

О.П. Болотникова

О С Н О В Ы СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

*Учебно-методическое пособие
для студентов очной и заочной форм обучения
специальности 050707 «Педагогика
и методика дошкольного образования»*



Тольятти
ТГУ
2009

Федеральное агентство по образованию
Тольяттинский государственный университет
Педагогический факультет
Кафедра «Дошкольная педагогика и психология»

О.П. Болотникова

ОСНОВЫ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Учебно-методическое пособие
для студентов очной и заочной форм обучения
специальности 050707 «Педагогика
и методика дошкольного образования»

Тольятти
ТГУ
2009

УДК (316.3:159.9)(075.8)

ББК 88.4:88.5

Б79

Рецензент:

д.п.н., профессор кафедры дошкольной
педагогике Ульяновского государственного педагогического
университета им. И.Н. Ульянова *М.И. Богомолова*.

Б79 Болотникова, О.П. Основы семейного консультирования : учеб.-метод. пособие для студентов очной и заочной форм обучения специальности 050707 «Педагогика и методика дошкольного образования» / О.П. Болотникова. – Тольятти : ТГУ, 2009. – 54 с.

Учебно-методическое пособие включает материал по курсу «Основы семейного консультирования». В издании представлены теоретические основы семейного консультирования, рассмотрена специфика психологического консультирования как вида помощи семье, а также методы и техники семейного консультирования, описаны параметры семейной системы.

Пособие рекомендуется студентам психолого-педагогических специальностей и всем интересующимся вопросами оказания психологической помощи семье.

Рекомендовано к изданию методической комиссией педагогического факультета Тольяттинского государственного университета.

© Тольяттинский государственный университет, 2009.

ВВЕДЕНИЕ

Семья является важнейшим фактором в жизни человека. Именно в семье человек рождается на свет, познает впервые окружающий мир, получает огромное количество разнообразных впечатлений и эмоций, учится быть человеком.

Семейное неблагополучие сказывается на качестве жизни человека, приносит состояния напряжения и неудовлетворения, дискомфорта и тревоги. Естественно, человек пытается всеми силами исправить ситуацию, но не знает законов функционирования семейной системы, не может контролировать свои бессознательные импульсы, находится под воздействием отрицательных эмоций и дефицита психологических ресурсов, поэтому самостоятельно разрешить семейные проблемы оказывается не в состоянии. В такой период перед семьей встает необходимость обращения за помощью к психологу-консультанту.

Психологическая работа с семьей является сложной и многогранной, так как она предполагает охват нескольких клиентов, с каждым из которых нужно выстроить взаимодействие. При этом каждый из них отстаивает свою позицию, видит свой «идеальный» результат, противостоит другим или замыкается в себе. Оказание эффективной психологической помощи семье требует глубокой теоретической и практической подготовки.

Данное учебно-методическое пособие призвано помочь студентам разобраться в основах семейного консультирования. Данный курс осваивается студентами в 9 и 10 семестрах.

Задачи курса «Основы семейного консультирования»:

1. Ознакомление студентов с основными зарубежными и отечественными теоретическими концепциями и моделями семейного консультирования.
2. Освоение принципов психологической коррекции взаимоотношений в семье, практических методов, техник и приемов семейного консультирования.
3. Формирование у слушателей навыков использования знаний, полученных при прохождении курса, в будущей профессиональной деятельности.

На изучение дисциплины отведено 298 часов, из них: 72 часа — лекционные занятия, 72 часа — практические занятия, 154 часа — самостоятельная работа. В содержании курса выделены девять разделов.

№ п/п	Разделы	Количество часов			
		всего	Формы учебной работы		
			лекцион- ные занятия	практи- ческие занятия	самостоя- тельная работа
1	Теоретико-методологические и эмпирические основы семейного консультирования	30	6	6	18
2	Психологический анализ семейной системы	18	4	4	10
3	Психологическое консультирование как вид психологической помощи семье	22	6	6	10
4	Методы психологической работы с семьей	72	18	18	36
5	Добрачное консультирование	16	4	4	8
6	Консультирование по проблемам супружеских взаимоотношений	16	4	4	8
7	Консультирование по перинатальным проблемам	12	2	2	8
8	Консультирование по проблемам взаимоотношений родителей и детей	60	14	14	32
9	Консультирование семьи по специфическим проблемам	48	14	14	20

В результате освоения курса «Основы семейного консультирования» студенты должны иметь представление о современных подходах к семейному консультированию; знать теоретические положения семейного психологического консультирования, направления консультативной помощи семье, принципы и методы оказания психологической помощи семье; иметь навыки диагностики ведущих проблем и характеристик семейной системы, анализа проблем конкретной семьи и оценки возможностей применения техник и приемов семейного консультирования.

Пособие охватывает четыре раздела курса. Первая глава пособия посвящена теоретико-методологическим основам семейного консультирования. В ней рассмотрена история возникновения семейного

консультирования, сопоставлены понятия «консультирование» и «психотерапия», описаны модели психологической помощи семье и базовые подходы семейного консультирования.

Во второй главе семья рассматривается как семейная система. В ней представлены исторические модели семьи, описаны ее характеристики, такие как функции и структура семьи, ее жизненный цикл.

Третья глава раскрывает специфику психологического консультирования как вида психологической помощи семье, рассматривает цели и задачи семейного консультирования, показатели психологического пространства консультирования, важность построения консультативного контакта, принципы и этапы проведения консультативного процесса.

Четвертая глава посвящена беседе как основному методу психологического семейного консультирования и описанию консультативных техник. В главе представлены техники построения невербального контакта, нерефлексивного и рефлексивного слушания и техники воздействия.

После каждой главы предлагаются вопросы для самоконтроля и задания, которые позволят более глубоко освоить материал.

Автор пособия выражает благодарность своим коллегам за внесенные предложения, рекомендации и оказанную поддержку в разработке данного пособия и надеется, что оно поможет студентам в процессе изучения дисциплин, связанных с оказанием помощи семье, и будет способствовать повышению уровня профессиональной подготовки.

1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

1.1. История семейного консультирования

Семейное психологическое консультирование — достаточно молодой вид помощи семье. Начало развития семейного консультирования положено преимущественно западными психологами и психотерапевтами и происходит из практики семейной психотерапии. В 30–40-х гг. XX века в работе с семьями акцент с психических нарушений личности сместился на проблемы общения и жизни супругов. Психоаналитики начали использовать формы совместной работы как в сфере супружеских, так и детско-родительских отношений. Развивалась теория коммуникаций. Н. Аккерман разработал системный подход к объяснению человеческого поведения. Дж. Боулби была создана теория привязанности. В. Сатир разработала совместную семейную психотерапию. Все это повлияло на развитие семейного консультирования. И как самостоятельная область психологической помощи семейная терапия оформилась в 60-х гг. XX века [24].

В России основоположником семейной терапии является И.В. Мажаревский, считавший необходимым проводить специальную работу с родственниками психически больных детей и подростков. Интенсивное развитие семейной психотерапии в нашей стране началось в конце 1960-х — начале 1970-х гг. В 70-х гг. XX века психологическая помощь семье оказывалась в психологических центрах, службах знакомств, центрах психолого-педагого-социальной поддержки и реабилитации детей и подростков, школьной психологической службе, специализированных кризисных центрах, женской консультации и психологических кабинетах, учреждениях здравоохранения и пр. Отдельным направлением психологической помощи семье стало информирование через СМИ и заочное консультирование. Каждое учреждение и каждая форма работы решали собственные задачи, обеспечивая оптимизацию различных аспектов функционирования семьи [19].

Значительную роль в становлении отечественной семейной психотерапии и семейного консультирования сыграли ученые А.А. Бодалев, А.Я. Варга, А.И. Захаров, А.Е. Личко, Т.М. Мишина, А.С. Спиваковская, В.В. Столин, Э.Г. Эйдемиллер и др.

Э.Г. Эйдемиллер выделяет *три основных этапа* в развитии отечественной семейной психотерапии [25].

1) «Психиатрический» этап. Семья рассматривается как совокупность входящих в нее индивидуальностей. При проведении терапии

необходимо учитывать индивидуальные характеристики и на их основе выработать рекомендации для семьи в целом и для каждого ее члена.

2) **«Психодинамический» (психоаналитический) этап.** В центре терапии находились «сформированные в детском возрасте неадекватные модели поведения, переносимые впоследствии личностью в супружеские и детско-родительские отношения в собственной семье».

3) **Этап системной психотерапии.** Создается концепция патологизирующего семейного наследования (Э.Г. Эйдемиллер), синтезируется системный подход и психология отношений (В.Н. Мясищева).

Несмотря на такое бурное развитие, практике семейного психологического консультирования пришлось столкнуться с рядом проблем, большинство из которых являются актуальными и до сегодняшнего дня. Одна из них – разобщенность учреждений, оказывающих помощь семьям. Существует противостояние между отдельными направлениями оказания самой психологической помощи, не говоря уже о противостоянии психологии, медицины и религии.

Также стоит сказать о низкой психологической культуре населения. Люди, испытывающие проблемы разного характера, часто склонны скорее обратиться за помощью к экстрасенсу, гадалке, которые пообещают избавить от всех забот за «умеренную» плату, чем определенное время ходить на консультации, тем более всей семьей, и осуществлять психологическую работу над собой. Сюда также стоит отнести мифы о специфике психологической работы, существующие у людей, сопротивление при обращении за помощью из-за боязни проявить родительскую или супружескую некомпетентность и многие другие аспекты, вытекающие из низкой информированности населения о психологической помощи.

Отдельно нужно выделить кадровую проблему. Если раньше специалистов нужной квалификации было недостаточно, то сейчас остро стоит вопрос оплаты труда. Из-за этого психологическая помощь распространена преимущественно в больших городах и доступна далеко не каждому. В государственных центрах часто работают совместители и консультанты, набирающиеся опыта и нарабатывающие стаж.

1.2. Семейное консультирование и семейная терапия

История семейной психотерапии и история семейного консультирования тесно переплетены и взаимообусловлены. Они используют одинаковые методы воздействия. Это дает основание считать семейное консультирование разновидностью семейной психотерапии, имеющей отличительные признаки, границы и объем вмешательства [25]. Не менее тесно к консультированию и терапии примыкает психокоррекция. Выделение всех этих терминов связано с положением о том,

что в России психотерапией имеет право заниматься специалист, имеющий высшее медицинское образование, поэтому стало необходимо разделение сфер деятельности.

Психотерапия («лечение души») рассматривается как особый вид межличностного взаимодействия, при котором пациентам, страдающим от болезни, оказывается профессиональная помощь психологическими средствами в решении связанных с ней психологических проблем.

Можно говорить о психотерапии в медицинском, социологическом, психологическом и философском аспектах. В *философском* аспекте психотерапия выступает как определенный вид общения между людьми, в *социологическом* – как инструмент социального контроля и манипуляции сознанием и поведением людей, в *психологическом* – как метод психологического воздействия, обеспечивающий личностный рост, развитие и научение личности. В *медицинском* аспекте психотерапия – это система лечебного воздействия на психику больного и через психику – на соматическое состояние и функционирование организма, а также на психологические проявления человека.

Психотерапия фокусируется на серьезных проблемах, связанных с внутриличностными конфликтами. Для нее характерны:

- 1) преимущественное обращение к прошлому, а не к настоящему;
- 2) акцент на понимании, а не на изменении;
- 3) отстраненность психотерапевта;
- 4) позиция терапевта в роли эксперта [5].

Психокоррекция – это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия [2].

Психологическое консультирование рассматривается как особый вид социального и межличностного воздействия, направленного на оказание психологической помощи клиенту, в котором специально обученный, компетентный и обеспеченный соответствующими социальными полномочиями консультант помогает клиенту в разрешении его проблем и трудностей психологического характера. 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 [3].

Таким образом, различия между данными понятиями весьма условны. Р. Кочюнас указывает, что консультирование от психотерапии отличаются следующие характеристики. Консультирование ориентировано:

– на клинически здоровую личность. Клиент имеет психологические трудности, жалобы невротического характера, стремление к самопознанию и саморазвитию;

- здоровые стороны личности независимо от степени нарушения;
- чаще на настоящее и будущее клиентов;
- краткосрочную помощь;
- проблемы, возникающие во взаимодействии личности и среды;
- ценностное участие консультанта, хотя отклоняется навязывание ценностей клиентам;
- изменение поведения и развитие личности клиента [11].

