

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультет № 6  
кафедра соціології та психології*

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**  
**з навчальної дисципліни «Психотерапія дітей та підлітків»**  
**обов'язкових компонент освітньої програми**  
**першого (бакалаврського) рівня вищої освіти**

*053 Психологія (практична психологія)*

**Тема № 10. Консультування батьків з питань психокорекції дітей та підлітків. Сімейна психотерапія**

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол № 7 від 30.08.2023 р.

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 6  
Протокол № 7 від 25.08.2023 р.

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією Науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та соціально-економічних дисциплін  
Протокол № 7 від 29.08.2023 р.

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології  
Протокол № 8 від 15.08.2023 р.

**Розробник:**

Доцент кафедри соціології та психології, кандидат біологічних наук, доцент Шахова О.Г.

**Рецензенти:**

1. Доцент кафедри загальної психології факультету психології ХНУ імені В.Н. Каразіна, кандидат психологічних наук, доцент Невоєнна О.А.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 ХНУВС, кандидат психологічних наук, доцент Жданова І.В.

### **План лекції:**

1. Консультування батьків. Сучасні концепції виховання батьків:
  - адлеріанська індивідуальна психологія,
  - рождеріанська гуманістична психологія і
  - скірнеровській біхевіоризм.
2. Сутність, задачі та основні поняття сімейної психотерапії. Основні напрями сімейної психотерапії:
  1. Психодинамічний.
  2. Системний і стратегічний.
  3. Еклектичний.
3. Сімейна психотерапія за В. Сатир.

### **Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Андрушко Я.С. Психокорекція : навч.-метод. Посібник. Львів : ЛьвДУ-ВС, 2017. 211 с.
2. Каліна М.Ф. Психотерапія: підручник. К.: «Академвидав», 2010. 288 с.

#### **Допоміжна:**

3. Михальченко Н.В. Психотерапія з психокорекційною роботою. Навчально-методичний посібник. / Автор-упорядник Михальченко Н.В. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2018. 236 с.
4. Brems C., Rasmussen C. Child psychotherapy and counseling. Long Grove: Waveland Press, 2019. 434 p.

### **Інформаційні ресурси в Інтернеті**

1. Філіпова Е.В. Дітяча і підліткова психотерапія. [Електронний ресурс].  
Режим доступу:  
[https://stud.com.ua/43092/psihologiya/dityacha\\_i\\_pidlitkova\\_psihoterapiya](https://stud.com.ua/43092/psihologiya/dityacha_i_pidlitkova_psihoterapiya)

### **Текст лекції**

Практично всіма авторами відзначається неможливим механічного переносу методів психотерапії дорослих у дитячу психотерапію. Це обумовлено наступними факторами: незрілість особистості дитини, своєрідність психогенних факторів, що ведуть до невротичного реагування, такі особливості дитячої психіки, як дратівливість, вразливість, схильність до фантазування, афективність, сугестивність і ін.

#### **1. Сучасні концепції виховання батьків.**

Бути батьками - ймовірно, найбільш важке завдання, з якими зіштовхується більшість дорослих (і навіть багато підлітків), не маючи будь-якої попередньої підготовки або освіти. Не дивно, що відбуваються помилки, пред'являються необгрунтовані очікування, включаються сильні почуття і руйнуються сім'ї. Так чи інакше, від батьків очікується, що вони добре

справляються зі своєю роллю, просто тому, що самі виховувалися батьками, опікунами.

Батьки не можуть бути досконалими, так само, як і діти. ***Допомогти батькам усвідомити і прийняти недосконалість своїх дітей, як і усвідомити і прийняти власну батьківську недосконалість - ось завдання хорошого терапевта.***

Будь-яка програма батьківської освіти і тренінгу батьківських навичок повинна включати деякі базові складові: побудову взаєморозуміння, рефлексію, емпатію, моделювання та подібні стратегії.

Виховання батьків – більшою мірою просвітницька робота, повернута до сві-домості батьків. Вона направна накопичення знань і навиків виконання батьківських функцій і виховання дітей.

Виховання батьків завжди спирається на систему цінностей (релігійні, соціальні, естетичні, етичні і ін.). Тут завжди виявляється образ мислення і рівень культури даного суспільства і враховуються потреби самих батьків. Ці положення знаходять віддзеркалення в різноманітних концепціях і моделях виховання батьків, найбільш поширеними з яких є наступні.

