

СІМЕЙНА ТЕРАПІЯ ЯК КОМПЛЕКСНА МОДЕЛЬ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

У статті йдеться про комплексне застосування сімейної терапії в соціальній роботі, зокрема про психодинамічну модель сімейної терапії та структурну модель сімейної терапії. Стаття спрямована на покращення емоційних взаємин у сім'ї. У цій роботі ми застосували генограму. «Соціальний працівник у своїй роботі користується певними прийомами, технікою. Важливим аспектом є спонтанність. Після того, як технічні прийоми були вивчені теоретично, про книги треба забути. Працівникові треба вкладати в терапію своє «я». Не можна ззовні спостерігати за тим, що відбувається в сім'ї. Потрібно стати частиною сімейної системи, реагувати на обставини так, як цього вимагають прийняті в родині норми, правила, максимально використовувати професійну й емоційну силу свого «я» [1].

Ключові слова: сімейна терапія, генограма, емоційний стан сім'ї, комплексна модель соціальної роботи, види сімейної терапії, сімейні негаразди, соціальна підтримка.

Постановка проблеми. За сучасних умов українська сім'я – це три-чотири особи: чоловік, дружина й одна чи дві дитини. Сім'ю можна охарактеризувати як джерело і фундамент для людини лише тоді, коли в ній панують мир і злагода. Сімейна терапія, як комплексна модель соціальної роботи, є поєднанням форм, методів та технологій соціальної роботи із сім'єю.

Мета статті. Дослідження форм, методів, технологій соціальної роботи із сім'єю (сімейної терапії) як комплексної моделі соціальної роботи, а також застосування новітніх підходів у роботі.

Виклад основного матеріалу. Існує 2 підходи до вивчення сім'ї: інтегральний і системний. Щоб розібратися у сімейній терапії як комплексній моделі соціальної роботи, розглянемо ці 2 підходи.

Інтегральний підхід: будь-яка сімейна система є складним біологічним, психологічним та соціальним організмом, у якому всі члени цієї багаторівневої структури розглядаються в контексті системи, а не відокремлено один від одного.

Основоположники системного підходу (М. Боуен, С. Мінухін, В. Сатир, М. Сельвіні та ін.). Вони розглядають сім'ю як відкриту самостійну систему, яка постійно перебуває в контакті з зовнішнім світом, розвивається у своєму колі та знаходить ресурси для власних новоутворень [1]. Її характеризують як чуттєво-поведінковий комплекс. Емоційна регуляція поведінки включає в себе генетичні фактори, механізми пристосування до середовища, закріплені в індивідуальному досвіді.

До теорії Боуена входять 8 концепцій: 1. Диференціація Я; 2. Триангуляція; 3. Емоційні процеси ядерної сім'ї; 4. Проектні процеси в сім'ї; 5. Успадкування внутрішніх патернів відно-

син; 6. Емоційний розрив; 7. Позиція сиблінгів; 8. Соціальна регресія.

Ми у своїй роботі використовували його метод дослідження сім'ї – генограму, тобто графічний запис інформації про сім'ю (класичну та клінічну – у 3 поколіннях), її створення та дослідження є методом сімейної психотерапії.

Використовуючи цей метод, ми досліджували взаємовідносини сім'ї. У процесі дослідження виявлялися факти емоційного занепаду взаємин, сімейні кризи, які є спадковими.

Окрім сімейної генограми М. Боуена, ми використовували напрацювання американського психолога В. Сатир. Вона вважає, що сім'я – це самоорганізована система, в основі якої лежать принципи гомеостазу. Реакція елементів системи полягає в збереженні балансу відносин. Згідно з поглядами В. Сатир, багато проблем можна оцінювати як «дефекти» сімейних систем [7]. Велику увагу приділяють роботі з «болем» і кризовими сімейними ситуаціями.

Виконуючи наукове дослідження з вивчення сімейної терапії як комплексної моделі соціальної роботи, ми охарактеризували симптоми, за яких вона застосовується: у разі емоційних розладів у сім'ї, негативних наслідків побаченого на сході України, економічних труднощів у родині та ін.

Тривалість сімейної терапії може бути від декількох тижнів до декількох років. Тривалість роботи напряму залежить від «носія симптому», від вираженості міжособистісних конфліктів, а також від бажання і мотивації членів родини до змін [7].

Виділяємо 4 етапи проведення психотерапії:

1. Діагностика сімейної системи. Під час проведення цього етапу роботи ми застосовували один із методів – генограми сім'ї М. Боуена. На нашу

думку, він доцільно вписався у «вінок» інших методів цього етапу.