1.3. Модели консультативной помощи семье

Виды консультативной психологической помощи семье многообразны. Они различаются по целям и задачам, а также характеру оказываемой помощи. Эти различия формируют модели помощи, которые опираются на определенные теоретические базы и используют соответствующие методы работы. Анализируя существующие наработки, И.Г. Малкина-Пых выделяет следующие модели помощи семье: педагогическая, диагностическая, социальная, медицинская, психологическая.

Педагогическая модель базируется на гипотезе недостаточной педагогической компетентности родителей и предполагает оказание им помощи в воспитании детей. Такой вид помощи направлен прежде всего на ребенка. Консультант анализирует вместе с родителями сложившуюся ситуацию и вырабатывает программу мер, направленных на ее изменение. Он может давать советы, задания, проверять их выполнение. По своей профессиональной подготовке и ориентации консультанты, работающие в этой модели, – педагоги и социальные работники, реже – психологи.

Диагностическая модель основывается на предположении о дефиците специальных знаний у родителей, которые позволили бы им принять правильное решение, и предполагает оказание помощи в виде выяснения психологического диагноза. Объектом диагностики в этом случае являются дети и подростки. Помощь оказывается чаще в виде рекомендаций.

Социальная модель помощи предполагает, что семейные трудности – результат неблагоприятных обстоятельств, и помимо анализа жизненной ситуации и рекомендаций предполагает непосредственное вмешательство в эти обстоятельства жизни клиентов. Такого рода помощь оказывается службой знакомств, центром социального обслуживания населения и пр.

Медицинская модель помощи предполагает, что в основе семейных трудностей лежат болезни, болезненные состояния или болезненное развитие личности. Соответственно, усилия специалистов направлены на излечение этой болезни, реабилитацию больных, адаптацию здоровых членов семьи к особенностям больных.

Психологическая (психотерапевтическая) модель помощи основывается на том, что причины тех или иных проблем или неблагополучий в семье лежат либо во внутрисемейном общении, либо в личностных особенностях членов семьи. И то и другое рассматривается как следствие развития членов семьи и семьи в целом.

Психологическая помощь предполагает анализ семейной ситуации клиента и его личности и создание на его основе «диагноза», который позволяет психологу-консультанту, психотерапевту помочь семье и ее членам. Эта помощь состоит в том, чтобы разорвать порочный круг, в котором конфликты порождают дезадаптивные черты членов семьи, а те, в свою очередь, порождают конфликтное общение. Специалист пытается усилить внутренние ресурсы семьи в целом и ее членов, необходимые им для того, чтобы самим справляться с возникающими затруднениями.

Психологическая (психотерапевтическая) модель помощи используется прежде всего в работе психологов, психиатров, психотерапевтов.

Психологическая модель основывается на следующих положениях:

- 1) индивидуальный подход;
- 2) использование методов психологического воздействия, опирающихся на личностные ресурсы клиента и консультанта и на психотерапевтический потенциал общения в процессе индивидуального или группового консультирования;
- 3) использование потребности в помощи, обеспечивающее более высокую мотивацию к работе;
- 4) профессиональный характер помощи, которая основывается на профессиональной подготовке в области индивидуального и семейного консультирования, индивидуальной или групповой психотерапии, в области психологии развития, психологии личности, социальной и медицинской психологии и других специальных дисциплин.

Таким образом, психологическая модель консультативной помощи предполагает установление контакта со здоровым клиентом, который испытывает неблагополучие в семейной жизни, нуждается в помощи и просит о ней. Помощь может оказываться индивидуальному клиенту, предбрачной паре, супругам или родителям, семье в целом, ребенку. Психологическая модель помощи направлена на создание психологических условий для полноценного личностного развития, общения, жизни в целом обратившихся за помощью [13].

1.4. Теоретические основы семейного консультирования

Существуют различные классификации теоретических оснований семейного консультирования и терапии. Исходя из классических школ психологической науки, можно говорить о следующих подходах [10, 13, 19, 24, 26].

Психоаналитический подход (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер). В центре внимания – детско-родительские отношения, определяющие развитие личности и успешность ее семейной жизни в будущем. Единица анализа – личность в ее отношениях с партнером. Предполагается, что в брачно-супружеских отношениях клиенты неосознанно стремятся к повторению базовых моделей отношений с собственными родителями. Симптомы трудностей супружеских отношений рассматриваются как проявление прошлых неразрешенных конфликтов и подавленных влечений в отношениях с родителями. Психологическая работа ориентирована на реконструкцию и воссоздание прошлого, осознание вытесненного и подавленного, достижение личностью автономии.

Бихевиоральный подход (Б. Skinner, А. Бандура) изучает личность в отношениях и взаимодействиях с членами семьи. Акцент переносится на умение разрешать проблемные ситуации и формирование специальной исполнительской компетентности (навыков коммуникации и разрешения проблемных ситуаций). Аспект возникновения проблемы в рамках поведенческого консультирования оказывается незначимым. В центре – ошибочное поведение и действия членов семьи, которые выступают препятствием на пути решения проблемных ситуаций. Основными механизмами формирования неправильного поведения, приводящего к семейным проблемам, признаны неадекватные социальные модели поведения в семье, неэффективный контроль и подкрепления. Поэтому работа семейных поведенческих психотерапевтов ориентирована на детско-родительские отношения.

Феноменологический подход (В. Сатир, Т. Гордон) в качестве единицы анализа рассматривает личность в семейной системе, основываясь на принципе «здесь-и-теперь». Он требует сосредоточенности на происходящих в настоящий момент событиях в семье с целью достижения высокого уровня их прочувствования и переживания. Реальность общения и взаимодействия как системы вербальных и невербальных эмоционально нагруженных коммуникативных актов составляет предмет психологического анализа и психотерапевтического воздействия. Выявление содержания, правил построения, воздействия коммуникации на жизнь семьи в целом и на каждого из ее членов составляет содержание работы с семьей. Формирование коммуникативной компетентности, навыков открытого эффективного общения, повышение

сенситивности к своим чувствам и состояниям и чувствам партнера, амплификация переживания настоящего составляют главные задачи семейной психотерапии в рамках данного подхода.

Семейная психотерапия, основанная на опыте (К. Витакер, В. Сатир), делает акцент на личностном росте, достижении автономии, свободе выбора и ответственности как цели психотерапии. Дисфункция семьи производна от нарушений личностного роста ее членов и сама по себе не должна быть мишенью воздействия. Межличностные отношения и взаимодействия составляют условия для личностного роста тогда, когда коммуникация оказывается открытой и эмоционально насыщенной. Причины возникновения трудностей в коммуникации оказываются незначимыми, работа концентрируется на пересмотре убеждений и ожиданий, стимулировании их изменений.

Системный подход (М. Сельвини Палаццони, К. Маданес, Л. Босколо) рассматривает семью как целостную систему. В качестве основных ее характеристик выделяются структура семьи, распределение ролей, главенства и власти, границы семьи, правила коммуникации и повторяющиеся ее паттерны как причины семейных трудностей, которые прежде всего усматриваются в дисфункциональности семьи и разрешаются в реорганизации семейной системы.

Структурная семейная психотерапия (С. Минухин, Б. Розман, Ч. Фишман). Семья выступает как система, стремящаяся к сохранению и развитию отношений. В своей истории семья последовательно и закономерно проходит через ряд кризисов, каждый из которых требует реорганизации и перестройки семейной системы. Семья рассматривается как базисная система, включающая три подсистемы: супружескую, родительскую и сиблинговую. Границы системы и каждой из подсистем представляют собой правила, определяющие, кто и как участвует во взаимодействии. Границы могут быть ригидными или гибкими, что влияет на проницаемость систем. Излишняя гибкость приводит к диффузии границ, т. е. к нечеткости паттернов взаимодействия, и делает семейную систему или подсистему уязвимой для вмешательства извне. Это приводит к утрате членами семьи автономии и способности самостоятельно решать свои проблемы. Чрезмерно ригидные границы затрудняют контакты семьи с внешним миром, делают ее изолированной, разобщенной, с ограниченными возможностями контактов и взаимной поддержки. Дисфункция семьи определяется как неспособность семьи удовлетворить потребности всех ее членов, что находит отражение в симптоматическом поведении кого-либо из них. Нарушения поведения и эмоционально-личностные нарушения одного из членов семьи, согласно структурной семейной психотерапии, есть индикатор дисфункции семьи как единого целостного

организма. Внимание терапевта центрируется на происходящих в семье процессах в настоящее время, без далеких экскурсов в прошлое. Путь преодоления проблем семьи — в изменении неадекватных паттернов транзакций, расшатывании старой семейной системы и установлении новых границ, обеспечивающих равновесное ее функционирование.

Стратегическая семейная психотерапия (Д. Хейли, К. Маданес, П. Пэпи) представляет собой интеграцию проблемно-ориентированной терапии с теорией коммуникаций и теорией систем. Единицей анализа здесь выступает семья как целостная система, стремящаяся к сохранению гомеостаза и паттернов взаимодействия. Акцент переносится на настоящее, работает принцип «здесь-и-теперь», поскольку дисфункция системы поддерживается текущими интеракциями. Роль терапевта активна, в процессе работы он предлагает членам семьи директивы или задания двух видов — позитивные, если сопротивление семье изменениям невелико, и парадоксальные, поощряющие симптоматическое, т. е. неадекватное, поведение членов семьи, если сопротивление велико и выполнение негативных заданий, скорее всего, будет заблокировано. Широкое использование метафор в работе с семьей способствует установлению аналогии между событиями и действиями, которые, на первый взгляд, не имеют между собой ничего общего. Метафорическое осмысление семейной ситуации позволяет выделить и увидеть сущностные характеристики семейного процесса.

Трансгенерационный подход (М. Боуэн, Д. Фрамо) направлен на интеграцию идей психоанализа и теории систем. Единицей анализа выступает целостная семья, в которой отношения между супругами строятся в соответствии с семейными традициями родительской семьи и усвоенными в детстве моделями взаимодействия. Выбор партнера и построение отношений между супругами и родителей с детьми основывается на механизме проекции чувств и ожиданий, сформировавшихся в прежних объектных отношениях с родителями, и попытке «подогнать» актуальные отношения в семье к интернализированным ранее моделям семейного поведения. В качестве семейной системы в подходе рассматривается межпоколенная семья, а трудности семейного функционирования связываются с низким уровнем дифференциации и автономизации личности от семьи по рождению. Процессы дифференциации личности, триангуляции как формирования треугольника отношений и семейного проективного процесса, согласно теории Боуэна, определяют возникновение проблем семьи и открывают пути для их разрешения.

Интегративная модель (Д. Олсон, А.В. Черников) объединяет пять групп идей о семейной системе. Она показывает, что на семейную систему можно взглянуть с точки зрения ее структуры, коммуникаций,

стадий развития жизненного цикла семьи, семейной истории и функций в ней проблемного поведения и симптомов. Целью терапии является помощь в переструктурировании дисфункциональной семейной организации, а не устранение симптомов. Предполагается, что изменение семейной структуры повлечет за собой редукцию проблем.

Анализируя структуру конкретной семьи, необходимо:

- описывать некоторые инвариантные, относительно стабильные характеристики системы, касающиеся прежде всего ее строения и взаимоотношения элементов;
- анализировать процессы в семье в настоящий момент;
- учитывать проблемы изменения и трансформации семейной системы;
- изучить, как система пришла в данную точку своего развития;
- показывать логику проблем и дисфункций семейной системы, их взаимосвязь с другими ее параметрами.

Этим пяти задачам и отвечают пять параметров интегративной модели, являющихся основными ее составляющими.

Анализ имеющихся подходов и условий развития практики помощи семье показывает преобладание зарубежных ученых в области семейного консультирования. Тем не менее отечественные исследователи заложили значительные теоретические основания для создания комплексной консультативной технологии работы с семейной системой.