### **Концептуальна передісторія.**

Існує три основних теоретичних підходи, які лягли в основу програм батьківської освіти, а саме: ***адлеріанська індивідуальна психологія, рожде-ріанська гуманістична психологія і скірнеровській біхевіоризм.***

Індивідуальна психологія стала підґрунтям для концепції природних і логічних наслідків, сформульованої Дрейкурс (Dreikurs & Grey, 1990; Dreikurs & Soltz, 1964) і пізніше доповненої Дінкмейером і Мак-Кей (Dinkmeyer & McKay, 1976).

Альфред Адлер (1956), психіатр, вважав, що будь-яка поведінка має завдання або мету і що психологічні або поведінкові дії людей, в тому числі дітей, завжди орієнтовані на більш високу мету або більш просунутий рівень функціонування. Зміст цієї вищої мети багато в чому, якщо не повністю, визначається фундаментальною людською потребою ***в почутті приналежності***. Люди розглядаються як такі, що активно взаємодіють з оточенням, а не як такі, що пасивно реагують на нього, а також як такі, що формують свою поведінку на підґрунті одержуваного зовнішнього зворотного зв'язку. Таким чином, зовнішні чинники і їх інтерпретація індивідом визначають його поведінку і реакції.

Згідно з принципами індивідуальної психології, діти спочатку прагнуть до зростання і вдосконалення, які пов'язані з потребою дитини належати до групи людей, відчувати зв'язок з соціальною групою, найперша з яких - сім'я дитини. Якщо дитина має нормальне оточення і здатна до адекватного сприйняття, це прагнення зумовить дії, відповідні соціальним інтересам.

Однак, якщо батьки не розуміють, що поведінкою дитини рухає саме потреба і бажання належати, і не приймають дитину або якимось інакше не-

адекватно реагують, дитина може формувати помилкові цілі, завдяки чому буде демонструвати стійку чи повторювану погану поведінку.

Адлеріанци виділяють чотири типи помилкових цілей: це завищена потреба в увазі, боротьба за владу, помста і демонстрація неадекватності або неповноцінності (смуток). І тоді завданням терапевта є допомогти батькам переорієнтувати дитину і допомогти їй повернутися до нормального соціально орієнтованого розвитку. Для цього розроблені стратегії природних або логічних наслідків, заохочень і демократичного функціонування в родині (Dreikus & Grey, 1990).

**Гуманізм**, другий теоретичний підхід, який ліг в основу програм батьківської освіти, дав поштовх розвитку тренінгу батьківської ефективності (Gordon, 1970; Gordon & Sands, 1978), який пізніше розширився і включив в себе і тренінг вчительської ефективності. Карл Роджерс (1961) був глибоко переконаний в тому, що людина схильна розвиватися в позитивному і конструктивному напрямку, якщо в її житті присутні повага і довіра. Він сприймав людей як за своєю суттю раціональних, соціалізованих, цілеспрямованих і реалістичних. Він вважав, що поведінка мотивується або внутрішніми спонуканнями людини, або середовищем, яке підсилює або послаблює певні дії.

Батьків навчають тому, як важливо глибоко усвідомлювати справжні потреби, бажання і афекти дитини і бути приймаючим і емпатієним до відношенню до цих проявів особистості, що розвивається.

Для таких цілей були розроблені дві основні батьківські стратегії: **активне слухання і «я» -повідомлення** (Gordon, 1970), яким навчають в освітніх програмах, заснованих на роджеріанській моделі.

Нарешті, ряд фахівців в області батьківської освіти, включаючи Крумбольцев (Krumboltz & Krumboltz, 1972) і Бекера (Becker, 1971), використовували поведінкові принципи. Б.Ф. Скіннер (1971, 1976) наполягав, що теорії, подібні підходам Адлера і Роджерса, не є необхідними і не економні. Він вважав, що будь-яка поведінка засвоєна і обумовлена тими подіями або наслідками, які супроводжували ситуацію навчання. Це **модель оперантного обумовлення**, згідно з якою поведінка, по суті, не є детермінованою, а скоріше формується зовнішнім середовищем. Відповідно, її легко змінити, сформувати або зруйнувати, якщо правильно організувати зовнішній вплив. Будь-яка поведінка формується, і тому оцінювання поведінки як нормальної або ненормальної не виправдано. Поведінку можна розглядати з точки зору її функціональності.

І функціональна, і дисфункціональна поведінка має засвоєну природу, і її можна змінювати, якщо слідувати чотирьом принципам. Біхевіористи виділяють наступні принципи - **позитивне підкріплення, негативне підкріплення, покарання і гальмування**.

