

ВОЗРАСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Составитель: А.В. Гонга, кандидат психологических наук, доцент
кафедры социальной и семейной психологии БГПУ

РАЗДЕЛ 1. ВОЗРАСТНО – ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК ВИД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ТЕМА 1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ВОЗРАСТНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (2 часа).

Цель – изучить сущность возрастно-психологического консультирования, его цели и задачи.

Вопросы для рассмотрения:

1. Возможности психологической помощи.
2. Состояние и проблемы возрастно-психологического консультирования.
3. Психотехнология процесса проведения системно-аналитического консультирования с клиентами разных возрастов.

Основные понятия: психологическая помощь, возрастно-психологическое консультирование, психотехнология, возрастно-психологического консультирования.

Литература:

1. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков / Г.В. Бурменская [и др.]. – М.: МПСИ, 2007. – 480 с.
2. Основы возрастно-психологического консультирования / Т.Ю. Андрущенко [и др.]; под ред. А.Г. Лидерса. – М.: МГУ, 1991. – 80 с.
3. Бурменская, Г.В. Психологический подход в возрастной психологии развития / Г.В. Бурменская // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 2000. – № 4. – С. 3–19.
4. Малкина-Пых, И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 896 с.

Цель психологического консультирования – культурно-продуктивная личность, обладающая чувством перспективы, действующая осознанно, способная разрабатывать различные стратегии поведения и способная анализировать ситуацию с различных точек зрения.

Цель психологического консультирования состоит в психологической поддержке здоровых людей в трудных или *критических ситуациях*. При этом под **критической ситуацией** в отечественной психологии принято понимать ситуацию «невозможности», т.е. такую ситуацию, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и пр.).

Главная задача психолога-консультанта состоит в том, чтобы обеспечить нормальному, психически здоровому клиенту условия для создания им осознанных нешаблонных способов действия, которые позволили бы ему действовать в соответствии с возможностями культуры.

Психологу-консультанту надо вступить в такое взаимодействие с клиентом, чтобы он смог найти новые способы действия, новые переживания, новые мысли, новые цели для дальнейшей жизни.

Практика показывает, что современный этап развития нашего общества не столько способствует снятию многообразных социально-психологических проблем детства, сколько умножает и усугубляет их. Поэтому на данном этапе становления психологической службы индивидуальная работа с населением по возрастно-психологическому консультированию должна быть направлена на *активную пропаганду психологических знаний* среди родителей и учителей, на *профилактику отклонений* от нормального хода психического развития ребенка, а также на *разработку рекомендаций по организации коррекционно-педагогической работы* с детьми. Однако потенциальные возможности помощи детям и родителям со стороны психологов далеко не исчерпываются контролем и рекомендациями. Одним из наиболее действенных направлений расширения работы является *организация при консультациях специализированных психолого-коррекционных групп для детей и родителей* так как по многим причинам родители далеко не всегда могут самостоятельно проводить успешную коррекцию. Между тем, как подчеркивал Д.Б. Эльконин, «без педагогической коррекции контроль бессмыслен».

Возрастно-психологическое консультирование является специфической формой психологического консультирования и может найти применение во всех тех случаях, когда практический психолог оказывает помощь родителям и детям. Так, взаимодействие консультанта с детьми и родителями имеет место в таких направлениях психологического консультирования, как:

- семейное психологическое консультирование;
- профориентационное консультирование;
- консультирование родителей при психолого-медико-педагогических комиссиях по поводу отклонений в развитии детей;
- психологическое консультирование в системе здравоохранения;
- консультирование в учебных и воспитательных учреждениях системы образования.

