**ТЕМА: Сімейна психотерапія як галузь практичної психології.**

**Актуальність теми:**

В останні роки в нашій країні зростає інтерес до вивчення психології і психотерапії сім’ї. Сім’єю і її проблемами починають цікавитися не тільки фахівці в цій області (сімейні психологи і психотерапевти), але також представники суміжних дисциплін (психіатри, наркологи, невропатологи, педіатри, підліткові лікарі, психологи різних спеціальностей, дефектологи, соціальні працівники і педагоги і т.д.). Свою роль відіграє також новий підхід до процесу психотерапії, у центрі уваги якої стоїть взаємодія між людьми, динаміка ситуацій, а не окремі особистості.

Дослідження в області сімейної психотерапії збагачують своїми результатами психологічну науку, медицину і педагогіку, а використання її прикладних висновків допомагає в професійній діяльності психологів, лікарів, соціальних працівників, вихователів, вчителів і викладачів та багатьох інших категорій фахівців.

**Теоретичні питання:**

1.Сімейна психотерапія, ціль, задачі, місце серед інших дисциплін;

2. Роль медичного психолога на різних етапах сімейної психотерапії та психокорекції;

3. Теоретичні та методологічні основи сімейної психотерапії та сімейного консультування;

4. Методи сімейної психотерапії та сімейного консультування;

5. Принципи побудови сімейної психотерапії та сімейного консультування.

В останні роки в нашій країні зростає інтерес до вивчення психології і психотерапії сім’ї. Сім’єю і її проблемами починають цікавитися не тільки фахівці в цій області (сімейні психологи і психотерапевти), але також представники суміжних дисциплін (психіатри, наркологи, невропатологи, педіатри, підліткові лікарі, психологи різних спеціальностей, дефектологи, соціальні працівники і педагоги і т.д.). Свою роль відіграє також новий підхід до процесу психотерапії, у центрі уваги якої стоїть взаємодія між людьми, динаміка ситуацій, а не окремі особистості.

### В останні десятиліття сучасна сім’я в більшості країн зазнає серйозних змін. За даними літератури можна виділити загальні риси, властиві сім’ям в сучасному суспільстві: масове поширення дошлюбної практики сексуальної поведінки молоді, зниження народжуваності, мала кількість дітей і свідома бездітність, ускладнення міжособистісних відносин, ріст розлучень і, отже, ріст числа неповних сім’ей і сім’ей з нерідними батьками, значне поширення позашлюбних народжень, зростання відчуженості дітей від сім’ї, падіння авторитету батьків в порівнянні з авторитетом однолітка, який влаштувався в житті, підвищення рівня підліткової девіантності, а також соціальні проблеми: зниження матеріального рівня, погіршення фізичного і психічного стану здоров’я дітей і батьків, збільшення числа самотніх літніх чоловіків і жінок.

### *Особливості дослідження сімейних порушень*

Задача вивчення і діагностики порушень сім’ї є дуже складною. В основі цього лежать наступні обставини.

1. Складність сім’ї як соціальної і психологічної системи. Сім’я містить у собі велике число усіляких відносин і взаємозв’язків, для формування яких мають значення індивідуально-типологічні й особистісні особливості її членів; характер її соціального оточення; культурні норми, звичаї, традиції; соціально-економічні умови проживання.

2. Відсутність єдиного підходу до дослідження сім’ї і єдиного розуміння її сутності. Дотепер ще не вироблена загальна теорія, що могла б стати основою для вивчення сім’ї. Замість її є значна кількість шкіл і напрямків з різними, нерідко важко порівняними підходами до вивчення сімейної проблематики і сімейної психотерапії.

3. Предметом вивчення психології і психотерапії сім’ї є та область соціального життя, що піддана впливу соціальних стереотипів. Отже, на формування представлень про сім’ю значний вплив має повсякденний досвід. Усі ми народжуємося в сім’ї і велику частину життя в ній знаходимося, тому найчастіше спираємося на обмежені знання, намагаючись зрозуміти, що собою представляють сімейні відносини взагалі.

4. Скритність (інтимність) багатьох подій, що відбуваються в сім’ї**,** а також їх мінливість і відсутність чітких контурів.

Задачі, що стоять перед фахівцями, що вивчають психологію і консультування сім’ї, можна розбити на три групи.

1. Виявлення основних параметрів сім’ї, які необхідно враховувати при її психологічному аналізі.