Цей підхід вимагає від батьків виконання контролюючих і керівних функцій, а стратегії підходу є ідентичними терапевтичним стратегіям.

## **2. Сутність, задачі та основні поняття сімейної психотерапії.**

Сімейна психотерапія - комплекс психотерапевтичних прийомів і методів, направлених на психотерапію клієнта в сім'ї і за допомогою сім'ї, а також на оптимізацію сімейних взаємин.

Виходячи з цього можна говорити про три аспекти поняття сімейної психотерапії:

- Оптимізація сімейного оточення.
- Психологічна дія на пацієнта, страждаючого психічними і поведінковими розладами, з використанням групового сімейного ефекта.
- Нормалізація сімейних взаємин психічно здорових осіб (тобто сімейне консультування).

Перш ніж переходити до розгляду методів СПТ, зупинимось на основних передумовах, змістовній стороні СПТ.

1. Поведінка кожного індивіда є частиною впорядкованої системи (сім'ї, соц-екон., культурного середовища), тому поведінку і переживання людини можна правильно зрозуміти тільки враховуючи його життєві обставини, знаючи його оточення.

2. Психічні порушення дітей і підлітків можуть указувати на проблеми в структурі сімейних взаємин, можуть бути віддзеркаленням сімейного конфлікту. Іноді психічні розлади можуть розглядатися як спроби зберегти стабільність сімейної системи. У ряді випадків сімейні конфлікти підтримують або підсилюють психічні порушення.

3. У зв'язку з перерахованим вище, незалежно від причини психічних відхилень, при наданні психотерапевтичної допомоги треба брати за увагу ситуацію в сім'ї дітей і його оточення в цілому. У той час, не треба думати, що причиною психічних порушень є лише сім'я. Сімейна терапія має великі перспективи при лікуванні психічних порушень у дітей і підлітків, оскільки сімейні відносини і психічні порушення індивіда, взаємно впливаючи один на одного, обумовлюють єдиний інтегрований процес розвитку.

4. У психотерапевтичній роботі з сім'єю мова йде не про те, щоб ретроспективно пояснити розвиток хвороби, а про пошук шляхів рішення проблеми ресурсами сім'ї.

В ході реалізації системного підходу в сімейній корекційній роботі виділяють ряд етапів: 1. Діагностичний (сімейний діагноз). 2. Ліквідація сімейного конфлікту. 3. Реконструктивний. 4. Підтримуючий.

Під сімейним діагнозом розуміється типізація порушених сімейних відносин з урахуванням індивідуально-особових властивостей членів сім'ї. Особливістю процедури сімейної діагностики є крізною і стереоскопічний характер. Крізний характер полягає в тому, що діагностика про-

водиться на всіх етапах корекційної роботи. Стереоскопічність сімейної діагностики означає, що у разі отримання інформації про те, що відбувається в сім'ї від одного з членів сім'ї необхідно цю інформацію доповнити і со-поставити з інформацією, отриманою від інших членів сім'ї.

На етапі ліквідації сімейного конфлікту здійснюється виявлення і класифікація витоків сімейного конфлікту і ліквідація його засобами емоційногоотреагування кожним членом сім'ї, залученим в конфлікт.

На етапі реконструкції сімейних відносин здійснюється групове обговорення актуальних сімейних проблем або в окремо взятій сім'ї, або в паралельних групах клієнтів з схожими проблемами і їх родичів.

На підтримуючому етапі (етапі фіксації) отримані навички емпатичного спілкування і репертуар ролівої поведінки, що збільшився, закріплюються в природних сімейних умовах реального життя.

В даний час існують декілька напрямів в психотерапевтичній роботі з сім'єю:

1. Психодинамічний.
2. Системний і стратегічний.
3. Еклектичний.

1. **Психодинамічний напрям.** Для цього підходу характерним являється велика увага, що приділяється аналізу історичного минулого членів сім'ї, їх неусвідомлюваних бажань, психологічних проблем і взаємних проєкцій, пережитих на ранніх етапах онтогенезу і відтворених в актуальному досвіді. Велике значення надається досягненню інсайта — усвідомленню того, як невирішені у минулому проблеми впливають на сучасні взаємовідносини в сім'ї і як з цього порушеного контексту відносин виникають неконструктивні способи адаптації до життя у деяких її членів. Робота в рамках даного підходу вимагає великих зусиль як з боку психолога, так і з боку членів сім'ї, величезних витрат часу, що є економічно менш доцільним, але високо-ефективним.

