

Аналіз внеску представників системної сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї як наукової галузі

О.А. Посвістак

кандидат історичних наук, доцент кафедри філософії і політології, Хмельницький національний університет

У статті досліджено внесок представників основних напрямів системної сімейної психотерапії: структурного, стратегічного та системного М. Боуена, у становлення психології сім'ї як наукової галузі.

Ключові слова: психотерапія сім'ї, структурний напрям сімейної психотерапії, системний напрям, теорія сімейних систем М. Боуена.

В статье исследован вклад представителей основных направлений системной семейной психотерапии: структурного, стратегического и системного М. Боуэна, в становление психологии семьи как научной отрасли.

Ключевые слова: структурное направление психотерапии семьи, системное направление, теория семейных систем М. Боуэна.

The abstract theorems of the main fields of systemic family therapy, structural and strategic approaches and theories of family systems of M. Bowen are analyzed; their contribution to the establishment of psychology of the family as a scientific field is revealed.

Keywords: structural and strategic approaches, theory of family systems of M. Bowen.

Постановка проблеми

У ХХІ ст. в умовах постійних трансформацій, які переживає сім'я, перед фахівцями стоїть завдання вивчення її проблем з метою кваліфікованого надання психологічної допомоги. У зв'язку з цим необхідним видається аналіз теоретичних підходів до вивчення сім'ї, що допоможе досягти більш глибокого розуміння теоретичних засад, на яких базується психологія сім'ї та практика сімейної психотерапії. Психологія сім'ї є міждисциплінарною галуззю науки. Аналіз сутнісної характеристики її теоретико-методологічних основ дав змогу дійти висновку, що в її основі лежить систематизована сукупність підходів, методів, прийомів дослідження та теоретичні конструкції, сформульовані в межах інших наук, галузей психології та практики сімейної психотерапії та сімейного консультування.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Внесок представників наукових кіл у становлення психології сім'ї як наукової

галузі розглядали Л. Шнейдер, О. Карабана, О. Мінеєва, А. Лідерс. Особливості теоретичних підходів, розроблених у межах сімейної психотерапії, аналізують Д. Браун, Д. Крістенсен, В. Слєпкова, А. Холмогорова, А. Черніков, А. Варга [1; 2; 3; 7].

Не вирішені раніше частини загальної проблеми

Попри значну кількість досліджень аналіз праць учених свідчить, що в науковій літературі майже відсутні системні дослідження, що описують внесок представників сімейної психотерапії в становлення психології сім'ї, а саме її системного підходу.

Формулювання цілей статті

Метою статті є аналіз внеску представників основних підходів системної сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї як наукової галузі: структурного, стратегічного та теорії М. Боуена

Виклад основного матеріалу дослідження

Вивчення наукових джерел свідчить про те, що з 1970 по 1985 рр. відбувається розквіт сімейної терапії, коли першовідкривачі засновували навчальні центри і розробляли зміст своїх моделей. Так, М. Ніколс і Р. Шварц виділяють три підходи до сімейної терапії, які орієнтуються на роботу з окремими пацієнтами: емпіричний, психоаналітичний і поведінковий, і три тих, що стали продуктами системної революції: структурний, стратегічний і боуенівський [5, с. 106]. Свідченням авторитетності другої групи підходів є те, що нині, за винятком нью-йоркського Інституту сім'ї ім. Н. Аккермана, який зберіг вірність принципам психоаналізу, підготовка сімейних психотерапевтів у США ведеться на основі теорії систем. Остання є перенесеною у сферу сімейних відносин загальною теорією систем (ЗТС), розробленою у 20-х роках і широко застосовуваною у фізиці, кібернетиці, електроніці тощо [1, с. 61-62].

Слід зазначити, що системна сімейна психотерапія розглядає сім'ю як соціальну систему, як комплекс елементів і їхніх властивостей, що перебувають у динамічних зв'язках один з одним [7]. Системні сімейні психотерапевти визначають себе як частину більш великих систем зовнішнього оточення (сусідів, громади, школи), які мають вплив на систему сім'ї пацієнта [1, с. 61].

Основою системної сімейної психотерапії є кібернетика, теорія систем Л. фон Берталанфі, роботи Г. Бейтсона (модель «подвійного затиску»), філософія радикального конструктивізму (Х. фон Ферстер, Е. фон Глазерфельд), роботи П. Вацлавіка і С. Шазера, як засновника підходу, орієнтованого на рішення. На особливу заслугу авторська теорія Л. Берталанфі, створена на початку 50-х років. Учений розробив варіант ЗТС стосовно живих організмів, представивши їх у вигляді відкритих систем, здатних зберігати цілісність у процесі взаємодії та обміну інформацією із зовнішнім середовищем. У теорії біологічних систем Л. Берталанфі всі живі підсистеми більшої системи впли-

вають одна на одну, одночасно відчуючи вплив цілісного організму [2].