Но прежде чем говорить о том, что психолог-консультант работает в русле возрастно-психологического консультирования, нужно с пониманием отнестись и разобраться в специфике данного направления. Вопрос о специфике возрастно-психологического подхода в консультировании можно рассматривать с разных точек зрения. Так, можно говорить о задачах и принципах работы, можно рассматривать особенности методов возрастного психолога-консультанта, можно провести анализ специфики функций возрастно-психологического консультирования. Основа специфики возрастно-психологического консультирования лежит в необходимости применения системного анализа явлений детского развития, в обязательности учета специфики возрастных закономерностей для решения любых проблем, касающихся развития, обучения, воспитания ребенка. Таким образом, становится понятным, что теоретической основой возрастно-

психологического консультирования является отечественная возрастная психология. Благодаря работам Л. С. Выготского и психологов его школы в отечественной психологии существует общий подход к проблемам индивидуального развития психики ребенка, что во многом способствует выявлению причин возникновения проблемы и выработке путей ее решения.

Общей задачей возрастнo-психологического консультирования является контроль за ходом психического развития ребенка на основе представлений о нормативном содержании и возрастной периодизации этого процесса. Данная общая задача определяет более **узкие и конкретные задачи**. К таковым, по мнению специалистов, относятся следующие:

1. Ориентация лиц, участвующих в воспитании, к которым являются родители, учителя и др., в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребенка.

2. Своевременное первичное выявление детей различными отклонениями и нарушениями психического развития и направление их в психолого-медико-педагогические консультации.

3. Предупреждение вторичных психологических осложнений у детей с ослабленным соматическим или черепно-мозговым здоровьем, рекомендации по психогигиене и психопрофилактике (совместно с детскими психологами и врачами).

4. Составление (совместно с педагогическими психологами или педагогами) рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в школьном обучении для учителей, родителей и других лиц.

5. Составление (совместно со специалистами по семейной психотерапии) рекомендаций по воспитанию детей в семье.

6. Коррекционная работа индивидуально или (и) в специальных группах с детьми и родителями.

7. Психологическое просвещение населения с помощью лекционной и других форм работы.

Общая консультационная задача в работе со взрослыми составляет психологическое сопровождение в периоды значимых нормативных возрастных изменений в направлениях и характере психического развития, оказание психологической помощи в трудных жизненных ситуациях. Возрастно-психологическое консультирование в зрелости направлено на помощь в решении таких возрастных задач, как достижение близости и построение семейных отношений, формирование родительской позиции и достижение личностной зрелости, профессиональная реализация и самоактуализация. Психология также призвана помочь взрослому человеку при прохождении нормативных возрастных кризисов развития. Развитие человека в период зрелости во многом зависит от решения проблем предшествующих периодов – обретения доверия и автономии, инициативы и трудолюбия. Характеризуя развитие в зрелости, многие авторы выделяют такие показатели личностной зрелости как широкие границы «Я», способность к теплым социальным отношениям, наличие самопринятия, реалистичное восприятие опыта, способность к

самопознанию, чувство юмора, наличие определенной жизненной философии.

Анализируя консультативную работу с детьми и взрослыми, хотелось бы подчеркнуть особое значение своевременной психологической помощи детям и их близким, а также несводимость ее главных задач лишь к выявлению отклонений от нормы. Известно, что глубокий, нередко «застарелый» характер психологических проблем взрослых людей, обращающихся за помощью в консультации, дает определенные основания для пессимистической оценки возможностей современной психологии в практике консультирования. Однако в отношении детского возраста подобный пессимизм вряд ли уместен. Развитие ребенка не может рассматриваться как фатально обусловленный процесс. Формирование личности открыто влиянию всех благотворных перемен как в объективных, так и в субъективных условиях этого процесса. В определенном смысле это позволяет говорить о *приоритетном значении проблем детства в рамках службы психологической помощи.*

ТЕМА 1.2. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ СИСТЕМНО-АНАЛИТИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ВОЗРАСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Цель – изучить содержание системно-аналитического подхода в возрастнопсихологическом консультировании и его основные понятия.

Вопросы для рассмотрения:

1. Понятие «связи». Значимость связи вне зависимости от реального удовлетворения потребностей ребенка. Ощущение связи с семьей как движущая сила развития и преодоления негативных ситуаций жизненного пути.
2. Понятие «баланс между «давать» и «брать»». Родители и дети: недостижимость равновесия из-за неравенства. Благодарность как компенсация.
3. Понятие «порядок». Договорные порядки (нормы, ценности, ритуалы, общие убеждения). Иерархический порядок в семье: старшие и младшие. Нарушение порядка между родителями и детьми как предмет возрастнопсихологического консультирования. Инверсия порядка.

