезпечить відображення реальних, а не суб'єктивних (а отже, часто викривлених) уявлень. У свою чергу, з'ясування об'єктивно існуючих сімейних стосунків дозволить розробити стратегію психотерапевтичного впливу.

У різних напрямах як теоретичних досліджень, так і практики консультування сім'я розглядається в основному як джерело проблем, психотравм тощо. Найінтенсивніше цей підхід представлено в аналітичній психотерапії, трансактному аналізі, проте й інші школи психотерапії рідко звертають увагу на позитивну, цілительську функцію сім'ї. У цьому аспекті значний інтерес мають роботи В. Сатир, Дж. Хейлі, Клу Маданес, К. Вітакера, де сім'я виступає як єдиний організм, який бореться за виживання, змінюється, передає свої традиції з покоління в покоління, а отже, забезпечує особистісне зростання подружжя і соціалізацію дітей.

Теоретичні підходи до визначення мети, завдань і процесу психологічного консультування сім'ї, хоча і по-різному характеризують процеси, що відбуваються в сім'ї, спираються на схожий соціокуль-

турний контекст (Західної Європи і США). Автори таких моделей зазвичай говорять про універсальність своїх доробок, але в інших умовах, зокрема у пострадянському просторі, вони навряд чи придатні без певної адаптації.

Розглянемо найвідоміші теоретичні моделі сімейного консультування:

- психодинамічну модель консультування сім'ї;
- модель біхевіористичного консультування;
- модель консультування сім'ї, що ґрунтується на досвіді;
- структурну модель;
- трансакційну модель;
- модель комунікаційного консультування;
- стратегічну модель.

Психодинамічна модель консультування сім'ї

Необхідність звернення до роботи з батьками в практиці консультування дитячого розвитку вперше була декларована в рамках психодинамічного підходу. Важливою заслугою психоаналітичного напрямку є те, що його засновники (З. Холл, А. Фрейд, К. Хорні) звертали увагу на ранній досвід взаємодії з дітьми і на різні види психологічної травми в дитячому віці. Наголошувалось на важливості догляду за дітьми в ранньому віці і гуманного до них ставлення. Психоаналітична теорія приділяє особливу увагу матері, зосереджуючись на стосунках матері й дитини. Батько свідомо ігнорується через припущення, що його вплив є менш важливим для розвитку дитини, ніж вплив матері. Психоаналітичні теорії відображають традиційне уявлення про батька як віддалену, маловпливову фігуру.

Одним з піонерів дослідження взаємодії дорослого з дитиною за правом можна вважати Альфреда Адлера (у Відні в 1919 р. він заснував психопедіатричний центр, де практикував свій інноваційний консультативний підхід і працював з дітьми, батьками і викладачами). Адлерівський напрям у роботі з батьками і дітьми значною мірою соціально спрямований і може розглядатися як протилежність психоаналітичному підходу. Саме А. Адлер вперше офіційно і публічно використав поняття "сімейна терапія".

Основними принципами адлерівського виховання дітей є їх "рівність" з батьками, "співробітництво" і "природні результати". З ними пов'язано два основні підходи до виховання: відмова від боротьби за

владу і врахування потреб дитини. Необхідно навчити батьків поважати унікальність, індивідуальність і недоторканість дітей із раннього віку. Самоусвідомлення дитини Адлер ставить у пряму залежність від того, наскільки її люблять і поважають у сім'ї.