2. Вибір методів для одержання необхідних даних про сім’ю і для надання психологічної допомоги.

3. Визначення показань до сімейної діагностики і консультування, тобто рішення найбільш загального питання: у яких випадках при вивченні труднощів чи клієнта з нервово-психічним розладом необхідно звертатися до аналізу сім’ї?

Робота з сім’ями вимагає від фахівця великого обсягу теоретичних знань, різноманітних практичних навичок, терпіння і постійного самовдосконалення. Фахівець в області сімейної психології і психотерапії повинен уміти працювати з людьми різної статі і різного віку: дітьми, підлітками і дорослими. Він повинен володіти навичками індивідуальної (допомога одному члену сім’ї) і групової роботи (допомога подружній парі, дітям і батькам, сім’ї в цілому). Цей курс дасть можливість студентам отримати та розширити їх знання в області сімейної психології і психотерапії і вибрати ті методи роботи, що допоможуть їм більш ефективно справлятися з задачами, що будуть стояти перед ними.

**Сімейна психотерапія**

**Сімейна психотерапія** — це особливий вид психотерапії, спрямований на зміну міжособистісних відносин, що ставить своєю метою усунення емоційних порушень у родині.

**Етапи сімейної психотерапії.**

Сімейна психотерапія — це процес групової взаємодії, що має свою особливу динаміку. У ході сімейної терапії, тривалість якої може коливатися від декількох тижнів до навіть декількох років, виділяють ряд етапів (Ейдеміллер, Юстицкис, 2003):

1)    сімейний діагноз, діагностичний етап;

2)    ліквідація сімейного конфлікту;

3)    реконструктивний;

4)    підтримуючий.

Під сімейним діагнозом розуміється типізація порушених сімейних відносин з урахуванням індивідуально-особистісних властивостей членів родини. Діагностика сімейних відносин здійснюється в процесі приєднання до сімейної групи психотерапевта, що висуває і перевіряє проблемні діагностичні гіпотези. Особливість процедури сімейної діагностики полягає в тім, що вона супроводжує сімейну терапію на всіх етапах і визначає вибір психотерапевтичних технік. Її інша особливість складається в необхідності співвіднесення отриманої від одних членів родини інформації про те, що відбувається, з інформацією від інших членів родини і власного враження психотерапевта, що склалося на підставі розпитування і спостереження за поведінкою учасників процесу психотерапії («родина очима дитини», «родина очима психотерапевта», «які ми насправді»).

На другому етапі в ході однобічних зустрічей психотерапевта з клієнтом і членами його родини відбувається виявлення і прояснення джерел сімейного конфлікту і ліквідація його за допомогою емоційного відреагування кожного члена родини, включеного в конфлікт, у результаті встановлення адекватного контакту з психотерапевтом. Психотерапевт допомагає учасникам конфлікту навчитися говорити мовою, що зрозумілою усім. Крім того, він бере на себе роль посередника і передає в погодженому обсязі інформацію про конфлікт від одного члена родини до іншого. Невербальний компонент цієї інформації може бути переданий психотерапевтом на сеансі сімейної психотерапії, для чого використовується прийом «робот-маніпулятор», коли психотерапевт переводить суперечливе повідомлення учасника сеансу на мову жесту, проводячи відповідність виразності жесту з чутливістю і толерантністю учасників. Отже, на цьому етапі сімейної терапії ведучими психотерапевтичними методами є: недирективна психотерапія, націлена на вербалізацію неусвідомлюваних відносин особистості, а також спеціально розроблені методи впливу членів родини один на одного.

На етапі реконструкції сімейних відносин здійснюється групове обговорення актуальних сімейних проблем або в окремо узятій родині, або в рівнобіжних групах клієнтів з подібними проблемами і їхніх родичів. У цих же групах проводиться рольовий поведінковий тренінг і навчання правилам конструктивної суперечки.

Підтримуючий етап сімейної терапії складається в закріпленні придбаних на попередніх етапах навичок емпатичного спілкування і розширеного діапазону рольової поведінки в природних сімейних умовах. Також проводяться консультування і корекція придбаних навичок спілкування стосовно до реального життя.

Виділення етапів дозволяє структурувати процес сімейної терапії, обґрунтовує послідовність застосування різних психотерапевтичних методів у залежності від цілей і обсягу діагностичних зведень.