Основные понятия: системно-аналитический подход, «связь», «баланс давать-брать», «порядок».

Литература:

1. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков / Г.В. Бурменская [и др.]. – М.: МПСИ, 2007. – 480 с.
2. Основы возрастнопсихологического консультирования / Т.Ю. Андрущенко [и др.]; под ред. А.Г. Лидерса. – М.: МГУ, 1991. – 80 с.
3. Хухлаева, О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева – М.: Академия, 2001. – 208с.

Анализ научных работ по психологии семейных отношений свидетельствует о том, что не существует единой общепринятой модели функционирования семьи. Семейные отношения подвергались эмпирическому анализу преимущественно в рамках социально-психологических исследований семьи как малой группы. Малочисленными остаются работы, посвященные изучению семьи как целостного феномена, как системы, функционирование которой подчинено надиндивидуальной логике. Этот подход позволяет рассматривать широкий круг семейных проблем, касающихся как особенностей взаимодействия членов нуклеарной семьи, так и особенностей межпоколенных взаимосвязей и взаимовлияний в рамках расширенной семьи.

Вместе с тем, сложность изучения семьи как системы, а также отсутствие обобщенного анализа и ясной трактовки имеющегося понятийного аппарата вызывают необходимость определения адекватных теоретических подходов к пониманию и описанию феноменов семейных отношений. Исследования, конгруэнтные данной задаче, уже существуют. Однако в основном они посвящены анализу ряда семейных нарушений (А.Я. Варга, 2000; Т.И. Дымнова, 1998 и др.), и вопросы методологии остаются недостаточно концептуализированными.

В разрабатываемой в Беларуси системно-аналитической терапии (Н.И.Олифирович, Г.И.Малейчук, 2012; Н.И.Олифирович, Т.Ф.Велента, 2011) семья рассматривается как система, функционирование которой опосредуется следующими признаками, или характеристиками:

- холизм;
- взаимозависимость;
- структурная организация;
- динамичность;
- диалектика гомеостаза и развития.

Отсутствие целостной, универсальной и формализованной методологии описания семьи как системы является одной из ключевых проблем семейной психологии. И этому факту есть адекватные объяснения.

Во-первых, проблема функционирования семьи лежит на стыке различных областей человеческого знания – медицины, биологии, культурологии, социологии, экономики и др.

Во-вторых, изучение семьи как системы неизбежно приводит к столкновению со следующей методологической трудностью: необходимостью учитывать то, что показатели параметров семейной системы могут меняться на различных этапах ее существования, что является как следствием нормативных временных изменений, так и результатом воздействия на семью всевозможных внешних и внутренних факторов (болезнь или смерть одного из ее членов, потеря работы, переезд, семейные конфликты, рождение ребенка и т.д.).

В-третьих, сложность анализа семьи как системы заключается в необходимости учитывать тот факт, что любая система, будучи

функциональным целым, является частью других, более крупных систем и находится с ними в непосредственном взаимодействии и взаимовлиянии. Так, нуклеарная семья является частью более крупного образования – расширенной семьи, которая в свою очередь входит в состав еще более крупной системы – общества. Таким образом, можно говорить о различных уровнях функционирования семейной системы, отличающихся набором и величиной составляющих их элементов: индивидуальный (отдельный член семьи), микросистемный (нуклеарная семья), макросистемный (расширенная семья), мегасистемный (семья и социальное окружение) (Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента, 2006). Несмотря на то что в фокусе нашего анализа находится нуклеарная семья, для полноты представлений о ее функционировании важно учитывать многообразие взаимосвязей, существующих между данными уровнями (Таблица 1).

