

5ая Международная научная конференция
«ПСИХОЛОГИЯ И ЖИЗНЬ:
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ »
4-25 ноября 2011 г.
СБОРНИК ТЕЗИСОВ



«BASIC Ph»: МОДЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ В СИТУАЦИИ КРИЗИСА

А. М. Жогаль

Беларусь, Минск, БГПУ имени М.Танка

Anna_zhogal@bk.ru

В работе рассматривается возможный способ решения актуальной для настоящего времени проблемы выбора семейными психологами адекватного инструментария исследования семьи, оказавшейся в кризисной ситуации. В частности, дается описание многоканальной модели «BASIC Ph», позволяющей исследовать типичные паттерны и стратегии самовосстанавливаемости членов семьи в ситуации кризиса.

Проблематика кризиса индивидуальной жизни всегда была в поле внимания гуманитарного мышления, в том числе и психологического. В качестве самостоятельной дисциплины, развивавшейся в основном в рамках превентивной психиатрии, теория кризисов появилась на психологическом горизонте сравнительно недавно. Среди эмпирических событий, которые могут привести к кризису, различные авторы выделяют такие как: смерть близкого человека, тяжелое заболевание, отделение от родителей, семьи, друзей, изменение внешности, смена социальной обстановки, женитьба, резкие изменения социального статуса. Следует отметить, что в настоящее время особую актуальность приобретают, как проблема выбора адекватного инструментария исследования семьи, оказавшейся в кризисной ситуации, так и проблема выбора эффективной стратегии оказания комплексной психологической помощи семье в ситуации кризиса.

В качестве возможного решения указанных проблем, на наш взгляд, в практической деятельности семейных психологов может быть использована многоканальная модель «BASIC Ph», позволяющая исследовать типичные паттерны и стратегии самовосстанавливаемости членов семьи в ситуации кризиса.

Автор модели «BASIC Ph» М. Лаад, исследуя феномен «восстановляемости» в кризисной ситуации, выявил шесть основных элементов, способствующих совладанию личности с кризисным событием: вера и убеждения (Belief and values), эмоции (Affect), социальность (Social), воображение (Imaginative), когнитивность (Cognitive) и физиологическая активность (Physiological) [4, 5]. По первым буквам этих английских слов данная модель получила название «BASIC Ph». В соответствии с описываемой моделью, каждый из членов семьи будет отличаться индивидуальным сочетанием способов самовосстанавливаемости, характеризующим уникальную для каждого человека конфигурацию – стратегию самовосстанавливаемости в условиях кризиса.

Понятие самовосстанавливаемости является близким к понятию устойчивости, и может быть определено как: а) способность к самостабилизации в кризисной ситуации (например, когда кризис не заканчивается тем, что человек обращается к наркотикам, алкоголю или преступлению) и б) способность выйти из кризисной ситуации без серьезных психосоматических и психических синдромов. При этом следует отметить, что часто возникают нарушения поведения, здоровья, как следствие пережитого острого стресса, но в средневременной и долговременной перспективе эти симптомы исчезают.