Ю.Е. Алешина разработала структурированную модель анализа деятельности психолога в процессе консультирования. Л.Я. Гозман проанализировал информацию по психологии эмоциональных отношений как основе семейной жизни. Э.Г. Эйдемиллер на основе синтеза системной, игровой терапии и семейного консультирования разработал подход к осуществлению семейной психотерапии, описал нарушения воспитания в семье и разработал диагностическую методику «Анализ семейных взаимоотношений». А.Е. Личко изучил влияние типов характера на семейные взаимоотношения, предложил основы для разработок программ воздействия с учетом индивидуальных различий применительно к каждому типу характеров. А.С. Спиваковская и А.И. Захаров заложили основы системного понимания проблем, которые приводят к возникновению детских неврозов, разработали техники их профилактики и коррекции. Н.Н. Обозов описал классификацию типов клиентов и консультантов, разработал рекомендации по организации консультативной работы.

Представленные направления не описывают всех имеющихся на современном этапе развития психологии подходов к работе с семьей и тем более не охватывают точек зрения всех авторов. Но они позволяют рассмотреть основные достижения психологической науки в области оказания помощи семье.

4. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования : учеб. пособие для студ. вузов / Е.И. Артамонова [и др.] ; под ред. Е.Г. Силяевой. — М. : Академия, 2002. — 192 с.
5. Черников, А.В. Системная семейная терапия: интегративная модель диагностики / А.В. Черников. — М. : Независимая фирма «Класс», 2005. — 208 с.
6. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. — СПб. : Питер, 1999. — 656 с.

2. СЕМЬЯ КАК СУБЪЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Рассмотрению семейной системы как единицы психологического анализа посвящены труды С.И. Голода, В.Н. Дружинина, Е. Дюваля, О.А. Карабановой, С. Минухина, Г. Навайтиса, Д. Олсона, Н.Я. Соловьева, Ч. Фишмана, Э.Г. Эйдемиллера и др. и целая отрасль психологической науки, называемая психологией семьи. В рамках данного пособия мы не будем заниматься анализом и сопоставлением точек зрения разных авторов, а напомним наиболее распространенные представления о семье, ее функциях, динамике и параметрах семейной системы.

2.1. Определение семьи. Модели семьи

Семья – это малая социальная группа, являющаяся важнейшей формой организации личного быта. Семья основана на супружеском союзе и родственных связях и предполагает отношения между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими совместное хозяйство [23].

Брак и семья – общественные формы регулирования отношений между людьми, состоящими в родственных связях. Эти понятия близки, но нетождественны. Брак – исторически обусловленный социальный институт, который регулирует отношения между мужчиной и женщиной, устанавливает их права и обязанности по отношению друг к другу и к их детям. Брак является основой формирования семьи [10].

Выделяются три исторических типа семьи: патриархальный (традиционный), детоцентристский (современный), супружеский (постсовременный).

Патриархальный тип семьи базируется на жесткой половозрастной субординации и отсутствии личностной избирательности на всех стадиях жизненного цикла семьи. Патриархальная семья основана на отношении доминирования – подчинения: авторитарной власти мужа, зависимости жены от мужа и детей от родителей, абсолютной родительской власти и авторитарной системе воспитания.

Детоцентристский тип семьи основан на приоритетности ее воспитательной функции, относительном равноправии супругов, высокой близости отношений как супругов, так и родителей и детей. Детоцентристская семья – малодетная. Ребенок в семье желанный и ожидаемый. Детско-родительские отношения характеризуются любовью и привязанностью.

Супружеский тип семьи — это прогрессивный тип семьи, где на первый план выступает забота о развитии каждого из супругов и детей как автономной личности в системе эмоционально насыщенных, интимных, симметричных, содержательно-духовных отношений в семье. Главная ценность такой семьи — это личностный рост и самореализация всех ее членов [6].

Современная семья характеризуется следующими особенностями.

1. Особая роль родительства. Правовую, материальную и морально-нравственную ответственность за детей родители несут вплоть до совершеннолетия, а часто и до завершения высшего образования.

2. Любовь, эмоциональное принятие и поддержка являются основой супружеского союза.

3. Открытость семейной системы. В современном обществе легко заключить и расторгнуть брак.

4. Переход от расширенной (многопоколенной) семьи к нуклеарной (двупоколенной).

5. Переход от многодетной к малодетной семье.

6. Диспропорция в продолжительности жизни мужчин и женщин и, как следствие, преобладание женского населения в пожилом возрасте.

7. Увеличение числа разводов.

8. Рост числа детей, воспитывающихся без семьи или в условиях депривации общения с родителями и близкими взрослыми (сироты, воспитанники интернатов, круглосуточных детских садов, беспризорники и т. д.).

9. Демократизация отношений в семье. Переход от жесткой фиксации ролей к взаимозаменяемости супругов, партнерству, помощи и взаимной поддержке.

10. Рост числа несовершеннолетних родителей.

11. Рост числа преступлений на семейно-бытовой почве.

12. Увеличение числа бездетных семей, где бездетность — сознательный выбор супругов.

13. Появление «двухкарьерных» семей, где оба супруга ставят перед собой задачи профессиональной карьеры, роста и самореализации [10].

Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис, основываясь на опыте психологической помощи семье, указывают на то, что российская семья в современных условиях характеризуется:

— высокой степенью материальной, психологической, эмоциональной зависимости членов семьи друг от друга;

— спутанностью, недостаточной дифференцированностью и согласованностью семейных ролей;

– дистанцированностью и низкой эмоциональной включенностью мужа в жизнь семьи;

– борьбой за власть между поколениями вследствие совместного проживания и неясности границ семейной системы [25].

Таким образом, семья – это историческое явление, претерпевающее изменение в процессе развития общества. Важнейшими характеристиками семьи являются ее функции, структура и динамика.

2.2. Функции, структура и динамика семьи

Функция семьи – это жизнедеятельность семьи, связанная с удовлетворением определенных потребностей ее членов [13].

Выделяются следующие функции семьи:

1. **Воспитательная функция** предполагает удовлетворение индивидуальных потребностей мужчин и женщин в отцовстве и материнстве, в воспитании детей и в построении контактов с ними, в реализации себя через детей.

2. **Хозяйственно-бытовая функция** заключается в удовлетворении материальных потребностей членов семьи, что способствует сохранению их соматического здоровья и восстановлению физических сил.

3. **Эмоциональная функция** – это удовлетворение потребности в симпатии, уважении, признании, поддержке, психологической защищенности.

4. **Функция духовного (культурного) общения** предполагает удовлетворение потребностей в развитии и в совместном проведении досуга.

5. **Функция первичного социального контроля** обеспечивает выполнение социальных норм.

6. **Сексуально-эротическая функция** заключается в удовлетворении сексуальных потребностей и обеспечивает деторождение.

Функции в семье являются комплексными и изменяются в зависимости от жизненного цикла семьи и социальных условий.

Семья, которая выполняет все свои функции и удовлетворяет все потребности как отдельных членов, так и семьи в целом, называется **нормально функционирующей**. Семья, в которой выполнение функций нарушено и это препятствует личностному росту и самоактуализации членов семьи, называется **дисфункциональной**. Причины дисфункции в семье очень многообразны [26].

Структура семьи – это состав ее членов, а также совокупность их взаимоотношений [13]. Структура семьи предполагает рассмотрение семейных подсистем различного уровня: семейная система в целом, родительская, детская, индивидуальная подсистемы [16]. В качестве основных параметров семейной структуры Д. Олсон рассматривал

сплоченность, иерархию, гибкость, внешние и внутренние границы, ролевую структуру, а также характер структурных проблем [24].

Анализируя структуру, важно узнать у членов семьи, кого каждый из них считает ее членом. Иногда встречаются разногласия мнений членов семьи о ее составе. Особенно в разведенных семьях и в повторных браках.

Ключевыми для описания структуры семейных взаимоотношений являются сплоченность и иерархия.

Сплоченность — это эмоциональная связь, близость или привязанность членов семьи. **Иерархия** характеризует отношения доминантности и подчинения в семье. Термин **граница** используют при описании взаимоотношений между семьей и социальным окружением, а также между различными подсистемами внутри семьи [24]. Семейные границы могут быть выражены через правила, которые определяют, кто принадлежит данной системе или подсистеме и каким образом они ей принадлежат. Согласно структурной теории дисфункцию системы задают крайние варианты: слишком жесткие или слишком размытые. Если внешние границы слишком жесткие, то в системе наступает застой, происходит мало обменов между семьей и окружением. Если границы системы слишком слабые, то у членов семьи оказывается много связей с внешней средой и мало — между собой. Изменение качества границ в семье является одной из основных целей структурной семейной терапии [16].

Авторы предлагают различные описания структуры семьи.

Так, А.Е. Личко классифицирует семьи по структурному составу и функциональным обязанностям. По структурному составу выделяются полные, неполные и искаженные (наличие отчима или мачехи) семьи. А.И. Антонов и В.М. Медков выделяют нуклеарные и расширенные семьи, а также описывают сложносоставные семьи, основанные на повторном браке. По функциональным особенностям семьи могут быть гармоничными и дисгармоничными.

Основываясь на критерии власти, А.И. Антонов и В.М. Медков разделяют патриархальные, матриархальные и эгалитарные семьи [13].

С. Минухин, Ч. Фишман предлагают выделять семьи «па-де-де» (состоящие из двух человек), семьи, состоящие из нескольких поколений, семьи с делегированием полномочий, семьи-«аккордеоны» (с долго отсутствующим родителем), бродячие семьи, опекунские семьи, семьи с приемными родителями, семьи с «привидением» (пережившие смерть или уход одного из членов), неуправляемые и психосоматические семьи [16].

Одной из наиболее известных структурных моделей является **циркулярная модель Д. Олсона**. Она включает в себя две основные оси:

сплоченность и *гибкость*, которые задают тип семейной структуры, и один дополнительный параметр – *коммуникацию*. Гибкость – это количество изменений в семейном руководстве, семейных ролях и правилах, регулирующих взаимоотношения. Выделяя уровни сплоченности и гибкости, Д. Олсон описывает шестнадцать типов супружеских или семейных систем. Из них четыре являются сбалансированными типами структур, восемь – среднесбалансированными (сбалансированными по одной шкале) и четыре несбалансированных по обоим параметрам типа.

Супруги и семьи сбалансированных типов функционируют более адекватно, чем несбалансированные типы. Сбалансированные семьи могут приближаться к крайним проявлениям сплоченности и гибкости в отдельные периоды жизненного цикла семьи, но застревание в этих позициях ведет к возникновению психологической проблематики у членов семьи. Навыки эффективной коммуникации (эмпатия, умение слушать, навыки самораскрытия, ведения переговоров и т. д.) помогают поддерживать равновесие по шкалам сплоченности и гибкости. Несбалансированные типы семей отличаются обедненной коммуникацией.

Изменения в структуре семьи могут накапливаться постепенно, а могут происходить скачкообразно, например под влиянием кризиса. Эти изменения могут происходить спонтанно или быть запланированными посредством переговоров членов семьи.

Нормы сплоченности и гибкости семейных систем у разных этнических групп могут отличаться

Вступая в брак, супруги часто воспроизводят структурный тип семейной системы, который был в их родительских семьях, или иногда пытаются создать противоположный. Если супруги происходят из совершенно разных семейных систем или предпочитают другие типы семейных динамик, им будет труднее создать совместный стиль взаимоотношений.

Нарушения структуры семьи препятствуют выполнению семьей своих функций. А.В. Черников описывает такие типы дисфункциональных семейных структур, как структуры, содержащие аутсайдеров или основывающиеся на дисфункции одного из членов, структуры, в которых присутствуют скрытые или межпоколенные коалиции, структуры с перевернутой или несбалансированной иерархией.

Циркулярная модель Д. Олсона позволяет интегрировать системную теорию с процессами развития и прохождения семьей своего жизненного цикла [24].

Жизненный цикл (или динамика) семьи – это изменение структуры и функций семьи в зависимости от этапов жизнедеятельности [26].