В-четвертых, необходимо помнить тезис, согласно которому систему нельзя рассматривать в отрыве от ее наблюдателя. Именно наблюдатель принимает решение о делении системы на те или иные элементы, такие, как, например, «семья», «человек», «переживание» и др. Каждый исследователь семейной системы конструирует собственные представления о ней, базируясь на разделяемых им концепциях и своем опыте. Таким образом, относительно семейной системы, которая на сегодняшний день находится в очень нестабильной среде, а также регулярно подвергается внутренним кризисам, связанным с различного рода изменениями, особую актуальность приобретают навыки выявления и описания действующих на нее факторов, их систематизация, анализ существующих закономерностей, механизмов и взаимосвязей. Если в стабильных условиях можно использовать одну описательную и объяснительную модель, то в условиях кризиса важны умения создавать модели, наиболее адекватную сложившейся ситуации.

На основании многих работ с людьми Берт Хеллингер обнаружил (труд «Долгий Путь»), что семейные травмы являются причиной практически любых проблем: творчество, работа, семейные отношения, несчастные случаи и так далее. Самым главным корнем всех проблем, как объясняет Берт Хеллингер, является исключение (желание забыть) участников семейной травмы из семейной системы (как пострадавших, так и виновников). Именно исключение вызывает проблемы у последующих поколений (см. Системы повествования далее в этой статье). В результате работы по данному методу происходит обнаружение скрытых системных динамик и клиенту предлагается решение. В классическом представлении к семейной системе человека относятся люди, связанные с ним «отношениями жизни и смерти» — отношениями кровного родства или очень сильными отношениями, которые, возможно, повлияли на сохранение/лишение жизни членов семьи, её смысл. К семейной системе относятся как ныне живущие люди, так и умершие/нерождённые. К семейной системе люди относятся независимо от того, имеются ли у клиента сведения о них или даже о самом факте их существования когда-либо.

Таблица 1

Многоуровневая модель психологического функционирования семьи**УРОВНИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ**

Индивидуальный (отдельный член семьи)	Микросистемный (нуклеарная семья)	Макросистемный (расширенная семья)	Мегасистемный (семья и социальное окружение)
ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ			
Когнитивный аспект			
Идентификация себя как члена семьи, индивидуальные границы, семейно обусловленная индивидуальная мифология	Циркулирование информации, метакоммуникация, внутренние и внешние границы нуклеарной семьи, представления о семейной иерархии	Семейные мифы, семейная история, семейные сценарии, семейные ценности, семейные нормы и правила, внутренние и внешние границы расширенной семьи, представления о семейной иерархии	Представления членов семьи об их социальном статусе и степени соответствия принятым в данном социуме нормам и требованиям к семье
Эмоциональный аспект			
Удовлетворенность браком и семейными отношениями, социализация, обусловленная семейным функционированием	Стиль эмоциональной коммуникации, сплоченность	Стиль эмоциональной коммуникации, сплоченность	Удовлетворенность семьи своим положением в обществе
Поведенческий аспект			
Проявление индивидуальности члена семьи, семейная адаптация	Паттерны взаимодействия, традиции и ритуалы нуклеарной семьи, ролевое взаимодействие членов нуклеарной семьи, иерархическое взаимодействие членов нуклеарной семьи	Паттерны взаимодействия, традиции и ритуалы расширенной семьи, ролевое взаимодействие членов расширенной семьи, иерархическое взаимодействие членов расширенной семьи	Социальная адаптация, взаимодействие семьи с социальными институтами, семейное взаимодействие, обусловленное действием социальных стереотипов

В общем случае к **семейной системе клиента относятся:**

- биологические родители клиента (независимо от того, живы они или умерли, знал их клиент или не знал, был ли он зачат естественным путём или с использованием современных технологий оплодотворения);
- братья и сестры клиента: родные и неполнородные; живые, умершие, нерождённые (аборт, выкидыш); известные клиенту или нет;
- сексуальные партнеры, возлюбленные, супруги: независимо от того, зарегистрированы ли отношения, признаны ли они, насколько они длительными и длятся ли они на настоящий момент. Зачатие ребёнка объединяет его родителей в семейную систему независимо от характера отношений (в том числе краткосрочная связь или насилие, в том числе если ребёнок не был рожден);
- дети клиента: живые, умершие, нерождённые, усыновлённые или отданные на усыновление, известные клиенту или нет;
- другие кровные родственники: дяди и тети, бабушки и дедушки, братья и сестры бабушек и дедушек, прабабушки и прадедушки и далее;
- люди, которые связаны с клиентом или другими членами его системы «отношениями жизни и смерти»: например, тот, кто спас во время войны или в других угрожающих жизни обстоятельствах; тот, кто лишил жизни (например, виновник ДТП, убийца); тот, кто отдавал много заботы и участия (няня, учитель); тот, кто обеспечил жизнь (благотворитель); тот, кто лишил имущества (например, во время раскулачивания) и др.