У застосуванні до людської сім'ї теорія Л. Берталанфі представляє концептуальне зрушення у розвитку психологічного мислення убік від З. Фрейда, який розглядав людину як окремо взятого індивіда. За Л. Берталанфі, індивіди і малі сімейні групи (діти, батьки, чоловіки, жінки і т.д.) визначаються як підсистеми великої цілісної системи – сім'ї. За цією теорією, поведінка будь-якого індивіда впливає на всю систему та інші підсистеми, одночасно відчуючи вплив з їхнього боку.

Логіка розгортання теоретизації предмету дослідження потребує детальнішого аналізу тих теоретичних підходів до системної сімейної психотерапії, які сформувалися на основі ідей Л. Берталанфі та стали основою психології сім'ї: насамперед, структурного та стратегічного підходів.

Засновником структурної сімейної терапії вважається С. Мінухін. Він та його колеги, зокрема, Б. Монтальво, Дж. Хейлі, М. Уолтерс, Ч. Фішман, К. Маданес та ін., працюючи в дитячій клініці Філадельфії, більше звертали увагу на клінічну терапію, ніж на розроблення теорії [1, с. 61; 5, с. 107]. Вони розглядають сім'ю не як суму окремих особистостей, а як єдиний організм, як базисну людську систему, а симптом вважають породженням або наслідком інтераційних і структурних проблем, що виникли в самій сімейній системі. У межах сімейної системи виділяють підсистеми, кожна з яких, виконує певні функції. Так, подружня підсистема визначає функціонування сім'ї та включає в себе тільки патерни транзакцій, пов'язані з проявом уваги один до одного [3, с. 68]. Батьківська підсистема об'єднує патерни взаємодії, що виникли при вихованні дітей. Батьківська і подружня підсистеми включають одних і тих же індивідів, але це дві різні підсистеми (або два набори поведінкових патернів), адже одна включає взаємодії типу чоловік – дружина, а інша типу батько – мати. Учені С. Мінухін і Ч. Фішман запропонували термін холон, за допомогою якого зручно позначати пересічні, але, безсумнівно, різні ролі в сім'ї [4, с. 16].

Підсистема сиблінгів, членами якої є діти, виконує функцію навчання спілкуванню з однолітками, у тому числі з урахуванням їхнього авторитету.

У системи і підсистем існують *межі* (чітко визначені транзакційні патерни) – це способи, правила взаємодії між індивідами і підсистемами, настільки звичні, що альтернативні варіанти взаємодії навіть не розглядаються. Якщо ж той чи інший вид взаємодії повторюється, то формується патерн або встановлюється межа, що визначає поведінку членів сім'ї в разі подружнього конфлікту. *Зовнішнє втручання* є фактором, що впливає на окремих членів сім'ї. Так, С. Мінухін описує вісь, на одному кінці якої розташовуються сім'ї з надмірно проникними або дифузними межами між підсистемами; на іншому кінці цієї уявної осі розміщені так звані роз'єднані сім'ї – сім'ї з непроникними, або ригідними межами [3, с. 70].

Беручи за основу ідеї С. Мінухіна, К. Таркелсен (1980 р.) встановив, що *патерни транзакцій еволюціонують*, адже кожен етап життя пов'язаний із появою у членів сім'ї нових потреб і задоволення цих потреб вимагає створення нових патернів транзакцій [3, с. 73-74].

У 1980-і рр. структурну теорію розкрили через механістичність і спрощеність, а на перший план виходить стратегічний підхід. Він розроблявся представниками трьох творчих груп: групи короткострокової терапії в Інституті психічних досліджень Дж. Уклендом, П. Вацлавіком і Р. Фішем; співдиректорами Інституту сімейної терапії у Вашингтоні Дж. Хейлі та К. Маданес; М. Сельвіні Палаццолі та її колегами в Мілані. Провідний вплив на стратегічну терапію справили ідеї М. Еріксона [3, с. 102; 5].

Стратегічний і структурний напрями сімейної психотерапії мають загальні теоретичні конструкти: аналізують проблему сім'ї в конкретній інтеракційній ситуації, вважають, що сім'я стикається з труднощами при переході з одного етапу розвитку на інший, сімейна система прагне до збереження гомеостазу і патернів взаємодії, чому й сприяють симптоми.

Очевидно, що аргументоване обґрунтування внеску представників структурного напрямку сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї як наукової галузі потребує більш ґрунтовного та логічного висвітлення особливостей підходу до аналізу сім'ї. Так, сімейні психотерапевти стратегічного напрямку аналізують сімейну систему крізь призму чотирьох елементів: *симптомів, метафор, ієрархії, розстановки сил (влади)* [4].