Существует большое количество классификаций стадий жизни семьи. Одна из них предложена Б. Картер и М. Макголдрик. Критериями данной периодизации являются: 1) жизненные цели; 2) задачи, реализуемые для достижения этих целей; 3) состав; 4) переходы с одной стадии на другую в соответствии с новыми жизненными установками семейной системы (нормативные кризисы семьи). Существуют два сценария развития семьи на каждой из стадий жизненного цикла: благополучия и неблагополучия, предполагающие, соответственно, успешное разрешение или неспособность решения супругами стоящих перед ними задач. Между этими двумя сценариями располагаются огромное количество индивидуальных траекторий развития семьи, определяющих степень ее гармоничности и эффективности функционирования. Решение задач каждой последующей стадии определяется успешностью решения задач стадии предыдущей.

Жизненный цикл семьи включает шесть стадий.

Стадия 1. Добрачный период, или «время монады». Цель первой стадии – достижение эмоциональной и экономической самостоятельности личности, принятие ответственности за себя и свою судьбу.

Задачи стадии: 1) эмоциональная дифференциация Я от семьи родителей, приобретение независимости; 2) развитие интимности межличностных отношений, способности любить и быть любимым в межличностных отношениях с противоположным полом, поиск брачного партнера; 3) становление Я личности через приобретение профессии и достижение экономической независимости.

Стадия 2. Образование новой семейной пары, или «время диады». Цель стадии: формирование новой семейной системы на основе заключения брака. Вторая стадия предполагает решение следующих задач: 1) выработка и согласование общих семейных ценностей и семейного уклада; 2) решение вопросов лидерства; 3) распределение ролей, принятие ответственности супругов за их выполнение; 4) определение финансово-экономического статуса семьи, организация семейного бюджета, решение территориальной проблемы семьи (проблемы проживания); 5) организация досуга; 6) брачно-семейная адаптация супругов как приспособление к жизни в семье; 7) формирование семейного самосознания «Мы», выработка общей позиции в отношении будущего семьи, планирование основных жизненных целей; 8) установление отношений с расширенной семьей (родителями и родственниками каждого из супругов).

Стадия 3. Семья с маленькими детьми (до подросткового возраста). Цель стадии: начало реализации функции воспитания детей, расширение семейной системы с включением в нее новых членов.

Задачи третьей стадии: 1) изменение структурно-функционального строения семьи с формированием супружеской и родительско-детской подсистем; 2) формирование родительской позиции матери и отца; 3) адаптация семейной системы к включению детей; 4) выработка стратегии, тактики и методов воспитания, их реализация; 5) установление новых отношений с расширенной семьей с включением для прародителей ролей бабушек и дедушек.

Стадия 4. Семья с детьми подросткового возраста. Цель четвертой стадии – развитие семейной системы с учетом растущей независимости детей и включение заботы о старшем поколении (прародителях). Задачи: 1) пересмотр системы детско-родительских отношений в направлении признания права подростков на взрослость и предоставление им независимости и самостоятельности; 2) забота о старшем поколении семьи (прародителях); 3) принятие поколением супругов полной меры ответственности за благополучие расширенной семьи и изменение характера отношений; 4) решение задач возрастного развития, перефокусирование личности на преодоление кризиса середины жизни, успешное разрешение задач личностного развития и самоактуализации, профессионального и карьерного роста.

Стадия 5. Период отделения детей, приобретающих взрослый статус, или семья со взрослыми детьми. Цель – формирование гибкой семейной системы с открытыми границами. Задачи стадии: 1) реконструкция семейной системы как диады; 2) формирование новой системы отношений между родителями и детьми по типу «взрослый–взрослый»; 3) включение в семейную систему новых членов; 4) освоение новых семейных ролей; 5) повышенная забота о старшем поколении, принятие недееспособности и возможной смерти родителей.

Стадия 6. Семья после отделения детей. Цель шестой стадии – перестройка системы отношений поколений в рамках расширенной семьи с учетом реалий возрастных изменений. Задачи: 1) сохранение прежних индивидуальных интересов, видов активности и форм взаимодействия и функционирования в супружеских парах; 2) изучение новых возможностей выполнения социальных и семейных ролей; 3) поддержка центральной роли среднего поколения; 4) приобретение мудрости и опыта старости в разумном функционировании; 5) переживание утраты супруга, близких людей, друзей, ровесников; 6) построение модели жизнедеятельности после утраты супруга; 7) «пересмотр» итогов жизни, принятие неизбежности собственной смерти, решение проблемы личностной интеграции перед угрозой распада [10].

Переход со стадии на стадию жизненного цикла семьи представляет собой нормативные кризисы в развитии семейной системы. Они предполагают разрешение противоречий между новыми задачами, встающими перед семьей, и характером взаимодействия и общения между членами семьи. Кризис в семье характеризуется нестабильностью, наличием напряжения, ведущего к нарушению привычного функционирования семьи.

Выделяют следующие характеристики семейного кризиса:

1. Обострение ситуативных противоречий в семье.
2. Расстройство всей системы и всех происходящих в ней процессов.
3. Нарастание неустойчивости в семейной системе.
4. Генерализация кризиса, т. е. его влияние распространяется

на весь диапазон семейных отношений и взаимодействий [18].

С. Кратохвил выделяет время наступления кризисов в зависимости от стажа брака: в интервалах 3–7 и 17–25 лет стажа. Кризис 3–7 лет продолжается около года. Он проявляется в утрате романтических настроений, снижении (утрате) взаимопонимания, росте конфликтов, эмоциональной напряженности, чувстве неудовлетворенности браком, супружеских изменах. Кризис 17–25 лет выражен не столь ярко, но более продолжителен (до нескольких лет). Его симптомы – нарастание эмоциональной неустойчивости, возникновение чувства одиночества, связанного с уходом взрослых детей из семьи, переживание старения [12].

Наряду с нормативными кризисами можно говорить и о ненормативных кризисах семьи, вызванных такими событиями, как развод, супружеская измена, изменение состава семьи, не связанное с рождением ребенка, усыновление приемных детей, невозможность совместного проживания супругов в силу различных причин, подростковая беременность, финансовые трудности и т. д. Возникновение неожиданного кризисного события приводит к дисбалансу семейной системы и требует адаптации к новой реальности [10].

2.3. Параметры семейной системы

Семейная система – это открытая и самоорганизующаяся система. Она постоянно взаимодействует с окружающей средой, ее поведение целесообразно, источники ее изменения находятся в ней самой [24]. Семейная система подчиняется закону гомеостаза и закону развития. Каждая семейная система стремится к сохранению своего постоянства, стабильности – с одной стороны. С другой стороны, семейная система стремится пройти полный жизненный цикл [26].

Семья как система выполняет свои функции с помощью определенных механизмов. Такими *механизмами* являются:

1. Структура семейных ролей представляет собой предписание норм поведения для членов семьи [16]. Каждая роль должна обладать цельностью, быть непротиворечивой. Члены семьи могут одновременно выполнять разные роли. Совокупность ролей одного члена семьи должна соответствовать его возможностям, обеспечивать удовлетворение его потребностей и потребностей других членов семьи. Если семейные роли оказываются патологизирующими, то они оказывают психотравмирующее воздействие на членов семьи [26].

2. Семейные подсистемы – это дифференцированные совокупности семейных ролей внутри семьи, которые позволяют семье избирательно выполнять определенные функции и обеспечивать ее жизнедеятельность [16]. Примерами являются родительская, супружеская, женская и др. подсистемы. Каждый член семьи может быть участником нескольких подсистем. Функционирование сразу в нескольких подсистемах малоэффективно [26].

3. Внешние и внутренние подсистемы представляют собой правила для членов семьи, определяющие выполнение семейных предписаний в подсистемах [16]. Границы задают структуру и динамику функционирования системы. Внешние границы способствуют формированию идентичности семьи, внутренние границы обеспечивают структурирование психологического пространства семьи. Границы бывают жесткие, размытые и проницаемые. Жесткие внешние границы приводят к размыванию внутренних границ, и напротив, в семье с размытыми внешними границами происходит ужесточение внутренних границ [4]. В здоровых семьях внутренние границы четкие и проницаемые. В дисфункциональных семьях границы между подсистемами либо жесткие, либо размытые [26].

К параметрам семейной системы относятся:

1. Семейные правила – это основания, на которых строится жизнь семьи, семейная идеология. Они позволяют ориентироваться в реальности и придают устойчивость личности и семье в целом. Правила могут быть гласные (провозглашенные) и негласные (иногда не осознаются членами семьи). Также правила могут быть культурно-заданными, характерными для многих семей, и уникальными, отличительными для одной семьи. Ригидные и противоречивые, нечеткие и негласные правила, а также их отсутствие нарушают функционирование семейной системы [13]. Для российских семей характерна противоречивость правил о распределении ролей в семье, поэтому борьба за власть и статус является основной причиной дисфункции [4].

2. **Стандарты (стереотипы) взаимодействия** – это «устойчивые способы поведения членов семьи, их поступки и сообщения, которые часто повторяются» [26]. Это совокупность взаимосвязанных семейных правил. Семейные стандарты можно рассматривать как семейные коммуникации. Стандарты одного члена семьи связаны со стандартами другого и управляют друг другом. К дисфункции в семье могут привести патогенные стандарты (приводящие к нарушениям психического и соматического здоровья), «двойные ловушки» (Г. Бейтсон), «скелеты в шкафу».

3. **Семейные мифы** – это «сложные семейные знания, неосознаваемое взаимное соглашение между близкими», это неадекватный образ семьи [25]. Семейный миф формируется примерно в течение трех поколений, и для первого из них он функционален, а для последующих поколений миф становится дисфункциональным, так как произошло изменение условий жизни семьи [21]. В основе семейного мифа лежат неосознаваемые переживания, которые объединяют членов семьи [26].

4. **Семейная история, или тема**, – это специфическая, эмоционально нагруженная проблема, вокруг которой возникает периодически повторяющийся семейный конфликт. Она определяет жизненные события и проявляется в стереотипах поведения, наблюдающихся в нескольких поколениях. М. Боуэн показал, что в семье происходит накопление дисфункциональных паттернов, что приводит к возникновению многопоколенного семейного сценария, и уже следует говорить о системной травме, с которой семья не может справиться.

5. **Семейные стабилизаторы** – это параметры семьи, которые придают ей прочность, стабильность, интеграцию. Примерами стабилизаторов могут быть дети, место проживания, ценности, традиции, ритуалы, эмоциональные отношения, измены, болезни и пр. Каждый из них в разных условиях и в разной степени проявления может быть функциональным и дисфункциональным [26].

2.4. Нарушения в семейной системе

Семья постоянно сталкивается с трудными ситуациями, которые нарушают жизнедеятельность человека или его семьи или субъективно воспринимаются как сложные [25].

На семью воздействуют неблагоприятные социальные процессы, к ним относятся:

– глобальные факторы (войны, терроризм, экологические катастрофы, природные бедствия, техногенные катастрофы);

– макросоциальные факторы (национальные и этнические противоречия, экономические кризисы, культурное противостояние, миграция);

– микросоциальные факторы (конфликтные отношения с соседями, образовательными и производственными учреждениями, армией, правовыми институтами).

Также семья подвержена воздействию горизонтальных и вертикальных стрессоров, которые могут быть острыми и хроническими. К ним относятся:

– трудности, возникающие при переходе от одной стадии жизненного цикла к другой;

– трудности, вызванные необходимостью параллельно решать несколько проблем на определенной стадии жизненного цикла;

– трудности, связанные с неблагоприятным ходом жизненного цикла [26].

Воздействие сложных жизненных ситуаций на семью затрагивает разные сферы ее жизнедеятельности и приводит к нарушению ее функций. Это влияет «на благополучие членов семьи, не позволяет им удовлетворять свои потребности, вызывает состояние внутреннего напряжения и дискомфорта, служит источником соматических, нервно-психических и поведенческих расстройств, тормозит развитие личности. Значимость ситуации для семьи в целом и каждого ее члена прежде всего зависит от того, насколько далеко идущие неблагоприятные последствия она имеет» [13].