Эти правила отнесения к семейной системе не являются жёсткими и однозначными, они были выявлены Бертом Хеллингером и другими расстановщиками в процессе исследования того, как в расстановке проявляется запрос клиента через его взаимосвязь с другими людьми.

В процессе исследования Бертом Хеллингером были сформулированы действующие в семейных системах законы — **Порядки** (часто называются также «Порядки любви») по названию первой книги Берта Хеллингера, где они были описаны.

Законов / Порядков любви три:

1. Закон принадлежности. Каждый член семейной системы имеет право на принадлежность к ней. Нарушение этого Порядка, то есть исключение кого-либо из семейной системы приводит к тому, что другой член системы занимает его место, вынужденный повторять в некоторых деталях его судьбу и/или испытывая неясные ощущения «я не на своем месте». Под исключением понимается нежелание членов системы признавать полную принадлежность к ней других участников, например: «твой отец тебя знает не хочет, мы найдем тебе нового папу», «твой дедушка был летчик и погиб на задании» (дедушка сидел в тюрьме и там погиб), «был курортный роман, я даже не помню сейчас, как её звали, она сказала что беременна и я дал денег на аборт».

2. Закон иерархии. Новая семейная система имеет приоритет перед старой. Например, вступление в брак создает новую семейную систему для ребёнка и эта система имеет приоритет перед его родительской системой. Нарушение

этого Порядка (когда ребёнок остаётся в более сильной связи с родителями, чем с супругом и своими детьми) приводит к ослаблению и возможному распаду новой системы.

3. Закон баланса между брать и давать. Если один член системы что-то даёт другому члену системы (либо что-то отнимает), это должно быть адекватно уравновешено. Дисбаланс приводит к ослаблению или распаду взаимосвязей в этой части системы. Берт Хеллингер говорит о «положительном уравнивании», когда в ответ на пользу другой человек делает тоже пользу «и ещё чуть-чуть», и взаимоотношения укрепляются и расширяются. В «отрицательном уравнивании» в ответ на ущерб «виновником» принимаются последствия этого ущерба «и ещё чуть-меньше», и тогда для отношений сохраняется возможность восстановления через исчерпание последствий ущерба.

Действие Порядков любви также не является жёстким и однозначным. Семейная система не анализируется на выполнение или невыполнение в ней этих порядков и логический поиск исключений. Семейная система исследуется *феноменологически*, то есть через расстановку и наблюдение того, что в ней проявляется.

Следующее направление, которое повлияло на метод семейных расстановок — это системная семейная психотерапия. Этот метод помог Хеллингеру осознать *системную обусловленность* многих проблем его клиентов.

В индивидуальной терапии есть представление о человеке как о независимой единице. По выражению Николса и Шварца — *«в том числе и от собственной семьи»*. Семейная терапия смотрит на семью в целом. Рассматриваются как члены семьи, так и отношения между ними. Одним из значимых вкладов в семейную терапию стал системный подход.

Системный взгляд подразумевает, что:

1. Семья как система — больше, чем просто сумма её частей.
2. При влиянии на семью в целом, происходит влияние на каждый элемент внутри неё.
3. Изменение в одной части системы влияет на всю систему, а также на части, из которых она состоит.