Учені П. Вацлавік, Дж. Укленд, Р. Фіш (1974 р.) та Дж. Хейлі (1976 р.) дійшли висновку, що *симптоми* характеризують не стільки окремого індивіда, скільки способи взаємодії членів сім'ї між собою. Симптом вони розуміли як комунікативний акт, за допомогою якого передається повідомлення. Симптом, зазвичай, з'являється в тому разі, коли людина «застрягає» на якійсь певній ситуації, не може іншим способом вийти з неї. Вважали, що симптоми підтримують гомеостатичний баланс у сімейній системі. Крім того, симптоми можуть бути формою прояву поведінкових *метафор* при взаємодії членів сім'ї між собою (наприклад, депресія може бути засобом вираження незадоволеності шлюбними відносинами). Повідомлення – метафора зазвичай включає явний елемент (наприклад, «У мене болить голова»), а також прихований підтекст (наприклад, «Я потребую уваги»).

Симптоми можуть служити вираженням проблеми в *ієрархічно організованій структурі*, наприклад, бути спробою вирішення проблеми, пов'язаної з розподілом влади в сім'ї. Сенс симптомів вдається зрозуміти, беручи до уваги структуру владної ієрархії. Зазвичай батько має владу над дитиною, перебуває на вершині піраміди влади. Поява у дитини симптому (наприклад, втеча з дому) дає змогу змінити *розстановку сил* [4, с. 102-103].

Стратеги ставлять за мету зміну дисфункційних способів спілкування всередині сім'ї [1, с. 62]. Однак методи, які використовують у роботі стратегічні терапевти, є досить маніпулятивними, зокрема, рефреймінг [8]. У цьому полягає найбільш суттєва різниця між стратегічним і струк-

турним підходами до системної сімейної психотерапії.

Таким чином, ми проаналізували основні положення теоретичних підходів до системної сімейної психотерапії, що сформувалися на базі розробок Л. Берталанфі, а відтак розширили актуальний простір теоретичного пізнання тих ідей, які лягли в основу психології сім'ї. Водночас, задля вичерпності дослідження, варто звернути увагу на третю школу системної сімейної терапії, пов'язану з іменем М. Боуена. Від двох проаналізованих вище теоретичних підходів її відрізняє те, що основу теорії М. Боуена становить не загальна теорія систем Л. Берталанфі, а *біологічне вчення*. Боуен розглядає людську поведінку та емоції як продукт еволюції [7, с. 155]. Теоретичні конструкції М. Боуена стали частиною трансгенераційної сімейної психотерапії, яка об'єднує кілька теоретичних і практичних підходів, загальним для яких є врахування сімейної динаміки впродовж низки поколінь та опора на психоаналіз [3, с. 130].

Боуен працював над створенням теорії виникнення емоційних розладів, що не суперечила б біології. Він об'єднав учення З. Фрейда про несвідоме, дарвінівську теорію еволюції, а також результати своїх досліджень сімей хворих на шизофренію (1957 р.), і висловив гіпотезу, що емоційні розлади є побічним продуктом людської еволюції. Розвивав ідею про те, що людина має дві системи функціонування: *емоційну систему*, спільну з нижчими представниками тваринного світу, і *розумову систему*, яка з'явилася, за еволюційними мірками, порівняно нещодавно [7, с. 167]. Ступенем диференціації цих систем визначається здатність індивіда до збереження власного «Я» у відносинах з іншими.

На основі цієї теорії М. Боуен розробив *концепцію диференціації свого «Я»*: кожна людина має певний рівень відчуття того, де закінчуються цінності й установки іншого та починаються його власні. Теоретично, сімейні пари можуть варіюватися від «не мають свого «Я»» (схильних до емоційно реагування) до «володіють розвиненим «Я»» (здатних міркувати). Оскільки біль-

шість пар перебувають десь посередині між цими двома крайнощами, усі вони є в стані певного емоційного напруження.

Проаналізувавши відносини в *діадах*, він дійшов висновку, що неминуче виникає конфлікт, коли один партнер емоційно реагує на інший до тих пір, поки не виникне загроза для відносин. У цей момент в діаду вводиться третя особа або щось інше (наприклад, алкоголь або робота) з метою послабити напруження. Це зумовлює виникнення *триангуляції* [3, с. 137].

Суть *концепції триангуляції М. Боуена* полягає в тому, що «трикутники відносин» неминуче виникають у тому разі, коли пара вирізняється надмірно низькою диференціацією емоцій і розуму та потребує того, щоб пом'якшувати конфлікти і позбавлятися від зайвого напруження за рахунок третьої особи. У сім'ях із високою диференціацією «Я» пом'якшення стресу відбувається практично без шкоди для індивідуальності кожного. У сім'ях із низькою диференціацією емоційна реактивність проявляється в утворенні безлічі пов'язаних між собою «трикутників відносин» [3] та виникненні інших способів управління недиференційованим загальним «Я»: подружні конфлікти, дисфункції одного з партнерів, проекції проблем на дітей.