Все семьи по-разному противостоят жизненным трудностям. У одних неблагоприятные воздействия приведут к повышению конфликтности, у других – к увеличению сплоченности. Одним из объяснений этого явления является представление о копинг-стратегии («совладающем поведении») (Р. Хилл) при решении проблемы. Семейные кризисы зависят от стрессора, семейных ресурсов и субъективной интерпретации стрессора в семье.

Для объяснения различных стратегий совладания семьи используется понятие латентного семейного нарушения. Оно не оказывает существенного отрицательного воздействия на жизнь семьи в обычных условиях, но играет значительную роль в трудных жизненных ситуациях и создает предпосылки для возникновения психотравмирующих состояний [25].

Латентные семейные нарушения, обусловленные особенностями внутрисемейных отношений:

- нарушение представлений о семье и ее членах;
- нарушение межличностной коммуникации в семье;
- нарушение механизмов интеграции семьи;

– нарушение структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи.

Латентные семейные нарушения, обусловленные индивидуально-психологическими особенностями членов семьи.

- сексуальная дисгармония у супругов;
- психологическая несовместимость;
- несовместимость уровня духовности и культуры [26].

При возникновении тех или иных нарушений в функционировании семейной системы, при их длительном течении семья и обращается за помощью к семейным психологам и психотерапевтам.

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение понятию «семья».
2. Опишите исторические типы семьи.
3. Каковы особенности современной семьи?
4. Охарактеризуйте функции семьи.
5. Что такое структура семьи?
6. Какие описания структуры семьи вы знаете?
7. Опишите стадии жизненного цикла семьи.
8. Перечислите механизмы функционирования и параметры семейной системы.

Задания

1. Познакомьтесь с особенностями и стадиями протекания кризисов по источникам № 3, 4 из списка рекомендуемой литературы. Проанализируйте отличия нормативного и ненормативного семейного кризиса.

2. Познакомьтесь с методом составления семейной генограммы по источнику № 7 списка рекомендуемой литературы. Составьте свое семейное древо.

Список рекомендуемой литературы

1. Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие / О.А. Карабанова. – М. : Гардарики, 2004. – 320 с.
2. Малкина-Пых, И.Г. Семейная терапия / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2006. – 992 с.
3. Олифинович, Н.И. Семейные кризисы: феноменология, диагностика, психологическая помощь / Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Кузёмкина, Т.Ф. Велента. – Москва-Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2005. – 356 с.

4. Ромек, В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович. – СПб. : Речь, 2005. – 256 с.
5. Черников, А.В. Системная семейная терапия: интегративная модель диагностики / А.В. Черников. – М. : Класс, 2005. – 208 с.
6. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 1999. – 656 с.
7. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособие для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб. : Речь, 2007. – 352 с.

3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК ВИД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ

3.1. Цели и задачи семейного консультирования

Психологическое консультирование — это особым образом организованное целевое профессиональное общение консультанта с клиентом, основной целью которого является успешное и продуктивное существование человека [22].

Консультирование — это совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем и принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений (Лицензионная комиссия Ассоциации служащих и менеджеров США) [3].

Основоположник клиент-центрированной терапии К. Роджерс выделил три основных принципа: а) каждая личность обладает безусловной ценностью и заслуживает уважения как таковая; б) каждая личность в состоянии быть ответственной за себя; в) каждая личность имеет право выбирать ценности и цели, принимать самостоятельные решения [20].

Семейное консультирование предполагает изучение консультантом совместно с клиентом его проблемы для изменения ролевого взаимодействия в семье клиента и обеспечения личностного роста.

Таким образом, консультирование помогает человеку обучаться новому поведению, выбирать и действовать по собственному усмотрению, способствует развитию личности клиента. Консультант принимает клиента как уникального, автономного индивида, за которым признается и уважается право свободного выбора, самоопределения, право жить собственной жизнью [11].

Цели консультирования зависят от потребностей клиентов, обращающихся за психологической помощью, и теоретической ориентации самого консультанта [7].

Цели семейного консультирования могут быть определены как развивающие, коррекционные, профилактические, адаптивные.

1. *Развивающие* цели связаны с ростом ресурсов семьи в сфере самоорганизации и саморазвития. Итогом психологической работы становится рост компетентности семьи в разрешении нормативных и ненормативных кризисов и проблем.

2. *Коррекционные* цели предполагают оптимизацию ролевой структуры семьи, повышение уровня ее сплоченности и удовлетворенности браком, улучшение межличностной коммуникации.

3. *Профилактические* цели связаны с ростом фрустрационной толерантности семьи.

4. *Адаптивные* – с успешным разрешением конфликтов, кризисов, проблем семьи [8].

Разделение целей носит условный характер, их достижение происходит комплексно в процессе совместной работы клиента и консультанта над проблемами клиента.

Задачи, формы и методы работы с семьей различаются в зависимости от того, в какой сфере семейных отношений и на каком этапе жизненного цикла развития семьи осуществляется консультирование. Важной социальной задачей семейного консультирования является консультирование семьи в трудной жизненной ситуации.

О.А. Карabanова выделяет следующие *задачи семейного консультирования*:

- психологическое консультирование по вопросам брака, включая выбор брачного партнера и заключение брака;
- консультирование супружеских отношений (диагностика, коррекция, профилактика);
- психологическая помощь семье при разводах;
- консультирование, диагностика, профилактика и коррекция детско-родительских отношений;
- психологическая помощь в вопросах усыновления и воспитания приемных детей;
- психологическое сопровождение беременности и родов;
- психологическое сопровождение становления родительства;
- психологическое консультирование по вопросам супружеской измены;
- психологическое консультирование в случаях насилия в семье [10].

3.2. Принципы проведения психологического консультирования

В процессе осуществления психологического консультирования психолог может столкнуться с огромным количеством нестандартных ситуаций. И заранее ответить на вопрос «что делать?» в каждой ситуации невозможно. Тем не менее существуют предписания по организации консультативного процесса. Ю.Е. Алешина предлагает опираться на следующие принципы оказания консультативной помощи.

1. *Доброжелательное и безоценочное отношение* к клиенту, принятие его как уникальной личности, имеющей необходимые ресурсы и способной решать свои жизненные проблемы адекватным способом.

2. *Ориентация на нормы и ценности клиента*. В данном случае следует опять же говорить о принятии этих норм и ценностей, только

принимая их, мы можем понять субъективную реальность клиента и его способ организации жизни в семейной системе. Но это совсем не значит, что вы должны соглашаться с ценностями клиента и «играть» только по его правилам, особенно если они противоположны вашим нормам и ценностям в частности и здравому смыслу в целом.

3. *Запрет давать советы.* Советы противоречат положению об уникальности личности клиента. Давая совет, консультант берет ответственность за происходящее на себя. В случае удачного применения совета клиентом психолог становится для него волшебником, в случае неудачи — плохим специалистом. И первое, и второе — это выход из психологического пространства консультирования. Но запрет на формулирование советов не означает, что консультант не может озвучить свои рекомендации или дать предписание, выполнение которого необходимо для достижения цели (например, домашнее задание).

4. *Конфиденциальность.* Никакие данные о клиенте не могут быть разглашены без его согласия. Разработанные кодификаторы позволяют соблюдать этот принцип даже при заполнении отчетной документации. Принцип конфиденциальности приобретает специфическое значение при консультировании семьи целиком, когда один из ее членов сообщает информацию, которую просит не говорить остальным. Психолог предоставляет самому клиенту возможность рассказать своим близким эту информацию. При этом важно, чтобы ситуация не выглядела так, как будто психолог и этот член семьи сформировали коалицию. В случае, когда информация клиента указывает на то, что есть угроза жизни и здоровью кого-либо, консультант говорит клиенту о том, что он будет вынужден сообщить об этой информации в соответствующие инстанции и прекращает консультирование.

5. *Разграничение личных и профессиональных отношений.* Не стоит консультировать друзей, родственников, значимых для вас людей, так как существует большая вероятность переоценки информации, обесценивания рекомендаций, искажения ситуации. Помните о переносе и контрпереносе.

6. *Включенность клиента в процесс консультирования* предполагает, что клиент понимает все, о чем идет речь, эмоционально переживает происходящее, стремится к достижению целей консультирования. Он несет личную ответственность за результаты консультирования [2].

О.А. Карабанова указывает, что в процессе семейного консультирования также следует опираться на следующие принципы:

1. *Добровольность обращения клиента* (за исключением судебного предписания). Принцип добровольности невозможно обеспечить полностью в семье в ситуации, когда не все члены семьи хотят получать консультативную помощь. Задача консультанта — аргументировать

необходимость привлечения к работе всех членов семьи, включая детей. При проведении первичного приема консультанту важно установить, кто был инициатором обращения в консультацию, как отнеслись к этому остальные члены семьи и какова мера их готовности присоединиться к общей работе.

2. Профессиональная компетентность и ответственность консультанта. Данный принцип не вызывает сомнения. У консультанта должна быть соответствующая подготовка для оказания помощи семье.

3. Стереоскопичность диагноза. Необходимо исследовать психологические особенности семьи с позиций всех ее членов. «Стереоскопичность диагноза означает построение объемной картины семьи, в которой соотнесены образы семьи у каждого ее члена и объективная ситуация семейного взаимодействия» [10].

4. Реконструкция истории семьи сочетается в семейном консультировании с направленностью на установление причинно-следственных зависимостей. Важно выявить не только сами события, но и особенности их восприятия и переживания каждым из членов семьи.

5. Совместная выработка решений. Так как советы давать нельзя, а клиент лично ответственен за результаты работы, то является логичным выработать решения совместно. К тому же самостоятельно сформулированная клиентом рекомендация мотивирует его на ее выполнение.

6. Привлечение широкого социального окружения предполагает опору на социальные, межличностные и внутрисемейные ресурсы.

7. Комплексность в работе с семьей. Проблемы семьи могут иметь различные причины и следствия, поэтому необходимо сотрудничество семейного психолога с детскими психологами, социальными работниками, педагогами и воспитателями, врачами, семейными психотерапевтами, юристами, сексологами.

8. Единство диагностики и коррекции. Любая диагностическая процедура имеет коррекционное значение, приводит к возрастанию уровня осознания клиентом семейных проблем. Коррекционное воздействие предоставляет важную диагностическую информацию для проверки гипотез о причинах возникновения трудностей семейной жизни [10].

Руководство данными принципами позволяет консультанту профессионально и эффективно организовывать свою работу. Также существует этика поведения клиента и консультанта, должностная инструкция и другие нормативные документы, которые позволят принимать решения в сложных ситуациях.

3.3. Пространство психологического консультирования

Эффективная работа психолога-консультанта предполагает введение клиента в психологическое пространство консультирования, включающее правила поведения клиента и консультанта, установление между ними партнерской позиции, постановку ими психологических целей, разделение ответственности за результат, использование адекватных методов воздействия [22].

Основным рабочим инструментом психолога-консультанта является его личность. Возможность применения этого инструмента становится возможным в ситуации интенсивных и доверительных отношениях с клиентом(ами). В данном случае говорят о построении консультативного контакта. «Консультативный контакт – это уникальный динамичный процесс, во время которого один человек помогает другому использовать свои внутренние ресурсы для развития в позитивном направлении и актуализировать потенциал осмысленной жизни» [7].

Характер консультативного контакта зависит от теоретической ориентации консультанта. Р. Джордж, Т. Кристиани указывают на такие черты консультативного контакта, как эмоциональность, интенсивность, динамичность, конфиденциальность, стабильность, добросовестность.

Показателями психологического пространства консультирования и эффективности консультативного контакта служат следующие моменты.

1) **Наличие консультанта и клиента** предполагает оказание профессиональной психологической помощи, подчиняющейся определенным правилам, имеющей четкую структуру и цель. Непрофессиональная помощь может оказываться другом, родственником.

Человек, обратившийся за психологической консультацией, может находиться в **трех различных позициях: заказчик, клиент и гость**. Заказчик, обращаясь к консультанту, полностью перекладывает на него ответственность за решение проблемы. Гость кто-то привел к психологу на консультацию, у него нет конкретной цели. Клиент принимает на себя ответственность за разрешение проблемы и осознает свою роль в возникновении проблемы.

