

**УДК 615.851**

**А.Т. Оспанова,**

**Т.В. Пак,** кандидат медицинских наук, PhD

Инновационный Евразийский университет (г. Павлодар)

E-mail: scorpionka\_s@inbox.ru

### **К вопросу о стратегическом подходе в семейном консультировании**

***Аннотация.** В данной статье рассмотрены понятие и роль стратегического подхода в семейном консультировании. В настоящее время стратегический подход в семейном консультировании является самым распространенным видом психотерапии в работе с семьей. В статье сравнивает стратегический подход с системным и структурным подходом в семейном консультировании. Этот метод семейной психотерапии ориентирован на решение проблем и психотерапевты данного направления не концентрируются на личностных особенностях членов семей, не ставят своей целью достижение клиентом или семьей инсайта.*

**Ключевые слова:** стратегический подход, семейное консультирование, семейный психотерапевт, системный подход, короткая психотерапия.

Существует множество подходов к семейному консультированию: от модификаций фрейдовской психоаналитической модели до позитивной семейной терапии Н. Пезешкиана. Однако в последнее время практики отдают предпочтение интегративным подходам, таким как системный и структурный.

Основоположники системного подхода (М. Боуэн, С. Минухин, В. Сатир, К. Витакер и др.) рассматривают семью не просто как объединение индивидуальностей, связанных узами родства, а как целостную систему, где никто не страдает в одиночку: семейные конфликты и кризисы оказывают деструктивное влияние на всех [1]. Поскольку семья – это система, то не так важно, какой из ее элементов изменяется. На практике изменения в поведении любого из членов семьи влияют на всю систему и другие входящие в нее подсистемы (другие члены семьи) и они одновременно испытывают воздействие с ее стороны.

Оказывая помощь семье в трудные периоды жизни, не имеет смысла заниматься выявлением психоаналитических причин конфликта: гораздо важнее путем конкретных целенаправленных действий изменить отношения между ее членами. При удачно выбранной стратегии и тактике работы семейная обстановка улучшается по мере того, как выполняются рекомендации специалиста. Перемены ведут к сдвигам в механизме функционирования семьи и способствуют уменьшению проявления симптомов психологического неблагополучия у одного или нескольких ее членов [2].

Боуэн широко использует в своей теории и практике семейной психотерапии представления о жизненном цикле семьи, а также считает необходимым учитывать национальные особенности клиентов.

Другой вариант работы с семьей, завоевавший широкую популярность в мире, – структурная семейная терапия С. Минухина. В основе этого подхода лежат три аксиомы: осуществляя психологическую помощь, необходимо принимать в расчет всю семью; каждый из членов семьи должен рассматриваться как ее подсистема; терапия семьи изменяет ее структуру и приводит к изменению поведения каждого из членов семейной системы. Работая с семьей, психолог присоединяется к ней, в результате возникает терапевтическая система, делающая возможными семейные изменения [3].

Не менее распространен еще один из вариантов системного подхода – стратегическая семейная терапия (Дж. Хейли, К. Маданес, П. Вацлавик, Л. Хоффман и др.), где основная работа психотерапевта направлена на формирование у членов семьи ответственности друг за друга [4].

Иногда в рамках стратегического направления включают и вариант системной семейной терапии, разработанный в миланской научной школе. Однако здесь в центре работы – выявление и преобразование тех бессознательных «правил игры», которые поддерживают семейное неблагополучие. «Семейные игры» (впервые они описаны в трансактном анализе Эрика Берна) основаны на ошибочном представлении членов семьи о том, что возможно осуществлять односторонний контроль над межличностными отношениями в семье, манипулируя другими членами семьи. Работа психолога сначала направлена на выявление тех реакций членов семьи, которые приводят к «зацеплениям», делающим семью нездоровой (диагностика), затем – на помощь в осмыслении этих зацеплений и выработку продуктивных способов взаимодействия [5].

Стратегическая терапия – это современное направление краткосрочного психологического консультирования, которое может быть эффективным, как в работе с отдельными клиентами, так и со всей семьей.

Суть стратегического подхода – разработка стратегии для решения проблем, так как изменения в семье важнее, нежели понимание причин нарушений.