2. **Системний напрям** будується на положенні про взаїмодетермінованості особи і міжособових відносин. Згідно цього підходу стиль спілкування, характер взаємодії, тип виховання, з одного боку, і особові особливості членів сім'ї — з іншого, утворюють замкнутий, постійно гомеостатичний цикл, що відтворюється.

Розглядаючи сім'ю як якусь єдину систему, виділяють різні субсистеми як самостійні одиниці внутрісімейних взаємодій, іграючи важливу роль у функціонуванні ширшої сімейної системи.

Сімейні субсистеми визначаються такими чинниками, як покоління, підлога, інтереси: чоловік — дружина, батько — мати, дитина — дитина, дитина — мати, дитина — батько, діти — домашні тварини і т.д. Кожен індивід може відноситися до багатьох сімейних субсистем.

**3. Еклектичний напрям.** Представники цього напрямку використовують в корекційній роботі з сім'єю різні по своїм психологічним механізмам методи: групову дискусію, роліві ігри, домашні завдання по модифікації поведінки, аналіз і інтерпретацію взаємин, медитацію і т.д.

### **3. Сімейна психотерапія В.Сатир.**

Вірджинія Сатир один із лідерів експерієнціальної сімейної психотерапії. Вона підкреслювала значення нормальної комунікації з іншими членами сім'ї, виходила з концепції зростання особи. Більш того, хоча вона й говорила про сімейну систему, рання експерієнціальна модель сім'ї більше нагадувала демократичну групу, ніж систему із структурою і ієрархією (Satir, 1972). Крім того, вона підкреслювала гнучкість і свободу в стосунках сімейних ролях і розподілу влади. Терапія зазвичай будувалася так, щоб допомогти окремим членам сім'ї знайти для себе реалізовуючі ролі, турбота про потреби сім'ї в цілому в цьому підході була виражена слабо. При цьому передбачалося, що потреби сім'ї автоматично задовольняються при особовому зростанні її членів (Laing, Esterson, 1970).

Перерахуємо основні правила спілкування, сформульовані Вірджинією Сатир (Сатир, 1999):

1. Членам сім'ї слід говорити про свої думки і почуття від першої особи.
2. Кожному членові сім'ї пропонується зайняти «я»-позицію. Для цього людина використовує «я»-твердження, які указують на те, що він відповідає за себе, стимулюють оточуючих виражати свої почуття і полегшують примирення з розбіжностями.
3. Кожен повинен орієнтуватися на рівень розуміння інших членів сім'ї. Всі елементи повідомлення повинні бути конгруентні: слова, вираз обличчя, положення тіла і тон голосу.

Тривалість сімейної психотерапії обумовлюється тяжкістю психічних розладів у «носія симптому», вираженістю міжособових конфліктів в сім'ї, мотивацією членів сім'ї до досягнення терапевтичних змін. Коли учасники психотерапії питали у Сатир «Скільки триватиме сімейна психотерапія?», вона відповідала: «Для того, щоб визначити, в чому полягає ваша проблема, буде потрібно від 3 до 6 сесій тривалістю в 1 годину, а далі ви самі вирішите, достатньо цього для вас або захочете продовжувати роботу зі мною». Спочатку сімейна психотерапія проводиться з частотою 1-2 сеанси в тиждень, а потім зустрічі продовжуються 1 раз в 2 тижні, а далі — 1 раз в 3 тижні.

**1. Початкова стадія: встановлення контакту** (зближення, вислуховування, спостереження).

#### **2. Прийняття.**

**3. Стимулювання свідомості** (техніка «карта сім'ї», переплетення, перехід від змісту до процесу, виявлення деструктивних процесів, пояснення, «живі скульптури»).



### **Прийняття.**

Сатир допомагала людям знайти відчуття захищеності, приймаючи їх такими, які вони є, допомагаючи їм відчуті свою значимість і бути терпливими до себе і іншим. Їй вдавалося це робити за допомогою ряду технік

Пробудження надії Сатир допомагала людям знайти віру в себе і спосіб зробити своє життя кращим. Приклади: «Я розумію, що ви дуже расстроєні, але упевнена, у нас є в запасі і інші можливості, які не можливо не використати». «Я б хотіла почути від кожного з вас, сподівається чи ви, що сьогодні може відбутися дійсно щось дуже важливе?» «Після нашої сьогоднішньої зустрічі зі всією сім'єю я просто упевнена, що ми разом зможемо зробити так, щоб ви не сварилися і у вас було все добре» «У вашій сім'ї прекрасне майбутнє, якщо тільки ви навчитеся інакше поводитися один з одним».