Эффективной может быть только работа с клиентом. Задача консультанта – на момент установления консультативного контакта определить, кто перед ним: гость, клиент или заказчик, осуществить воздействия, переводящие заказчика и гостя в клиента.

2) **Целеполагание** – это основополагающий этап консультирования, складывается из целей консультанта и целей клиента. Клиент не всегда способен сформулировать свою цель психологически грамотно.

В основе этого могут лежать мифы и ожидания клиента относительно психологического консультирования, механизмы психологической защиты, личностные особенности. Важно не подменять цели клиента своими целями, не использовать клиента для решения собственных проблем и не манипулировать клиентом.

3) Важно, чтобы была сформулирована *психологическая задача взаимодействия*. Социальная, этическая, нравственная задачи находятся за границами профессиональной компетенции психолога-консультанта. Для адекватной и эффективной работы с клиентом консультанту необходимо помочь клиенту переформулировать социальную, этическую или нравственную задачу в психологическую. Для этого консультанту необходимо способствовать осознанию клиентом ограниченности его системы оценок, рассмотрению им альтернативных систем оценки тех или иных событий.

4) *Партнерство консультанта и клиента*. В отношении консультанта принято говорить о его позиции, которая может быть «сверху», «на равных», «снизу». Взаимодействие между психологом-консультантом и клиентами должно строиться из позиции «на равных». Позиция «сверху» авторитарна, и клиент не может быть ответственным и самостоятельным. Позиция консультанта «снизу» неэффективна, консультирование становится невозможным.

Рассматривая клиентский способ построения взаимодействия в процессе консультирования, следует говорить об ориентации клиентов в процессе взаимодействия с консультантом. Основываясь на теории транзактного анализа Э. Берна, выделяют три типа ориентаций.

Рентная ориентация заключается в переложении клиентом ответственности за решение проблемы, поиски путей и конкретные действия для ее решения на консультанта. При этом клиент может требовать достижения цели (требовательный рантье) либо пытаться обаять консультанта, взывая к его самолюбию (обаятельный рантье).

Игровая ориентация предполагает неосознанное или осознанное «игровое» общение клиента с консультантом. При таком взаимодействии клиент осознанно или неосознанно имеет вторичную выгоду в виде получения удовольствия от собственных страданий, самоутверждения за счет консультанта или преувеличения собственной важности и необычности.

При деловой ориентации клиент ориентирован на решение своей проблемы в процессе взаимодействия с консультантом. Деловая ориентация может быть адекватной, когда клиент понимает ограниченные возможности консультанта и собственную ответственность за решение проблемы. А может быть неадекватной, когда клиент преувеличивает возможности консультанта, надеясь найти «мага».

Адекватная деловая ориентация — это единственный вид ориентации, попадающий в психологическое пространство консультирования.

5) **Терапевтический климат**, включающий в себя физические составляющие: оборудование места консультирования, расположение консультанта и клиента в пространстве (дистанция, способ сидеть и т. п.) и структурирование времени, а также эмоциональные компоненты: создание атмосферы обоюдного доверия, искренность консультанта, эмпатия, безусловное уважение клиента.

6) **Соблюдение этических правил** обеими сторонами консультативного взаимодействия обеспечивает безопасность и уважение, адекватное распределение ответственности между консультантом и клиентом. Соблюдение этических правил предотвращает, с одной стороны, синдром «сгорания», с другой — использование клиента для получения личной эмоциональной или сексуальной выгоды.

7) **Структурированность консультации**. Психологическое консультирование проходит ряд стадий, некоторые из них жестко определены (например, сначала должно быть установление контакта, а затем все остальное), другие могут быть совмещены. Осуществление психологического консультирования требует знания специфики этих стадий и четкого соблюдения их в работе.

8) **Завершенность** как отдельной консультации, так и целого консультативного процесса имеет большое значение, так как позволяет подвести итоги, оценить достижения, наметить проблемные зоны и направления дальнейшей работы. Также это создает у клиента ощущение структурированности и упорядоченности жизни [22].

3.4. Этапы проведения семейного консультирования

На современном этапе развития психологического консультирования существует большое количество классификаций этапов, или стадий, этого процесса. Наиболее распространены классификации таких авторов, как Г.С. Абрамова, Ю.Е. Алешина, А.Ф. Бондаренко, С. Глэддинг, Е.В. Емельянова, Р. Кочюнас, В.Ю. Меновщиков, Р. Мэй, М.К. Тутушкина и др.

В данной работе представлена технология семейного консультирования Э.Г. Эйдемиллера и его сотрудников, в которой интегрированы практические приемы проведения семейного консультирования как одной из разновидностей семейной психотерапии [25].

Эта технология представлена следующими этапами.

1. **Установление контакта** и присоединение консультанта к клиентам. Достигается с помощью соблюдения конструктивной дистанции,

помогающей оптимальному общению, синхронизации дыхания, использования предикатов речи, отражающих доминирующую репрезентативную систему того, кто делает сообщение о семейной проблеме.

2. Сбор информации о проблеме с применением приемов мета-моделирования и терапевтических метафор. Субъективизации психотерапевтической цели способствуют вопросы: «Чего вы хотите?», «Какого результата вы хотите достигнуть?», «Пожалуйста, попробуйте сказать об этом без отрицательной частицы «не» — в терминах положительного результата».

3. Обсуждение психотерапевтического контракта предполагает распределение ответственности, продолжительности работы, длительности одного сеанса, периодичности встреч, условий оплаты, возможных санкций за нарушение сторонами оговоренных условий. Консультант обычно отвечает за обеспечение безопасности консультации, за технологию доступа к разрешению проблем клиента, а клиент — за собственную активность, искренность, желание осуществить изменение своего ролевого поведения.

4. Уточнение проблемы клиента с целью максимальной ее субъективизации и тестирование ресурсов семьи в целом и каждого ее члена в отдельности. Этому помогают вопросы: «Как вы раньше справлялись с трудностями, что вам помогало?», «В каких ситуациях вы были сильными, как вы использовали свою силу?»

5. Укрепление веры клиента в успешность и безопасность процедуры консультирования и собственно ее проведение. Можно использовать утверждение следующего содержания: «Ваше желание осуществить изменения, ваш прежний опыт, активность и искренность в сочетании со стремлением консультанта сотрудничать с вами, его профессиональными качествами и опытом будут надежной гарантией успешности работы».

6. Коррекционное (терапевтическое) воздействие. Оно включает обсуждение с участниками положительных и отрицательных сторон сложившихся стереотипов поведения. Здесь возможны такие вопросы: «Что самое плохое для вас в сложившихся обстоятельствах?», «Что самое хорошее в обсуждаемой ситуации?» Также воздействие предполагает совместный поиск новых шаблонов поведения. Консультант предлагает следующие вопросы: «Чего вы еще не делали, чтобы решить проблему?», «Как вели себя значимые для вас люди, оказавшись в похожей ситуации?», «А вы смогли бы так поступить?», «Что вам поможет совершить такой же поступок?» На этом этапе можно также использовать приемы визуализации.

7. Проведение «экологической проверки» — задание членам семьи представить себя в сходной ситуации через 5–10 лет и исследовать свое состояние.

8. «*Страхование результата*» с целью обретения клиентами уверенности в том, что они способны освоить новые стереотипы поведения. Для этого используются домашние задания, приглашение на повторную консультацию через некоторое время для обсуждения полученных результатов.

9. *Процедура «отсоединения»*. В ряде случаев «отсоединение» может произойти автоматически при достижении клиентами необходимого эффекта. Однако иногда консультант вынужден его стимулировать, завершая консультативный процесс.

Существует большое количество психологических трудов, обосновывающих продолжительность консультативного процесса и отдельных консультативных встреч. Большинство авторов сходятся во мнении, что продолжительность одной консультации в среднем составляет 1–1,5 часа. Длительность консультирования определяется запросом клиентов и их готовностью работать. В зарубежных источниках краткосрочное консультирование определяется в диапазоне 15–25 встреч. Психотерапевтическая работа требует длительного времени и может занимать несколько лет. Отечественные авторы указывают, что в нашей стране клиенты часто стремятся к решению проблемы за одну встречу. По данным Ю.Е. Алешинной, в среднем консультирование индивидуального клиента по семейным проблемам длится 2–4 встречи, консультирование семьи целиком – 5–6 встреч. Не рекомендуется делать эти встречи продолжительностью более 2 часов [2].

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение семейного психологического консультирования.
2. Каковы цели и задачи семейного консультирования?
3. Охарактеризуйте принципы психологического консультирования.
4. Перечислите показатели психологического пространства консультирования.
5. Опишите возможные позиции консультанта в процессе консультирования, а также позиции и ориентации клиента.
6. Назовите стадии семейного психологического консультирования и раскройте их содержание.

Задания

1. Придумайте метафорический образ психологического пространства консультирования семьи. Это могут быть люди, животные, предметы, геометрические фигуры и пр. Изобразите его, используя цветные карандаши.

2. Ознакомьтесь с треугольником «спасательства» по источнику № 2 из списка рекомендуемой литературы. Соотнесите позиции треугольника «спасательства» (жертва, преследователь, спасатель) с позициями консультанта («на равных», «сверху», «снизу»), с позициями (гость, заказчик, клиент) и ориентациями клиента (требовательный и обаятельный рантье, игрок, адекватная и неадекватная деловая ориентация).

Список рекомендуемой литературы

1. Алешина, Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.Е. Алешина. – М. : Класс, 2005. – 208 с.
2. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Э. Берн. – М. : Эксмо, 2006. – 576 с.
3. Елизаров, А.Н. Психологическое консультирование семьи : учеб. пособие / А.Н. Елизаров. – М. : Ось-89, 2005. – 400 с.
4. Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие / О.А. Карабанова. – М. : Гардарики, 2004. – 320 с.
5. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия / Р. Кочюнас. – М. : Академический проект ; ОППЛ, 2002. – 464 с.
6. Роджерс, К. Консультирование и психотерапия / К. Роджерс. – М., 2000. – 464 с.
7. Джордж, Р. Консультирование: теория и практика / Р. Джордж, Т. Кристиани. – М. : Эксмо, 2002. – 448 с.
8. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособие для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб. : Речь, 2007. – 352 с.

4. МЕТОДЫ И ТЕХНИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПО СЕМЕЙНЫМ ПРОБЛЕМАМ

4.1. Беседа как основной метод психологического консультирования

Независимо от вида консультирования и теоретической позиции консультанта, количества клиентов и их возраста, запросов и целей консультирование предполагает использование одного универсального метода – беседы [2, 11, 15] или интервью [1].

Беседа – прямое или косвенное получение сведений путем речевого общения. Особенности консультационной беседы является то, что она строго индивидуализирована и определяется ситуацией заказа. Ее тема задается клиентом в строго индивидуализированном жизненном контексте. Поэтому главными в беседе являются:

- 1) восстановление контекста;
- 2) выявление отношения клиента к нему;
- 3) определение роли клиента в этом контексте [26].

Подчеркивая индивидуальность беседы, А.Г. Абрамова указывает на то, что беседа предполагает построение взаимодействия между клиентом и психологом. Предметом этого взаимодействия является внутренний мир, описанный в модальностях клиента.

А.Г. Абрамова приводит пятишаговую модель процесса интервью.

- 1) «Привет!» – структурирование, достижение взаимопонимания, установление контакта и ориентирование на работу.
- 2) «В чем проблема?» – обычно начинается со сбора информации о контексте темы; происходит выделение проблемы; решается вопрос об идентификации потенциальных возможностей клиента.
- 3) «Чего вы хотите добиться?» – осознание желаемого результата.
- 4) «Что еще мы можем сделать по этому поводу?» – представляет собой выработку альтернативных решений.
- 5) «Вы будете делать это?» – обобщение психологом в форме резюме результатов взаимодействия с клиентом.

В процессе беседы консультант оказывает воздействие на клиента с помощью вопросов и специальных заданий, которые раскрывают актуальные и потенциальные возможности клиента [1]. Большое значение имеет также построение невербального контакта [2]. Техники ведения консультативной беседы известны каждому человеку, поскольку они представляют собой коммуникативные приемы, используемые в процессе любого общения. Но, общаясь, человек применяет

их неосознанно. В консультативном процессе психолог использует эти техники осознанно и целесообразно. А это требует, с одной стороны, теоретических знаний, с другой – практической отработки навыков ведения консультативной беседы.