Боуен виділяє та аналізує *симптоми недиференційованості подружніх відносин: подружній конфлікт і дисфункція одного з подружжя*. Він також встановив, що коли у батьків міжособистісні відносини характеризуються низьким рівнем диференціації, вони часто проєктують недолік диференціації на одного або кількох дітей – у цьому полягає суть розробленої М. Боуеном концепції *процесу сімейної проєкції*: рівні диференціації переходять через кордони між поколіннями.

Заслуговує на увагу сформульована М. Боуеном *концепція емоційного відділення*, яка розглядає способи, що використовують люди з різними рівнями диференціації. Учений розрізняє *псевдовідділення, емоційне відділення та емоційний розрив*. Псевдовідділення характеризується припиненням контактів з батьками, дистан-

ціювання від них. Наслідком стає емоційне відчуження між батьками й дітьми при збереженні залежності один від одного, емоційний розрив між поколіннями. У сім'ях із відносно високим рівнем диференціації відбувається емоційне відділення: діти, які подорослішали, створюють власну сім'ю, зберігаючи при цьому живий контакт із попереднім поколінням.

Концепція сімейного проєктивного процесу, розроблена М. Боуеном у 1966 р., свідчить про те, що згідно зі спостереженнями рівень диференціації у дітей, як правило, відповідає рівню диференціації у їхніх батьків. Однак у різних дітей диференціація виражена різною мірою. Така варіативність обумовлена тим, що батьки схильні розряджати напруження переважно на одному з дітей [3, с. 138].

Отже, на відміну від структуралістів і стратегів, які продовжують удосконалювати техніку прийомів сімейної терапії, теоретичні розробки школи М. Боуена відкривають нові можливості для розуміння складного світу сімейних відносин [1, с. 61-62].

Висновки

Таким чином, проведений аналіз дає змогу стверджувати, що саме представники системної сімейної психотерапії першими почали вивчати сім'ю не як сукупність окремих індивідів, а як соціальну систему,

як комплекс елементів і їх властивостей, що перебувають у динамічних зв'язках один з одним. Вони дійшли висновку, що сімейна система – це відкрита система, здатна до самоорганізації, яка перебуває в постійному взаємообміні з навколишнім середовищем. Система є первинною щодо вхідного в неї елементу, тому наміри і вчинки подружжя, батьків і дітей аналізували як вторинні, такі, що підкоряються законам і правилам функціонування сімейної системи, а те, що відбувається в сім'ї, часто не залежить від намірів і бажань індивідів, що входять у цю сімейну систему, оскільки життя в сім'ї регулюється властивостями системи. Це так званий принцип тотальності системи. Загалом, представники системної сімейної психотерапії зосередили увагу на аналізі дисфункційної взаємодії сімейної системи, а основна різниця між школами полягає лише в тому, яка роль відводиться сімейній системі у формуванні цієї взаємодії.

Проаналізовані підходи становлять основу системної сімейної терапії, однак їх представники не єдині використовували системну теорію у своїй роботі. Можна згадати, наприклад, гуманістичний екзистенційно орієнтований напрям і роботи представників Гейдельберзької школи. Тому, на нашу думку, перспективним у подальшому може бути дослідження внеску представників згаданих напрямів у становлення психології сім'ї.

Література:

1. Бейкер К. Г. Система охраны психического здоровья в США / К. Г. Бейкер // Вопросы психологии. – 1990. – № 6. – С. 53-62.
2. Бергаланфи Л. Общая теория систем [Електронний ресурс] / Л. Бергаланфи // Режим доступу : <http://www.twirpx.com/file/566008/>
3. Браун Д. Теория и практика семейной психотерапии / Д. Браун, Д. Кристенсен. – 3 междунар. изд. – СПб. : Питер, 2001. – 351 с.
4. Минухин С. Техники семейной терапии / С. Минухин, Ч. Фишман. – М. : Независимая фирма «Класс», 1998. – 304 с.
5. Николс М. Семейная терапия. Концепции и методы / М. Николс, Р. Шварц. – М. : Эксмо, 2004. – 960 с.
6. Сельвини Палаццоли М. Парадокс и контрпарадокс. Новая модель терапии семьи, вовлеченной в шизофреническое взаимодействие / М. Сельвини Палаццоли, Л. Босколо, Д. Чекин, Д. Прата. – М. : Когито-центр, 2002. – 204 с.
7. Теория семейных систем Мюррея Боуэна : Основные понятия, методы и клиническая практика. – М. : Когито-Центр, 2005. – 496 с.