Особенностью работы психотерапевта в стратегическом подходе является умение планировать целостный терапевтический процесс и его фрагменты; определять и изменять паттерны

дисфункционального взаимодействия в семье; использовать стратегический диалог, метафоры, прямые и парадоксальные предписания; предлагать семье выполнение различных «домашних заданий».

Этот метод семейной психотерапии ориентирован на решение проблем, поэтому другие его названия – «короткая психотерапия», «проблемно решающая», «системная». Наиболее авторитетные представители стратегической семейной психотерапии – Джей Хейли, Клу Маданес, Карл Витакер и др. – в своей работе развивали опыт Грегори Бейтсона и Милтона Эриксона.

В своей практической работе психотерапевты данного направления не концентрируются на личностных особенностях членов семей, не ставят своей целью достижение клиентом или семьей инсайта (внезапного озарения или постепенного постижения тех аспектов собственного опыта, которые оставались неосознанными).

В концептуальном отношении теория стратегической психотерапии значительно проще тех теорий, которые разрабатывают ученые. Индивидуальные проблемы стратегическими психотерапевтами рассматриваются как манифестация семейных проблем. Самое важное в психотерапии – менять правила, привычки, решения и т. д. По мнению стратегических психотерапевтов, даже небольшие изменения способны обеспечить решение проблемы. Стратегическое вмешательство достаточно интенсивно и кратковременно. Психотерапевт атакует какое-то звено семейной системы, ответственное за формирование симптома, используя циркулярную модель причинности.

Теоретические предпосылки стратегической семейной психотерапии – общая теория систем и кибернетика. Термин «стратегический» принадлежит Джейу Хейли, который на сеансах психотерапии брал на себя ответственность за создание стратегии решения проблемы клиента или семьи. Хейли и его сторонники в своей работе ставят ясные цели, включая снятие симптомов. Данный подход характеризуется чрезвычайным вниманием к деталям симптома и меньшим интересом к семье, к ее росту и благополучию [6].

К 1970 г. стратегическая психотерапия стала настолько популярной, что произошло разделение всех семейных психотерапевтов на стратегических и нестратегических. Аналитически ориентированные психотерапевты обвиняли стратегических психотерапевтов в том, что они – холодные манипуляторы, что они уделяют слишком много внимания силе и техническим приемам. Стратегические семейные психотерапевты отвечали, что их критики не умеют мыслить системно, не понимают круговой причинности, лежащей в основе нервно-психического заболевания [7].

Милтон Эриксон – родоначальник методов системной и стратегической психотерапии – разрабатывал специфический подход и многообразные стратегии вмешательства в зависимости от того, с какой именно проблемой он имел дело. Эриксон верил в то, что все проблемы и уникальны, и универсальны, и могут быть решены многими способами. По его мнению, пациенты склонны воспринимать свои проблемы как ловушку, из которой возможен лишь один выход, неизвестный им, а на самом деле у них есть широкий набор альтернатив. Он энергично вмешивался, чтобы нейтрализовать симптомы и чтобы побудить пациента вести себя новым, более адаптивным путем. В отличие от большинства психотерапевтов, считающих, что ответственность за успех психотерапии лежит на пациенте, Эриксон считал, что он полностью отвечает за результат лечения [8].

Для его практики характерны два подхода, которые оказали большое влияние на других стратегических психотерапевтов: использование косвенных методов воздействия; принятие всего, что предлагает клиент.

Джей Хейли – самая крупная фигура после Эриксона в стратегической семейной психотерапии. Его перу принадлежат две наиболее интересные монографии – «Стратегии в психотерапии» и «Проблемно решающая психотерапия».

По мнению Майкла Николса, Мара Сельвини-Палаццоли принадлежит к стратегическому направлению семейной психотерапии, хотя она сама и все мировое психотерапевтическое содружество относят ее к системной школе. Работала как психоаналитик, занималась психотерапией нервной анорексии. В 1967 г. основала в Милане Институт семейной психотерапии, где и работает в настоящее время. После того как знаменитая миланская бригада распалась, М. Сельвини-Палаццоли стала работать либо одна, либо с напарницей.