Таким образом, в процессе психологического консультирования используются техники выстраивания невербального контакта, рефлексивное и нерефлексивное слушание и техники воздействия.

4.2. Построение невербального контакта

Значение невербального поведения в процессе консультирования признано теоретиками и практиками консультирования. Сложное взаимодействие вербальных и невербальных сообщений – неотъемлемая часть процесса консультирования. Их несоответствие может показать значимую проблему клиента, его отношение к процессу консультирования, к воздействиям консультанта и многое другое. Консультант должен владеть навыками распознавания невербальных сообщений клиентов и реагирования на них, а также осознавать влияние своего невербального поведения на клиентов. Невербальные проявления очень специфичны, их истолкование должно учитывать и контекст, в котором они проявляются.

Этапы выстраивания консультативного контакта на невербальном уровне:

1. *Калибровка* – это выяснение, что означает та или иная невербальная реакция клиента, выявление соответствия определенных повторяющихся невербальных сигналов понятиям, эмоциональным состояниям, мыслям и убеждениям клиента. Для этого консультант задает вопросы, которые могут повторяться, и наблюдает за реакцией клиента. Необходимо обратить внимание на взгляд, наклон головы, глубину и частоту дыхания, тонус мускулатуры лица, цвет кожи, размер губ и тон голоса. Это внешнее выражение мыслей и состояний человека. Действуя таким образом, консультант может установить взаимное соответствие или несоответствие невербальных сигналов определенным эмоциональным состояниям клиента.

2. *Присоединение* – это воспроизведение консультантом в своем поведении особенностей поведения и реакций клиента. Это естественная реакция при общении, но консультант может пользоваться этим сознательно как техническим приемом. Существует аксиома общения: когда люди в чем-то похожи, они нравятся друг другу. Цель присоединения – создание у клиента ощущения доверия, комфорта и участия. Подстраиваясь, консультант отражает язык телодвижений и тон голоса, распределение веса тела и основную позу. Мощным способом установления контакта является подстройка к дыханию.

3. *Проверка присоединения.* Ее цель – проверка готовности перехода консультанта и клиента к этапу ведения. Для этого консультанту необходимо совершить какое-либо действие и понаблюдать, повторяет ли его клиент. Если консультант присоединился, можно приступать к следующему этапу консультирования. При присоединении консультанту следует оставаться конгруэнтным, то есть подкреплять невербальными сигналами то, что он говорит, и наоборот. Если слова не будут конгруэнтны языку тела и тону голоса, то люди будут стремиться следовать невербальным сообщениям, что может привести к разрыву консультативного контакта [22].

4.3. Техники нерефлексивного слушания

Нерефлексивное слушание является простейшим и эффективным приемом психологического консультирования. Оно состоит в умении молчать, не вмешиваясь в речь собеседника. Это активный процесс, требующий внимания. Больше всего подходит к напряженным ситуациям, так как люди, переживающие кризис, ищут «резонатора», а не советчика. Не годится, если клиент стремится получить руководство к действию, боится быть непонятым, отвергнутым или у него нет желания говорить [11].

Иногда, когда клиент сильно возбужден, это единственная возможность поддерживать консультативный контакт. В нерефлексивном слушании используются такие техники, как повтор, поддержка, «угу-поддакивание».

1. *Повтор* – это повторение фразы клиента дословно следом за клиентом.

2. *Поддержка* – это употребление консультантом коротких фраз и слов с целью показать клиенту, что его слышат, и побудить к продолжению рассказа («да-да», «я понимаю» и др.).

3. *«Угу-поддакивание»* – консультант демонстрирует, что принял к сведению предыдущие высказывания клиента реакцией типа «да», «угу», «гмм». Таким образом клиент поощряется к продолжению повествования словесно, но без содержательного стимула со стороны консультанта [3; 22].

4.4. Техники рефлексивного слушания

Рефлексивное слушание – объективная обратная связь для клиента. Его смысл – в уточнении многозначных слов, выяснении скрытого смысла, когда клиент не говорит о чем-то прямо, помощи клиенту в выражении чувств в атмосфере безопасности и доверия.

К техникам рефлексивного слушания относят выяснение, уточнение чувств, закрытые и открытые вопросы, психологическую поддержку клиента, перефразирование, резюмирование, отражение чувств, присоединение чувства к содержанию, отражение собственных чувств, паузы и молчание.

1. **Выяснение** — это обращение к говорящему за уточнением.

2. **Уточнение чувств** — это техника, в которой с помощью вопросов консультант предлагает клиенту определить и выразить собственные чувства.

3. **Закрытые вопросы** используют для получения конкретной информации о клиенте и предполагают ответ из одного-двух слов, подтверждение или отрицание. Они не позволяют клиенту уклониться от темы, но и не располагают к самораскрытию, могут демонстрировать недостаток интереса к собеседнику, определять форму изложения и тему обсуждения, неудобные для клиента.

4. **Открытые вопросы** предоставляют возможность собеседнику дать развернутый ответ, побуждают к самовыражению. Они позволяют выяснить общую картину и основные факты ситуации, эмоциональное состояние клиента и его отношение к ситуации, его мысли по этому поводу. Они передают клиенту ответственность за беседу.

Чрезмерное употребление открытых вопросов может превратить беседу в анкетирование, мешающее спонтанному самовыражению клиента. Клиент может переложить ответственность за ход консультации полностью на консультанта, ожидая от него «правильных» вопросов.

В беседе не следует задавать одновременно несколько вопросов. Психологический контакт будет разорван, так как клиент может сбиться и растеряться или ответить только на последний вопрос. Не следует один и тот же вопрос задавать одновременно сразу в двух формулировках. Это показывает тревогу консультанта и разрушает консультативный контакт. Не задавать вопросы, содержащие оценочные слова «плохо», «хорошо», «правильно» и т. д. Они заставляют клиента отвечать «да» или «нет» и выпадают из психологического пространства консультирования. Неопределенный ответ клиента на открытый вопрос следует уточнить.

5. **Психологическая поддержка клиента.** Нельзя использовать этот прием слишком часто, так как он может способствовать развитию зависимости клиента от консультанта и его одобрения. Необходимо избегать фразы «Все будет хорошо!». Она либо вызывает у клиента ощущение, что консультант не понимает всей сложности его проблемы, либо воспринимается клиентом как волшебное обещание, которое исполнится «само по себе» [22].

6. *Перефразирование* – сжатое изложение основных слов клиента. Пересказ слов клиента позволяет психологу убедиться, что он правильно понял клиента, клиенту помогает лучше понять себя.

Перефразирование направлено на мысли и идеи собеседника, а не на его эмоции и чувства. Хорошо перефразированная мысль становится короче, яснее, конкретнее. Это помогает клиенту понять, что он хотел сказать.

Цели перефразирования:

- показать клиенту, что консультант внимателен и хочет его понять;
- выкристаллизовать мысль клиента, сжато ее повторяя;
- проверить правильность понимания мысли [25].

Используя эту технику, необходимо помнить, что перефразируется основная мысль клиента, нельзя менять смысл утверждений клиента и добавлять что-то от себя. Мысли необходимо выражать своими фразами, используя только отдельные значимые слова клиента. Переформулировать лучше в виде вопроса («Правильно ли я понял, что...»).

7. *Резюмирование (обобщение)* помогает клиенту систематизировать свои мысли, провести анализ сказанного, способствует соблюдению последовательности в консультировании. Используется в начале консультации, если были предыдущие консультации, чтобы их объединить; при долгой и запутанной речи клиента; когда намечается переход к следующему этапу или теме консультации; в конце консультации, чтобы подвести итог и подчеркнуть существенные моменты [22].

8. *Отражение чувств* – это обозначение переживаний клиента, о которых он прямо не говорит, но которые консультант может предположить, исходя из невербальных проявлений и особенностей ситуации. Важно отражать все эмоциональные реакции клиента: положительные, отрицательные, амбивалентные, направленные на себя, других людей и консультанта.

При отражении чувств важно сосредоточиться на актуальном состоянии клиента; подбирать слова, отражающие интенсивность переживаний; говорить по возможности об одном чувстве; применять позитивные формулировки (не использовать частицу «не»). Отражение чувств клиента должно быть целесообразным и отвечать цели консультирования.

9. *Присоединение чувства к содержанию* – это вербальный навык, объединяющий отражение чувств и перефразирование. Помогает связать чувства с событиями, уменьшить ощущение хаоса, прояснить предмет работы.

10. *Паузы и молчание.* Умение выдерживать паузу является одним из важнейших и часто используемых коммуникативных навыков консультанта. Во время паузы консультант предоставляет клиенту возможность говорить, добавить что-то к уже сказанному, подумать, собраться с мыслями.

Пауза и молчание могут помочь увеличить эмоциональное взаимопонимание, оказать поддержку и внимание, придать беседе черты неторопливости и обстоятельности, показать, что ответственность за беседу лежит на клиенте. Пауза в беседе будет стимулировать клиента говорить дальше, в ситуации, если клиент – семья, поможет увидеть, кто в семье берет на себя ответственность за разрешение напряжения и каким образом.

Консультант должен уметь спокойно переносить паузы клиента и не торопиться заполнять паузы вопросами и рассуждениями. Но слишком длинная пауза вызывает тревогу и раздражение. Допустимая длительность паузы зависит от стадии работы и состояния клиента [11]. В среднем пауза длится 30–40 секунд [2].

4.5. Техники воздействия

Техники воздействия – это действия консультанта, позволяющие осуществить более глубокий анализ консультативной ситуации, чувств клиента, его отношений и пр. Техники воздействия должны применяться в разумных пропорциях, при тщательном анализе, находятся ли консультант и клиент в психологическом пространстве консультирования, сочетаясь с методами слушания. Различают такие техники, как *обратная связь, самораскрытие, восстановление логической последовательности, интерпретация, предоставление информации, конфронтация и директивы*.

1. **Цель обратной связи** – помочь клиенту получить информацию о том, как другие воспринимают его поведение, внешность, мысли и пр. Объективная обратная связь помогает клиенту лучше разобраться в последствиях собственного поведения и корректировать его. Чем больше в обратной связи информации о клиенте и его конкретном поступке и меньше – о консультанте и их взаимоотношениях, тем информативнее обратная связь. Обратная связь объективна, когда консультанту удается освободиться от сложившихся установок относительно клиента. Это позволяет ему провести четкую грань между человеком и его поступками, высказывая свое мнение только о поступке, а не о личности в целом.

2. **Самораскрытие** консультанта происходит, когда он делится своими переживаниями и мыслями с клиентом. Самораскрытие может показывать, как консультант воспринимает клиента, и передает субъективные чувства психолога с помощью я-высказывания. В процессе консультирования у психолога могут возникать разнообразные чувства. Существуют разные мнения о том, выражать эти чувства или нет. Найти ответ на этот вопрос можно только в конкретной ситуации.

Проявление эмпатии способствует улучшению качества контакта. Говоря о своих чувствах по поводу ситуации клиента, консультант помогает ему сделать собственные переживания более доступными и понять природу его трудностей. Всегда следует помнить о том, что в процессе психологического консультирования важнее чувства клиента, а не консультанта [14].

Когда консультант говорит о личном опыте, связанном с проблемой клиента, то этим он осуществляет поддержку клиента. Эта техника должна заканчиваться открытым вопросом для того, чтобы узнать, достигло ли цели высказывание консультанта. Самораскрытие должно быть коротким, и его тема определяется беседой с клиентом [22].

3. Восстановление логической последовательности помогает клиенту понять причинно-следственные цепочки своего мышления и поведения («Если.., то...»), особенно в ситуации, когда отмечается противоречие. Этот метод может вызывать сильное сопротивление клиента, если не установлены отношения взаимного доверия.

4. Интерпретация — это объяснение клиенту чего-либо, раскрытие сути или значения какого-либо явления из его жизни. Это придание сообщению клиента значения, которое тот мог осознавать, но мог и не осознавать.