2. Медіація сімейних конфліктів. На цьому етапі ми були посередниками і спостерігачами розв'язання конфліктів.

3. Реконструкція сімейної системи. На цьому етапі ми проводимо різні заходи для однієї чи декількох сімей. Під час роботи з деякими сім'ями ми виявили потребу в побудові «справи життя» і на цій основі розробили майстер-клас, який називався «Віра в себе та сім'ю – запорука майбутнього благополуччя». Це був експериментальний крок, і що з цього вийде – ми дізнаємося згодом. Також кілька сімей ходять на дельфінотерапію, кілька – на іпотерапію, а інші – лише на роботу з психологом.

4. Фіксація результатів.

Стосовно результатів 3 етапу, то найкраще впливають на сім'ї майстер-класи, тренінги і подібні заходи, а також іпотерапія та дельфінотерапія.

Іпотерапія впливає на організм людини через два чинники: психогенний і біомеханічний. Коли людина приходить на заняття іпотерапією, вона бачить перед собою не людей у білих халатах, а манеж, коня й інструктора. Процес реабілітації сприймається вершиником як процес навчання навикам верхової їзди. Під час цього процесу вершники долають свої психічні та фізичні труднощі завдяки великій мотивації, яка формується під час навчання [8].

Стосовно дельфінотерапії, то такий нетрадиційний метод лікування з'явився у США в 70-х рр. ХХ ст. Його використовували в якості одного з напрямків натуральної психотерапії. Після широкого розповсюдження в Америці лікування дельфінотерапією почали практикувати і в Європі. У нашій країні до такого методу альтернативної медицини спочатку поставилися досить скептично, і тільки в останні 5–7 років його почали широко застосовувати для реабілітації хворих. Дельфінотерапія проводиться на базі медичних аквацентрів і дельфінаріїв. Крім того, досить відомий у нашій країні Міжнародний інститут дельфінотерапії, бази якого розташовані в Криму та в Туреччині. Плавання з дельфінами успішно застосовують для боротьби з такими складними проблемами, як ДЦП, затримка мовного розвитку, синдром Дауна, аутизм і багато інших захворювань. Той комплексний ефект, який чинить дельфінотерапія на людей, часом значно перевищує результати використання сучасних ліків і методів традиційної медицини.

Чому саме цей метод кращий? Вчені пояснюють це досить просто – плавання з дельфінами комплексно впливає на людину. Курс дельфінотерапії може бути заснований на виконанні певних вправ під керівництвом тренера, а також

на вільному спілкуванні пацієнта з дельфінами. На сеансах обов'язково присутні лікар-терапевт, тренер, психолог або дефектолог, а також ветеринар. Якщо методика передбачає вільний контакт із дельфінами, людині лише допомагають зануритися у воду і стежать за її безпекою, тактику спілкування з твариною вона визначає сама. Якщо ж у сеансі бере участь тренер, він дає пацієнтові основні установки, а також просить виконувати деякі завдання. У заняттях із людьми беруть участь тільки спеціально навчені дельфіни, які відрізняються спокійним і поступливим характером. Під час 30-хвилинних сеансів дельфіни плавають разом із людьми, пірнають, катають їх на спині, беруть участь у виконанні простих вправ, лестяться і граються. Залежно від показань, заняття можуть бути індивідуальними, груповими або сімейними.

Як свідчить практика, найбільш ефективною є дельфінотерапія для дітей, хоча її нерідко застосовують і для реабілітації дорослих після важких хвороб. Існують такі показання до дельфінотерапії:

- дитячий аутизм;
- мінімальна мозкова функція;
- розумова відсталість;
- синдром дефіциту уваги і гіперактивності;
- синдром Дауна та ін. генетичні патології;
- порушення діяльності ЦНС;
- затримка психічного розвитку;
- затримка мови;
- невроз;
- посттравматичні стресові розлади;
- депресія.

Перед тим, як починати курс дельфінотерапії, пацієнт повинен пройти обстеження у терапевта, невропатолога, ендокринолога і психотерапевта, щоб виключити можливі протипоказання, до яких належать: гострі інфекційні захворювання, запальні процеси, злоякісні і доброякісні пухлини, епілепсія, негативні реакції організму на вологу та ін. Якщо протипоказань не виявлено, пацієнт може починати курс дельфінотерапії, поєднуючи його з психотерапією, світлолікуванням, дихальними процедурами, сонячними ваннами, а також із масажем і гімнастикою.