К идее о том, что в семейной системе есть потребность в уравнивании сил, Хеллингера подтолкнула книга Ивана Бузормени-Наги «Невидимые связи». Одним из основных понятий этой теории является *лояльность*. Люди внутренне лояльны группе, которой они принадлежат. Существует также понятие семейной справедливости. Она соблюдается, если члены семьи соблюдают *баланс* — равновесие между тем, что получено и отдано. Баланс касается и отношений между родителями и детьми. Способ заплатить тут — трансгенерационный, все то, что мы получаем от наших родителей, мы передаем дальше, своим детям. В концепции Бузормени-Наги есть и понятие парентификации. Это ситуация, в которой дети становятся «родителями» для своих родителей. В своем роде это переворачивание базовых ценностей.

Семейная расстановка конкретизирует системные связи индивидуума и тем самым делает их доступными изменяющим действиям.

Некоторые основные элементы понятия порядка

Образ базового порядка (отец, мать, первый, второй, третий ребенок расположены по часовой стрелке в форме круга или полукруга) сложился у Хеллингера в результате многолетних наблюдений и опыта работы методом семейной расстановки. Он не «выдуман» или просто перенят, как думают некоторые. Я имела возможность в течение многих лет на разных курсах Хеллингера наблюдать этот процесс.

Другими важными элементами являются:

1. Признание иерархического порядка во «временной иерархии»: вошедший в систему ранее обладает приоритетом по отношению к вошедшему в нее позже. Этот порядок не содержит в себе оценки. То, что иерархически находится ниже, не является по этой причине менее ценным. Например, муж и жена: хотя муж в большинстве случаев занимает в семье первое место (стоит справа от жены), жена занимает равноценное место рядом с ним, но у нее другая задача. Если же у жены в семье особая роль и значение — например, она зарабатывает для семьи деньги, — то в этом случае она чаще всего стоит справа от мужа и занимает первое место, в то время как муж занимает равноценную позицию рядом с ней. Однако это не является жестким правилом, а следует из ощущений заместителей.

2. Отдавать должное. Первый заповедь гласит: почитай отца твоего и мать твою. Это означает внутреннюю позицию благодарности, а не обвинения по отношению к родителям. Нарушающий его, — сколь бы вескими ни были основания, — наказывает себя сам.

3. Полносоставность. Признание должны получить все, кто относится к системе.

4. Уравновешивание через действие совести (семейной, родовой и т. д.).

5. Динамика следования и взятия на себя страдания за другого.

6. Хорошее решение хорошо для всех.

Никто не может брать за счет других. Это означает необходимость отказа от следования за другим и страданий вместо другого члена системы.

Баланс «давать-брать». Для того, чтобы развиваться и адекватно функционировать, семья должна совершать обмены с окружающей средой. «Семья, будучи живой системой, обменивается с внешней средой энергией и информацией» (С. Минухин, Ч. Фишман, 1998, с. 28). Кроме того, аналогичные обмены существуют внутри семьи между подсистемами.

Обмены базируются на потребностях отдельных индивидов, подсистем и системы в целом и характеризуют протекающие в семейной системе равновесные процессы. Они напоминают «качели»: поступление стремиться уравновеситься отдачей, и чем больше объем отдаваемого и получаемого, тем «выше» они раскачиваются. Обмены чувствами, информацией, услугами — краеугольный камень существования системы, где разные индивиды

обладают разной способностью удовлетворять как свои, так и чужие потребности.

Проблемы в системе начинаются тогда, когда баланс между «давать» и «брать» нарушается. А.А. Шутценбергер, опираясь на работы I Boszormenyi-Nagy, пишет о понятии семейной справедливости. «Когда справедливость не соблюдается, это проявляется в неверии, эксплуатации одних членов семьи другими (иногда в бегстве, реванше, мести), даже в болезнях и повторяющихся несчастных случаях. И наоборот, когда справедливость соблюдается, существуют привязанность, взаимное уважение членов семьи... Можно говорить о «балансе семейных счетов» и «семейном гомеостазе», где видны кредит и дебет, долги, обязанности, заслуги. В противном случае мы имеем ряд проблем, повторяющихся из поколения в поколение» (А.А. Шутценбергер, 2001, с. 31).

Процессы, поддерживающие баланс семейной системы, можно прояснить посредством анализа следующих аспектов жизнедеятельности ее членов:

Что каждый из них «приносит» в семейную систему?