В разных школах и направлениях интерпретируется разный материал: сны и ассоциации — в психоанализе, жесты и движения — в телесно-ориентированной психотерапии, семейная генограмма — в системной семейной психотерапии.

Своевременно данная интерпретация вытекает из предшествующей фразы клиента («здесь и теперь»). Она не должна быть слишком длинной и сложной [26].

Интерпретация позволяет обрести клиенту новое восприятие проблемы, изменить взгляды, мысли, настроение и поведение. При интерпретации необходимо установить доверительные отношения, иначе контакт может быть нарушен; формулировать фразы как допущения («Вероятно...»); устанавливать связь между отдельными событиями и утверждениями. Качественная интерпретация должна основываться на том, что клиент уже знает о себе, иначе клиент может не понять объяснений консультанта [22]. Клиент должен быть готов к принятию интерпретации [2].

5. Предоставление информации осуществляется по запросу клиента или когда клиента необходимо познакомить с тем или иным психологическим понятием, механизмом и т. п. Ответы на вопросы клиента должны осуществляться на уровне понимания клиента.

Если клиент задает консультанту вопросы личного характера, всегда стоит поинтересоваться причиной, побудившей клиента задать вопрос.

6. **Директивы** – самая мощная техника воздействия, когда психолог дает прямые указания о том, что должен сделать клиент («Закройте глаза, глубоко вдохните и расслабьтесь...») [22].

7. **Конфронтация** – это реакция консультанта, противоречащая поведению клиента. Чаще всего она направлена на двойственное поведение клиента, которое мешает ему увидеть и решить насущные проблемы. Конфронтация используется с целью:

- обратить внимание на противоречие клиента в его мыслях, чувствах, поведении;
- помочь увидеть ситуацию такой, какая она есть в действительности;
- сосредоточить внимание клиента на его уклонении от решения проблем;
- показать клиенту его способы психологической защиты (увертки, игры, выдавание желаемого за действительное и др.) [26].

Конфронтация используется, когда существует противоречие между или внутри поведения, чувств и мыслей; когда представления клиента о ситуации разнятся с ее истинными причинами; когда клиент уклоняется от обсуждения некоторых проблем; когда клиент хочет, чтобы консультант решил сам его проблемы, перекладывает на него ответственность за свое состояние и исход ситуации; когда клиент «играет» с консультантом с целью получения вторичной выгоды: наслаждение страданием, привлечение внимания к себе, самоутверждение и т. п. [22].

Таким образом, существует большое количество техник слушания и воздействия для работы с семейной системой в процессе психологического консультирования. Их названия и количество могут варьироваться у разных авторов, тем не менее основное содержание остается неизменным. Понять это содержание довольно просто, гораздо труднее применять данные техники в реальном консультативном процессе, тем более параллельно отслеживать, что же это была за техника, особенно когда на консультации семья и клиентов несколько. Это требует определенной тренировки, выработки собственного стиля консультирования, опыта общения с разными категориями клиентов.

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите стадии беседы как основного метода психологического консультирования.
2. Какие группы техник психологического консультирования вы знаете?
3. Охарактеризуйте стадии установления невербального контакта.
4. Опишите техники нерефлексивного слушания.
5. Каковы техники рефлексивного слушания.
6. Раскройте содержание техник воздействия.

Задания

1. Приведите пример к каждой вербальной технике, описанной в главе 4.

2. Определите, какую технику применил консультант в каждом случае.

1) **Кл.:** Мне очень жаль. Это страшно!

Кн.: Страшно... Расскажите поподробнее о том, что произошло.

2) **Кл.:** Я не знаю, как жить дальше. Иногда думаю, что надо все бросить и идти работать, а порой кажется, что следует дальше учиться, но я не знаю, что выбрать.

Кн.: У вас происходит внутренняя борьба за дальнейшее самоопределение в жизни, и вам трудно решить, какой из двух путей сегодня более правильный.

3) **Кн.:** Итак, из вашего рассказа я поняла (понял), что в связи с тем, что вы живете совместно с родителями мужа, у вас возникают конфликты со свекровью, которые усугубляют и без того существующие напряженные отношения с мужем. Кроме того, вы чувствуете, что ваш сын-подросток отдаляется от вас. В связи с этим вам необходимо решить, что лучше: разехаться с родителями, развестись или наладить взаимоотношения в семье. При этом вы предпочли бы наладить отношения, но не знаете, возможно ли это. Верно? (Клиентка подтверждает.) Мне представляется, что эта большая проблема состоит из нескольких: 1) ваши взаимоотношения со свекровью; 2) ваши взаимоотношения с мужем; 3) ваши взаимоотношения с сыном. Может быть, последовательно разобравшись с каждой из этих проблем, вам будет легче принять верное решение? (Клиентка соглашается.) Тогда, как вы считаете, с какой из этих трех задач необходимо разобраться в первую очередь?

3. Заполните таблицу, приведя перечень техник, которые могут быть использованы на каждом этапе психологического консультирования семьи.

Этап консультирования	Невербальное построение контакта	Техники нереплексивного слушания	Техники рефлексивного слушания	Техники воздействия
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г.С. Психологическое консультирование: теория и опыт / Г.С. Абрамова. – М. : Академия, 2000. – 240 с.
2. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.Е. Алешина. – М. : Класс, 2005. – 208 с.
3. Джордж, Р. Консультирование: теория и практика / Р. Джордж, Т. Кристиани / Пер. с англ. А. Шадура. – М. : Эксмо, 2002. – 448 с.
4. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия / Р. Кочюнас. – М. : Академический проект ; ОППЛ, 2002. – 464 с.
5. Мастерство психологического консультирования / под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. – СПб. : Речь, 2006. – 240 с.
6. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособие для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб. : Речь, 2007. – 352 с.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Семейное консультирование является одним из сложных направлений психологической помощи, оказываемых населению.

Работа с семьей требует многосторонней подготовки в области возрастной и семейной психологии, психологии кризисов и детско-родительских отношений, индивидуального и группового консультирования, психокоррекции и психотерапии. Она предполагает наличие навыков ведения беседы с несколькими клиентами разного пола и возраста, находящимися между собой в конфликтных отношениях; а также умения строить комплексное взаимодействие с другими специалистами, оказывающими помощь семье.

Осуществление семейного консультирования требует постоянного профессионального и личностного роста. Все мы включены в семейные системы, имеем собственный уникальный опыт, который постоянно меняется и дополняется. А семейное консультирование как отрасль психологической науки интенсивно развивается. Гармония между личным и профессиональным опытом позволит эффективнее работать с семейными проблемами.

Семейное консультирование представляет собой эффективный и экологичный способ работы, так как предполагает отношение к клиентам как к уникальным личностям, находящимся в трудном положении, но имеющим возможности и ресурсы для разрешения проблем. Семейному консультанту важно увидеть эти возможности и ресурсы и помочь их активизировать.

Цель данного учебно-методического пособия заключается в том, чтобы помочь читателям разобраться в основах семейного консультирования, освоить подходы к оказанию помощи семье, изучить параметры семейной системы, овладеть методом ведения консультативной беседы и базовыми техниками консультирования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова, Г.С. Психологическое консультирование: теория и опыт / Г.С. Абрамова. — М. : Академия, 2000. — 240 с.
2. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.Е. Алешина. — М. : Класс, 2005. — 208 с.
3. Бурнард, Ф. Тренинг навыков консультирования / Ф. Бурнард. — СПб. : Питер, 2002. — 256 с.
4. Варга, А.Я. Системная семейная психотерапия : краткий лекционный курс / А.Я. Варга. — СПб. : Речь, 2001. — 144 с.
5. Глэдинг, С. Психологическое консультирование / С. Глэдинг. — СПб. : Питер, 2002. — 736 с.
6. Голод, С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ / С.И. Голод. — СПб. : Петрополис, 1998. — 272 с.
7. Джордж, Р. Консультирование: теория и практика / Р. Джордж, Т. Кристиани. — М. : Эксмо, 2002. — 448 с.
8. Елизаров, А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования / А.Н. Елизаров. — М. : Ось-89, 2003. — 320 с.
9. Елизаров, А.Н. Психологическое консультирование семьи : учеб. пособие / А.Н. Елизаров. — М. : Ось-89, 2005. — 400 с.
10. Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие / О.А. Карабанова. — М. : Гардарики, 2004. — 320 с.
11. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия / Р. Кочюнас. — М. : Академический проект ; ОППЛ, 2002. — 464 с.
12. Кратохвил, С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний / С. Кратохвил ; под ред. Г.С. Васильченко. — М. : Медицина, 1991. — 244 с.
13. Малкина-Пых, И.Г. Семейная терапия / И.Г. Малкина-Пых. — М. : Эксмо, 2006. — 992 с.
14. Мастерство психологического консультирования / под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. — СПб. : Речь, 2006. — 240 с.
15. Меновщиков, В.Ю. Введение в психологическое консультирование / В.Ю. Меновщиков. — М., 2000. — 109 с.
16. Минухин, С. Техники семейной терапии / С. Минухин, Ч. Фишман. — М. : Класс, 1998. — 304 с.
17. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Р. Мэй. — М. : Апрель Пресс ; ЭКСМО-Пресс, 2002. — 256 с.

18. Олифинович, Н.И. Семейные кризисы: феноменология, диагностика, психологическая помощь / Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Кузёмкина, Т.Ф. Велента. – Москва-Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2005. – 356 с.
19. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования : учеб. пособие для студ. вузов / Е. И. Артамонова [и др.] ; под ред. Е.Г. Силяевой. – М. : Академия, 2002. – 192 с.
20. Роджерс, К. Консультирование и психотерапия / К. Роджерс. – М., 2000. – 464 с.
21. Сельвини Палаццоли, М. Парадокс и контрпарадокс: новая модель терапии семьи, вовлеченной в шизофреническое взаимодействие / М. Сельвини Палаццоли [и др.]. – М. : Когито-Центр, 2002. – 2004 с.
22. Служба индивидуальной психологической помощи молодежи КАБИНЕТ ДОВЕРИЯ : метод. пособие для психологов-консультантов. – Саратов, 2002. – 125 с.
23. Соловьев, Н.Я. Брак и семья сегодня / Н.Я. Соловьев. – Вильнюс : Минтис, 1977. – 226 с.
24. Черников, А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики / А.В. Черников. – М. : Класс, 2005. – 208 с.
25. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 1999. – 656 с.
26. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособие для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб. : Речь, 2007. – 352 с.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	6
1.1. История семейного консультирования	6
1.2. Семейное консультирование и семейная терапия	7
1.3. Модели консультативной помощи семье	9
1.4. Теоретические основы семейного консультирования.....	11
2. СЕМЬЯ КАК СУБЪЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	17
2.1. Определение семьи. Модели семьи	17
2.2. Функции, структура и динамика семьи	19
2.3. Параметры семейной системы	24
2.4. Нарушения в семейной системе	26
3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК ВИД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ	30
3.1. Цели и задачи семейного консультирования	30
3.2. Принципы проведения психологического консультирования	31
3.3. Пространство психологического консультирования	34
3.4. Этапы проведения семейного консультирования	36
4. МЕТОДЫ И ТЕХНИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПО СЕМЕЙНЫМ ПРОБЛЕМАМ	40
4.1. Беседа как основной метод психологического консультирования	40
4.2. Построение невербального контакта	41
4.3. Техники нерефлексивного слушания	42
4.4. Техники рефлексивного слушания	42
4.5. Техники воздействия	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	50
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	51

Учебное издание

Ольга Петровна БОЛОТНИКОВА

ОСНОВЫ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Учебно-методическое пособие
для студентов очной и заочной форм обучения
специальности 050707 «Педагогика
и методика дошкольного образования»

Редактор *Т.Д. Савенкова*
Технический редактор *З.М. Малявина*
Компьютерная верстка: *И.И. Шишкина*
Дизайн обложки: *И.И. Шишкина*

Подписано в печать 17.06.2009. Формат 60×84/16.
Печать оперативная. Усл. п. л. 3,1. Уч.-изд. л. 3,5.
Тираж 60 экз. Заказ № 1-12-09.

Тольяттинский государственный университет
445667, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14