Особи, яким була запропонована ця процедура, відповідали зазначеним вимогам.

У ході експерименту ми з сім'ями застосовували: кінотерапію, казкотерапію, піскове мистецтво, проводили прогулянки прекрасними парками Києва, шукали ті види діяльності сім'ї, які були б цікавими для всіх.

Із сім'ями, які проходили курс іпотерапії, проводилися додаткові консультування, арт-терапевтичні методи тощо.

У табл. 1 показана ефективність роботи 15 сімей, із якими проводилися різні види роботи.

Таблиця 1

	До проведення	Після проведення
Стандартний алгоритм роботи	Агресивна налаштованість, скептицизм	Адекватність і розуміння проблеми
Стандартний алгоритм + іпотерапія	Недовіра, агресія, невпевненість у дієвості методу	Задоволення проробленою роботою, впевненість у користі пройденого курсу.
Стандартний алгоритм + дельфінотерапія	Невпевненість у потребі курсу роботи, страх води і дельфіна	Бадьорість, впевненість у своїх силах та у майбутньому.

Варто наголосити, що ці види роботи були запропоновані як апробація інноваційних методів у сімейній терапії, які застосовуються в комплексі з іншими, стандартними, звичними для сімейної терапії.

Тож, дивлячись на результативність та ефективність застосованих інноваційних методів у роботі з сім'ями, можна вважати, що такі методи роботи є вдалими, але потребують доопрацювання й адаптації для інших сімей.

Зараз коротко охарактеризуємо ті види робіт, які проводилися із сім'ями.

Піскова терапія («sand play») – ігри з піском) – одна з найбільш цікавих і перспективних методик психотерапії. Заснована вона на юнгіанському психоаналітичному підході, згідно з яким психіка людини володіє власним внутрішнім імунітетом і має в собі всі необхідні ресурси до самовідновлення після психологічних травм.

Клієнту (і, до речі, зовсім необов'язково дитині, піскова терапія успішно застосовується і з дорослими) пропонується створити композицію в спеціальному ящику з використанням матеріалу, яким є як сам пісок, так і величезна кількість (на вибір) мініатюрних фігурок. Ці фігурки повинні включати різні групи об'єктів: людей, тварин, рослин, речей, предметів побуту, символічних предметів і т. д. З усього цього дитина створює свою власну картину світу на поточний момент.

Найчастіше в дитячому віці ігри в такій «пісочниці» є динамічними: дитина не просто створює тимчасовий розріз своєї картини світу (це найчастіше відбувається з дорослими), але і розігрує окремі ситуації між об'єктами, які беруть участь у композиції. На ці маленькі інсценування варто звернути особливу увагу: саме таким чином дитина розповідає, як вона насправді сприймає ту чи іншу ситуацію (конфлікти батьків, обстановку в дитячому садку або школі).

Фахівці особливо рекомендують цей напрямок арт-терапії для роботи з такими проблемами, як: затримка психічного розвитку; конфліктність у взаєминах із оточуючими, агресивність; дитячі страхи, в т. ч. панічні атаки; труднощі у вираженні емоцій, замкнутість.

Під час роботи з дітьми, у яких спостерігалися зазначені проблеми, ми залучали і батьків, яких навчали правильним діям із дитиною.

Перевага цього методу полягає в тому, що людина ніби дивиться на себе з боку. І це дійсно

буває корисно, але зробити таке в повсякденному житті важко. Якщо записати себе на відео, то буде видно лише зовнішність, але ніяк не внутрішній світ. За допомогою піскової терапії відображається внутрішня сутність людини. Вибір і розташування пісочних фігур відбиває внутрішній стан людини.

Створюючи ситуацію на піску, людина сама знаходить вихід із труднощів, як внутрішніх, так і зовнішніх. Іноді для цього навіть не потрібна допомога психолога.

Сидячи на пляжі, дитина будує замок, але раптово накочується хвиля і руйнує її маленьке творіння. Дитина розуміє, що ніщо в житті не вічне. Цей замок зруйнований, але ж можна побудувати наступний. Так і в житті: не існує нічого непоправного, просто зруйноване поступається місцем новому. Багаторазово переживаючи цей досвід у роботі з піском, людина досягає спокою та рівноваги.

Заняття з піском дозволяє розвиватися людині в творчому плані.