Одним із найважливіших результатів суспільного визнання психології А. Адлера є організація сімейних консультацій і сімейних освітніх навчальних груп, які були покликані допомогти сім'ям налагодити демократичний життєвий стиль, який ґрунтувався на принципах соціальної рівності і суспільного інтересу. В США поштовхом для цього руху була робота і особистий ентузіазм Рудольфа Дрейкуса, учня А. Адлера. Він вперше організував консультування батьків при Центрі ім. Авраама Лінкольна в Чикаго в 1939 р., започаткував організацію дискусійних груп з батьків, які живуть по сусідству, сприяв розробці ідеї "сімейної ради" як одного із засобів, що допомагав створити атмосферу любові і довіри. Р. Дрейкус вважав, що батьки в своїй діяльності мають спиратися на принцип логічних і природних наслідків; принцип відмови від застосування сили; принцип прийняття дитини і уваги до її потреб; принцип надання підтримки дітям. Дослідник виходив з того, що батьки будуть обмінюватися досвідом, ставити питання і прагнути отримати підтримку і схвалення групи. Основне завдання ведучого групи полягає в умілій організації дискусії, постановці питань, причому кожний член групи періодично може брати на себе роль лідера групи, при обміні інформацією, спеціальними знаннями тощо.

Біхевіористичну модель сімейного консультування представляють С. Гордон і Н. Давидсон. "Охарактеризувавши дитину як особистість, яка має проблему, — пишуть автори, — психолог прагне змінити не дитину, а оточуюче середовище, у першу чергу батьківську реакцію на дитину. Змінюючи реакції батьків, можна буде модифікувати поведінку дитини". Тому при біхевіористичному консультуванні сім'ї треба точно визначити проблеми і способи їх розв'язання. Психолог (консультант) у цьому разі виконує просвітницьку функцію, його завдання — навчити батьків, якими способами можна впливати на поведінку, як застосування цих способів може змінювати її поведінку.

Хоча метою є нова, інша поведінка дитини, проте об'єкт психологічної роботи — це батьки та їх реакції.

При цьому треба врахувати чотири важливих для консультування фактори.

1. Можливий ступінь контролю і зміни середовища. Щоб визначити це, локалізуємо визначення проблемної поведінки. Коли ж дитина “не слухається”, то з’ясовуємо, коли, за яких обставин, як часто. Аналізуємо наслідки такої поведінки, встановлюємо, як часто маємо випадки небажаної поведінки, реакцію на неї, частота проявів бажаної поведінки.

2. Здатність батьків навчитися специфічних прийомів, що змінюють поведінку дитини. З’ясовуємо, чи є у батьків міжособистісні проблеми, які б заважали їм спільно працювати для зміни поведінки дитини (але якщо існуючі розлади між батьками не перешкоджають узгоджено реагувати на поведінку дитини, то ними можна знехтувати). Якщо хоча б у одного з батьків спостерігається депресія, неспокій тощо, то ці стани слід знівелювати перед початком роботи з дитиною.

3. Важливо точно визначити, чого очікувати від дитини, і обрати правильні способи впливу. Обговорюємо, а потім випробуємо тип заохочень і нагород (одразу після бажаної поведінки чи з затримкою, постійний або з наростанням інтенсивності тощо), регулюємо процедури для підтримання дисципліни (наприклад, обмеження прав, привілеїв). Батьки отримують усні і письмові інструкції, проводимо репетиції їх нової поведінки. Потім, оскільки батьки не звикли до застосування способів зміни поведінки, консультант повинен контролювати їх і заохочувати діяти згідно з його рекомендаціями.

4. Здатність дитини до самоконтролю. У дітей, особливо проблемних, здатність до самоконтролю є нерозвинутою, тому під час зустрічей проводимо навчання релаксації і самомоніторингу (спостереження власних реакцій, рухів, ритміки тощо).

На зустрічах з консультантом виробляємо навички застосування нових способів спілкування, розігруємо ситуації, які викликають занепокоєння, проводимо репетиції, які закріплюють навички нової поведінки.

Стратегія біхевіористичного консультування сім’ї ґрунтується на точних даних про поведінку, отриманих шляхом спостереження. Для цього використовуємо численні опитувальники; з’ясовуємо очікування батьків щодо поведінки дитини, їх реальність, відповідність віку і можливостям дитини.

У ході консультування проводимо постійне спостереження за тим, чи є ефективними діючі винагороди і заохочення, чи слід їх повторно застосовувати.