Например, если миссис Смит пьет, потому что муж бьет ее, то стратегический семейный психотерапевт не делает вывод, что пьянство обусловлено побоями или наоборот. На самом деле и пьянство жены, и дерущийся муж – это деструктивные шаги в семейной игре. Поэтому стратегический психотерапевт разрушает последовательность, атакуя любое звено этой цепи. Психотерапевт может сказать миссис Смит, что муж с помощью побоев держит ее в узде. Такое смехотворное заявление психотерапевта способно взбесить миссис Смит, которая, вернувшись домой, даст взбучку мужу, вместо того чтобы напиться.

В фокусе внимания стратегического терапевта находятся отношения, или, лучше сказать, взаимозависимые отношения, которые каждый человек переживает с самим собой, с другими людьми и с окружающим миром. Заданной целью является их хорошее функционирование не в общих и абсолютных терминах нормальности, а в терминах персональной реальности, различающейся от индивида к индивиду и от контекста к контексту. Таким образом, стратегии всегда приспособляются к ситуации, а не ситуация адаптируется к соответствующим теориям.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб, 1999.
- 2 Психотерапевтическая энциклопедия (под редакцией Б. Карвасарского). – СПб, 1998.
- 3 Маданес К.. Системная семейная психотерапия. – М., 1999.
- 5 Пэпп П.. Семейная терапия и её парадоксы. – М., 1998.
- 6 Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. – М., 1998.
- 7 Манадес К. Стратегическая семейная терапия / Пер. с англ. Т.В. Снегиревой. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1999. – 272 с
- 8 Артамонова Е.И., Екжанова Е.В., Зырянова Е.В. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. / Под. ред. Е.Г. Силыева. - М.: Издательский центр «Академия», 2002.

## REFERENCES

1. Yeidemiller Ye., Yustickis V. Psihologiya i psihoterapiya sem'i. – SPb, 1999.
2. Psihoterapevticheskaya yenciklopediya (pod redakciei B. Karvasarskogo). – SPb, 1998.
3. Madanes K. Sistemnaya semeinaya psihoterapiya. – M., 1999.
5. Pyep P. Semeinaya terapiya i eyo paradoksy. – M., 1998.
6. Minuhin S., Fishman Ch. Tehniki semeinoy terapii. – M., 1998.
7. Manades K. Strategicheskaya semeinaya terapiya / Per. s angl. T.V. Snegirevoy. – M.: Nezavisimaya firma “Klass”, 1999. – 272 s
8. Artamonova E.I., Ekzhanova E.V., E. Zyryanova V. Psihologiya semeinyh otnosheniy s osnovami semeinogo konsul'tirovaniya. / Pod. red. E.G. Silyaeva. – M.: Izdatel'skiy centr «Akademiya», 2002.

## ТҮЙІН

**А.Т. Оспанова,**

**Т.В. Пак,** медицина ғылымдарының кандидаты, PhD  
Инновациялық Еуразия университеті (Павлодар қ.)

### **Отбасылық кеңес берудегі стратегиялық жол туралы сұраққа**

*Бұл мақалада отбасылық кеңес берудегі стратегиялық жолдың рөлі мен түсінігі анықталған. Қазіргі уақытта отбасылық кеңес берудегі стратегиялық жол отбасымен жұмыста кең тараған. Бұл мақалада отбасылық кеңес берудегі стратегиялық жол жүйелік және құрылымдық жолмен салыстырылып қарастырылған. Отбасылық психотерапияның бұл түрі мәселені шешуге арналған бұл бағыттың психотерапевтері отбасы мүшелерінің жеке бас ерекшеліктеріне емес, адамның жетістіктерін қарастырмайды*

**Түйін сөздер:** стратегиялық жол, отбасылық кеңес беру, отбасылық психотерапевт, жүйелік жол, қысқаша психотерапия

## RESUME

**A.T. Ospanova,**

**T.V. Pak,** кандидат медицинских наук, PhD  
Innovative University of Eurasia (Pavlodar)

### **On the issue of the strategic approach to family counseling**

*This article describes the concept and the role of a strategic approach to family counseling. Currently, the strategic approach to family counseling is the most common type of psychotherapy in the family. The article compares the strategic approach to the systemic and structural approach to family counseling. This method of family therapy focused on problem solving and psychotherapists this area do not focus on personal features of family members, are not intended to achieve the client or family insight.*

**Keywords:** strategic approach, family counseling, family therapist, systemic approach, short therapy