Пісочні композиції, на відміну від малюнків, не можуть не вийти. Нехай це будуть не твори мистецтва, але, поєднуючись, фігурки все одно створять милу композицію. Це дуже важливо для тих, хто звик оцінювати себе строго. Піскова терапія рекомендується тим, кому складно висловити словами свої переживання (якщо, скажімо, людина не володіє красномовством або їй боляче про щось говорити).

У цього методу самопізнання є і протипоказання: синдром дефіциту уваги, епілепсія, шизофренія, загострене почуття тривоги, невроз нав'язливих станів, алергія на пил і дрібні частинки, хвороби легень, шкірні захворювання.

Висновки. Під час роботи із сім'єю та її проблемою варто максимально отримати інформацію про стан здоров'я кожного члена сім'ї, який отримує послуги.

Перед початком роботи ми проводили безліч дослідницьких методик і з батьками, і з дітьми. Важливим аспектом є спонтанність. Після того, як технічні прийоми були вивчені теоретично, про книги треба забути. Працівникові треба вкладати в терапію своє «я». Не можна ззовні спостерігати за тим, що відбувається в сім'ї. Потрібно стати частиною сімейної системи, реагувати на обставини так, як цього вимагають прийняті в родині норми, правила, максимально використовувати професійну й емоційну силу свого «я».

Література:

1. Вихованці інтернатів про себе і своє життя. К.: УІСД, 2000.
2. Методичний посібник по проведенню тренінг-курсу для соціальних працівників з питань підбору, підготовки та соціального супроводу прийомних батьків. К.: 2000.
3. Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. М.: Класс, 1998. Соціальна робота з дітьми та сім'єю. 2003
4. Комарова Н.М., Бевз Г.М. Наша сім'я (Методичні рекомендації прийомним батькам). К.: Вид-во УДЦСС, 1999.
5. Окландер В. Окна в мир ребенка, руководство по детской психотерапии. М.: Класс, 1998.
6. Сатир В. Психотерапия семьи. СПб.: Речь, 2000.
7. Семейный портрет в интерьере: Семейная терапия. М.: Класс, 1998.
8. Соціальний захист дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування. Державна доповідь про становище дітей. К., 2000.
9. Іпотерапія. «Радість дитинства – вільні рухи». URL: www.dcp.org.ua.
10. Іпотерапія – реабілітація дітей із ДЦП, м. Севастополь. Благодійний фонд Крона. URL: www.krona.niko.ua.
11. Дідик К. Дослідження та цікаві факти. Іпотерапія. Диво спілкування з конями. Ресурсний центр «Молодь за здоров'я».
12. Іпотерапія – терміни та визначення.
13. Міжнародний інститут дельфінотерапії в Євпаторії.
14. Дельфінотерапія – методи лікування нетрадиційної медицини.

Черкай Л. В. Семейная терапия как комплексная модель социальной работы

В статье говорится о комплексном применении семейной терапии в социальной работе, в частности о психодинамической модели семейной терапии и структурной модели семейной терапии. Данная статья направлена на улучшение эмоциональных отношений в семье. В этой работе мы применили генограмму. «Социальный работник в своей деятельности пользуется определенными приемами, техникой. Важным аспектом является спонтанность. После того, как технические приемы были изучены теоретически, о книгах надо забыть. Работнику надо вкладывать в терапию свое «я». Нельзя извне наблюдать за тем, что происходит в семье. Надо стать частью семейной системы, реагировать на обстоятельства так, как этого требуют принятые в семье нормы, правила, максимально использовать профессиональную и эмоциональную силу своего «я» [1].

Ключевые слова: семейная терапия, генограмма, эмоциональное состояние семьи, комплексная модель социальной работы, виды семейной терапии, семейные неурядицы, социальная поддержка.

Cherkai L. V. Family therapy as a comprehensive model of social work

Under the family diagnosis means typing out disturbed family relationships, taking into account the individual and personal characteristics of family members. Diagnosis of family relationships is carried out in the process of joining a family group of psychotherapist, who issues and examines problematic diagnostic hypotheses. The peculiarity of the procedure for family diagnostics lies in the fact that it accompanies family therapy at all stages and determines the choice of psychotherapeutic techniques. Its other feature consists in the need to correlate the information received from one family members about what is happening, information from other family members and the impression of the psychotherapist on the basis of questioning and observing the behavior of the participants in the process of psychotherapy ("family by the eyes of the child", "motherland by the eyes of the therapist", "which we are in reality") [1].

Key words: family therapy, genogram, emotional state of the family, complex model of social work, types of family therapy, family problems, social support.