В соответствии с интегративной моделью «BASIC Ph», для людей характерен определенный путь реагирования на события высокой стрессогенности (определенный способ самовосстанавливаемости выбирается в качестве доминантного). Для одних это когнитивно-поведенческий путь – активный сбор информации, решение возникающих практических проблем. Для других свойственен эмоциональный, аффективный способ противодействия стрессу – открытое выражение эмоций, обсуждение пережитого и переживаемого с другими, или невербальное выражение чувств через художественную деятельность, чтение или написание текстов. Социальный канал как способ самоподдержки, способствует тенденции присоединиться к социальной группе, желанию получить от некоторого сообщества людей задание, взять на себя некоторую социальную роль в группе, почувствовать себя частью некоторой социальной организации. Иммаджинативный способ самовосстанавливаемости характеризуется использованием воображения, воспоминаний и мечтаний о счастливых моментах и обстоятельствах, чтобы снизить остроту страшной реальности. Часто это делается специально с помощью направленного воображения, человек мечтает найти «волшебное» решение проблемы, импровизирует, иногда вопреки реальным обстоятельствам. Пятый способ относится к верованиям, убеждениям и ценностям, которые являются своего рода «путеводной звездой» и позволяют найти путь через тьму отчаяния и кризиса. В данном случае имеются в виду не только религиозные убеждения, но и политические установки, ощущение своей миссии в этом мире, убежденность в том, что существование наполнено смыслом, и стремление исполнить эту миссию, не утратить смысл, выразить свой личностный потенциал полностью. Наконец, человек может выбрать путь практических, физических действий, реагируя на кризис действиями и движениями тела: релаксирующие действия и упражнения, десенситизация, физические упражнения, практическая деятельность (физиологический способ). Возможность расходовать энергию является важным компонентом совладания в стрессовой ситуации [3, 4].

У каждого человека есть потенциальная возможность воспользоваться всеми шестью каналами, но конфигурация этого сочетания элементов развивается индивидуально для каждого человека и может меняться в различные моменты жизни и в различных ситуациях.

Методика «6-ти шаговая модель составления историй» М. Лаада оказывается полезной при необходимости быстро оценить существующие способы самовосстанавливаемости у членов семьи в ситуации кризиса и осуществить вмешательство в срочном порядке. Данный метод состоит в следующем: исследуемым рассказывается «спроецированная» история, включающая элементы волшебной сказки и мифа; в рассказе проявляются способы, с помощью которых личность проецирует себя на организованную действительность и, таким образом, осуществляет контакт с миром. Согласно М. Лаад, при использовании данного метода вмешательство можно осуществить за очень короткий промежуток времени, что является необходимым в кризисных ситуациях. Методика позволяет исследовать индивидуальное сочетание способов самовосстанавливаемости всех членов семьи в ситуации кризиса [2].

В клинической работе описаны комплексные характеристики поведения, которые могут быть идентифицированы с помощью техники шестизначного рассказа [1]. С помощью данной методики «6-ти шаговая модель составления историй» М. Лаада можно выявить конфликты членов семьи, являющиеся собственно причиной семейных проблем в супружеских и/или детско-родительских взаимоотношениях, которые сами супруги, а также родители и дети не всегда осознают. Важно отметить, что с помощью данного инструментария можно выявить отдельные ресурсы совладания со стрессом каждого члена семьи и соответственно составить общую для них программу вмешательства, оптимизирующую супружеские и/или детско-родительские взаимоотношения [2].

Литература:

1. Лаад, М. Тьма над бездной: супергероя бригады экстренной помощи/ М. Лаад // Московский психотерапевтический журнал. – Москва, 2006.- № 4 (51). – С. 158-175.
2. Dent-Brown Kim Six Part Story Making in the Assessment of Personality Disorder: History, Practice and Research / Kim Dent-Brown [Electronic resource] – Mode of access: [http://www.MooliLahad/Six part Story/](http://www.MooliLahad/Six%20part%20Story/) Date of access: 22. 02.2009.
3. Lahad M. THE STORY OF COPING RESOURCES / Mooli Lahad// Jewish Education at the Look stein Center [Electronic resource]. – Mode of access: [http://www.MooliLahad/Jewish Education at the Look stein Center – BASIC Ph /:](http://www.MooliLahad/Jewish%20Education%20at%20the%20Look%20stein%20Center%20-%20BASIC%20Ph%20/) Date of access: 02. 05.2009.
4. Lahad, M. PASTOR – The story of coping resources. Community Stress Prevention / M. Lahad & A. Cohen. – Israel: Community Stress Prevention Centre.
5. Myers, D. G. Who is happy? / D. G. Myers [et al] // Psychological Science. – 1995. – Vol. 6, – P. 10–19.].