Что он/она «получают» в семье?

Какие внешние факторы поддерживают/дестабилизируют систему?

В семейных системах, где один из элементов получает выгоды за счет кого-либо другого без последующей компенсации, может аккумулироваться чувство вины, побуждающее кого-либо из членов семьи пытаться загладить допущенную несправедливость, чаще всего посредством неосознанных действий. Это один из вариантов развития дисфункции в семейной системе.

ТЕМА 1.3. РАБОТА С СИМПТОМОМ В ВОЗРАСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ КАК СПОСОБОМ ОРГАНИЗАЦИИ КОНТАКТА СО СРЕДОЙ

Цель – ознакомиться со спецификой работы с симптомом в возрастнопсихологическом консультировании.

Вопросы для рассмотрения:

1. Симптом как незавершенная задача возрастного развития.
2. Симптом как выражение любви. Симптом как выражение лояльности.
3. Симптом как индикатор решения.
4. Симптом, тайна и вина. Симптом как подмена прощания.
5. Симптом как защита при травме. Симптом как подмена признания.
6. Симптом как выражение перенятого чувства. Симптом как замена прежних партнеров родителей.
7. Симптом и примирение. Символическая работа с симптомом.

Основные понятия: симптом, среда, способ организации контакта.

Литература:

1. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков / Г.В. Бурменская [и др.]. – М.: МПСИ, 2007. – 480 с.

2. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия / Р. Кочюнас. – М. : Академический проект, ОППЛ, 2002. – 464 с.

3. Основы возрастнo-психологического консультирования / Т.Ю. Андрущенко [и др.]; под ред. А.Г. Лидерса. – М.: МГУ, 1991. – 80 с.

4. Хозиева, М.В. Практикум по возрастнo-психологическому консультированию / М.В. Хозиева. – М.: Академия, 2005. – 320 с.

5. Лысюк, Л.Г. Эмпирическая классификация случаев обращения клиентов к психологу-консультанту / Л.Г. Лысюк. // Психологія. – 2011. – № 3. – С. 70–83.

6. Олифирович, Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И. Олифирович. – Мн.: Тесей, 2005.— 264 с.

В основе психосоматического подхода лежит представление о связи тела и психики. О существовании такого рода связи знали очень давно. Об этом уже писали древнегреческие философы, рассуждая о природе болезни. Сократ говорит, что нет телесной болезни (болезнь) от души. Ему вторит Платон, утверждая, что нет отдельно болезней тела и болезней души. Оба считают, что болезнь и страдание – последствия неправильного мышления. Истинная причина болезни и страдания – всегда мысль, мысль ложная. Тело само по себе заболеть не может – оно лишь экран, проекция сознания. Поэтому нет смысла латать экран. Болезнь – это лишь выражение, форма «проблемы».

В современной традиционной медицине идея связи психики и тела представлена в выделении отдельного рода заболеваний – психосоматических. Это расстройства, обусловленные психологической причиной, но имеющие соматическое проявление. Круг этих заболеваний первоначально включал семь нозологических форм: бронхиальная астма, гипертоническая болезнь, стенокардия, язвенная болезнь 12-перстной кишки, язвенный колит, нейродермит, полиартрит. В настоящее время их уже значительно больше. Кроме того, в международной классификации психических заболеваний МКБ-10 выделяют соматоформные расстройства (ось F45), уже само название которых говорит о том, что они соматические по форме проявления, но психологические по происхождению. К ним относятся: соматизированное расстройство, ипохондрическое расстройство и целый ряд соматоформных вегетативных дисфункций – сердца и сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, дыхательной системы, мочеполовой системы и др. Как видно из текста, и психосоматические и соматоформные расстройства являются психологическими по происхождению, но соматическими по предъявлению жалоб. Важнейшей же их отличительной особенностью является то, что соматоформные расстройства функциональны, что позволяет работать с ними психотерапевтически, в то время как психосоматические расстройства имеют органические изменения со стороны органов и для их лечения применяются медицинские методы.

В психологии сложились следующие представления о психосоматическом симптоме:

Симптом – это остановленная эмоция. Не проявленная эмоция становится разрушительной на телесном уровне.