Актуалізація внутрішнього потенціалу Знаючи, що кожна людина має величезний внутрішній потенціал, який часто не використовується нею через те, що доступ до нього заблокований, Сатир спочатку переконувалася в наявності прихованих здібностей, а потім актуалізувала їх. Приклади: «Чи розумієш ти Шелдонє, що ти дуже мужня людина, якщо зважився поговорити про це з братом?». «Бачите, ви обидва тільки що абсолютно осознанно усвідомили для себе абсолютно новий спосіб спілкування. Це чудово!». «Ви розумієте, яку силу і мужність ви проявили, прийшовши сюди?».

Гармонізація Сатир підвищувала самооцінку людини, даючи їй зрозуміти, що всі її відчуття, думки і вчинки абсолютно нормальні і істинні. Приклади: «Бути людиною — це означає здійснювати помилки. Ми вчимося на наших помилках». «Всі пари після укладання шлюбу стикаються з великим розчаруванням. Цікаво, як кожному з вас удалось справитися з цим?». «Хтось з вас, окрім Кейта, знає, що таке боятися сказати про те, що відчуваєш?».

Віддзеркалення Сатир прекрасно уміла відображати відчуття і з'ясовувати точки зору людей, і вона, звичайно, використовувала свої уміння на практиці, щоб дати людині відчуті, що її слухають і розуміють. Приклади: «Здається, це розладнало вас». «У вашому голосі я почула гіркоту від того, що вам, не дивлячись на всі зусилля, ніяк не вдається налагодити відносин в сім'ї».

«Наведення мостів» Сатир завжди прагнула вселяти людям терпимість по відношенню до самих себе і до інших, щоб прийняти себе зі всіма недоліками і терпиміше відноситися до інших. Приклад роботи з сім'єю: діалог 1.Батько: Джуліо поводить як чужа людина по відношенню до власної сім'ї. Коли він удома, то або закривається в своїй кімнаті і включає музику, або розмовляє по телефону з дівчатами. Я не розумію, чом би йому не посидіти з нами. Сатир: Так, але чи бачите, Джуліо сімнадцять. Пригадайте,

що вас цікавело в його віці. Батько: Дівчата і автомашини. Сатир: Тепер ви розумієте, звідки це у Джуліо?

**«Скульптування».** Ця методика замикає собою ряд інших технік, задання якої — стимулювати свідомість людини. Часом Сатир застосовувала «скульптурну» методику, щоб наочніше показати те, що їй вдалося побачити в поведінці, іншим разом самі клієнти демонстрували свою особисту позицію у вигляді «скульптури». Приклад роботи з парами. «Карл, ти стаєш лицем до Лілі, подбоченься однією рукою, витягаєш іншу, і, показуючи на неї пальцем, говориш: "Це ти у всьому винна!" Ліля, ти припадаєш на одне коліно, одну руку кладеш на серці, а іншу в благанні протягуєш до Карла, вимовляючи з почуттям: "Ах, Карл, пробач мене, це я у всьому винна"».

### **Загальні висновки по лекції.**

Отже, сімейна психотерапія - це комплекс психотерапевтичних прийомів і методів, направлених на лікування пацієнта в сім'ї і за допомогою сім'ї, а також на оптимізацію сімейних взаємин. Виходячи з цього можна говорити про три аспекти поняття сімейної психотерапії: Оптимізація сімейного оточення, психологічна дія на пацієнта, страждаючого психічними і поведінковими розладами, з використанням групового сімейного ефекта, нормалізація сімейних взаємин психічно здорових осіб (тобто сімейне консультування).

### **Питання для семінарських занять та екзамену.**

1. Охарактеризуйте сучасні концепції виховання батьків: адлеріанська індивідуальна психологія, рождеріанська гуманістична психологія і скірнеровській біхевіоризм.
2. Сутність, задачі та основні поняття сімейної психотерапії: оптимізація сімейного оточення, психологічна допомога «ідентифікованому пацієнту», нормалізація сімейних взаємин (тобто сімейне консультування).
3. Охарактеризуйте основні напрями в психотерапевтичній роботі з сім'єю: психодинамічний, системний і стратегічний, еклектичний.
4. Охарактеризуйте сімейну психотерапію за В. Сатир.