Симптом – это следствие длительного эмоционального напряжения низкой интенсивности. Симптом трансформирует ситуацию из острой в хроническую.

Симптом – это превращенная форма контакта, организующий фактор в поле «организм-среда». Любой симптом когда-то был творческим приспособлением, превратившись впоследствии в стереотипный, ограничивающий паттерн.

Симптом – это сплав ретрофлексии и соматической проекции отчужденных переживаний на определенную часть тела.

Работая с симптомом, гештальт-терапевт опирается на следующие идеи:

Холизма – идеи о целостности и взаимосвязанности: а) психического и соматического, б) организма и среды.

Феноменологии – обращения к миру внутренних феноменов клиента, его субъективных переживаний по поводу своих проблем и затруднений, позволяющий смотреть на них глазами клиента, обращаться к так называемой внутренней картине болезни.

Эксперимента – активного исследования и преобразования сложившихся способов взаимодействия клиента со средой с целью получения нового уникального опыта.

В норме процесс взаимодействия человека со значимыми для него фигурами внешнего мира осуществляется в следующей последовательности: ощущение – эмоция (чувство) – объект чувства –отреагирование. Например «Я злюсь на того-то». Как известно, чаще всего в основе образования психосоматического симптома лежит запрет на агрессию.

Учитывая вышесказанное о психосоматическом симптоме, можно представить следующий алгоритм работы с ним:

Четкое обозначение симптома, чаще всего проявляющегося в жалобах на боль, дисфункции конкретных органов и систем.

Осознание тождества личности и симптома (идея о целостности): «Симптом – это я...». Здесь происходит превращение частичной проекции в проекцию тотальную путем идентификации с симптомом. При этом происходит проявление и переживание клиентом проецируемых качеств, желаний, чувств.

Выведение симптома на границу контакта, текст от имени симптома: «Я головная боль...» (идея о феноменологии): «Расскажи, нарисуй, покажи свой симптом ...». Как только симптом выходит на границу контакта, он перестает быть статичным, начинает двигаться.

Анализ симптома как послания:

а) Какие потребности и переживания «застыли» в этом симптоме? К кому обращены эти слова?

б) Для чего этот симптом? От чего он удерживает, от каких действий, переживаний спасает? Симптом в гештальт-терапии рассматривается как способ саморегуляции, особая форма контакта, чаще всего не прямой, «рзкетный» способ удовлетворения потребности.

5) Поиски другого, прямого, более эффективного способа удовлетворения потребности (идея эксперимента).

6) Ассимиляция, проверка жизнью.

Еще одним важным моментом в работе с симптомом является его символическое значение. Симптом – это знак, межличностное послание, содержащее символическую информацию. В большей мере такой подход характерен для психоаналитически ориентированной терапии. Симптом рассматривается как зашифрованное символическое послание, одновременно как загадка и как разгадка проблемы. Задачей терапевта в данном случае является разгадать эту загадку симптома. Психоаналитически ориентированный терапевт использует для этого некоторые теоретические знания значений, приписываемые проблемным органам и частям тела. Так, например, заболевания сердца связывают с не реализованной враждебностью или неудовлетворенной потребностью во влажном контроле над ситуацией, язвенную болезнь связывают с непринятой для самовосприятия потребностью в защите и покровительстве и т.д.... Такой подход, на мой взгляд, имеет один существенный недостаток, суть которого в использовании универсальных значений, основанных на общечеловеческом опыте, закрепленных за конкретным органом, частью тела. Такая универсальность зачастую игнорирует индивидуальный опыт, личную историю человека. Психологическое же содержание симптома, кроме всего, субъективно. Поэтому использование универсальных символов может быть оправдано на этапе выдвижения гипотезы, требующей проверки в последующей работе с клиентом. Работа с психосоматическим симптомом все равно сводится к работе со всей личностью. Это проникновение в жизнь клиента с черного хода, так как начинается такая работа первоначально «про симптом», а потом все равно приходится работать «про жизнь». А эта работа никогда не бывает быстрой.