

Терапевтическое взаимодействие с семьей

Шапиро М.С., 2015

Мы обсуждаем терапевтическое взаимодействие с семьей в широком смысле, подразумевая, что это взаимодействие приведет к изменениям в семейной системе, соответственно совместно с семьей сформулированным целям и задачам.

Структура процесса консультирования (Р.Кочунас)

Исследование
ситуации



Планирование
вмешательства

Определение
ситуации

Вмешательство

Анализ ситуации

Оценка и
обратная связь

Цель работы:

Основной целью психосоциальной работы является увеличение степени самостоятельности клиента, формирование у него навыков и умений самостоятельно строить свою жизнь и решать возникающие проблемы:

- 1) укрепление самостоятельности и независимости положения клиента, создание условий, в которых человек может в максимальной мере проявлять свои возможности и реализовывать свои права;
- 2) создание условий, при которых человек, несмотря на физические увечья, душевный срыв или жизненный кризис, может жить, сохранять чувство собственного достоинства и уважения к себе со стороны окружающих;
- 3) достижение такого результата, когда необходимость в помощи социального работника, психолога и/или другого специалиста у клиента отпадает.

Профессиональная компетентность

Профессиональная компетентность психолога имеет ряд компонентов (Базаров Т.Ю., 1997, 1999, Овсяник О.А., 1999 и др.):

1. **Методический компонент** – профессиональные умения, специальную компетентность, стремление к самосовершенствованию, профессиональное самосознание, широкий кругозор, творчество и образовательный уровень социальных работников.
2. **Организационный компонент** – организаторские способности, целенаправленность, уверенность в себе, оперативность, внимательность и толерантность.
3. **Социальный компонент** – адаптивность, коммуникативность и самоэффективность, эмпатию и гуманность.

Ожидания и вопросы:

1. Могу ли я доверять этому человеку? Движим ли он доброй волей, или, наоборот, находится во власти безразличия, или руководствуется деструктивными побуждениями?
2. Есть ли у него возможность вникнуть в мою жизненную ситуацию? Понимает ли он реальные обстоятельства моей жизни?
3. Будет ли он реагировать с той степенью эмпатии и интереса, которые помогут мне?

Ответы на эти вопросы и составляют основу этического слоя взаимодействия в консультировании.

Мотивы обращения:

Клиент может хотеть:

- Изменить ситуацию
- Изменить себя так, чтобы адаптироваться к ситуации
- Выйти из ситуации
- Найти новые способы жить в этой ситуации

Виды запросов клиента о психологической и консультативной помощи:

- информационный запрос;
- запрос о помощи в обучении навыкам общения, взаимодействия, поведения в проблемных ситуациях и др.;
- о содействии в анализе и интерпретации событий, поведения, особенностей личности;
- о помощи в выработке позиции в отношении проблемы;
- об эмоциональной и психологической поддержке;
- о содействии в анализе проблемы, принятии решения и ее преодолении.

Манипулятивный запрос

- состоит в просьбе клиента об оказании влияния на члена семьи и его изменении либо в интересах самого члена семьи («муж пьет - повлияйте на него, чтобы не пил»), либо в интересах клиента.
- миф о всемогуществе консультанта и «волшебной палочке»,

Необходима работа по переформулированию запроса для заключения договора, или «терапевтического контракта».

Консультирование семьи про ребенка

- Запрос про ребенка, ребенок может не иметь запроса
- Родители могут быть не готовы работать сами
- Предоставление ребенку возможности (пространства) сообщить о собственном запросе
- Фокус на деталях или на системе в целом?

*Переформулирование родительского запроса
служит цели обеспечения психологической
безопасности ребенка.*

Переформулирование и прояснение запроса

1. Расширение контекста (например: «Как еще бывает в такой ситуации, но с другими членами семьи?»))
2. Смена ракурса (смена угла зрения) (например: «Что еще нужно уметь ребенку для освоения этого навыка?»))
3. Обращение к личным, семейным, а не социальным ценностям
4. Эмоциональная поддержка, поиск ресурса
5. Объяснение механизмов формирования процессов и закономерностей развития
6. Обозначение правил обсуждения проблемы/задачи для создания безопасной ситуации, конфиденциальность, правило “stop”
7. Структурирование и ранжирование
8. Обращение к потребности
9. Принцип системности

<i>Формулировка целей родителем</i>	<i>Чувства, иногда стоящие за этим</i>	<i>Потребности, которые могут лежать глубже</i>
Манипуляция с ребенком («Сделайте с ним то-то и то-то»)	Страх потери контроля, страх некомпетентность, несостоятельности	Потребность в безопасности
«Выведывание тайны» («Вы поговорите с ним, а потом мне скажете, объясните»)	Страх близости, интимности	Потребность в доверии, в том, чтобы разделить внутренний опыт
«Посоветуйте, что мне делать»	Избегание выбора, страх, что не готовы к последствиям	Потребность в уверенности, спокойствии
Намеки, «недоговаривание», «детскость» поведения родителя при ребенке («мы с вами взрослые, поймите сами, что мне нужно»)	Страх открытости, собственной незрелости	Потребность принять «ребенка в себе»
«Поймите, как мне плохо и тяжело...»	Одиночество, страх отвержения	Потребность чувствовать себя нужным
«Да можно ли что-то изменить!?»	Страх изменений (паника), отчаянье	Потребность в постоянстве, чтобы понять, что происходит
«Я вам все рассказал (а), а теперь — Вы специалист, Вам виднее»	Страх ответственности, усталость	Потребность в покое и собственном пространстве
Запрос на поддержку в поиске собственных ресурсов	Неудовлетворенность способами разрешения трудностей	Потребность в большей зрелости

Составление психологического прогноза

- «вероятностный прогноз»
- «условно-вариантный прогноз»:
 - 1) неблагоприятные условия, ставшие причиной трудностей, сохраняются;
 - 2) причины и факторы неблагополучия семьи будут преодолены или существенно ослаблены;
 - 3) причины и факторы дисгармоничности, напротив, усугубятся.

Разделение ответственности

- 1) представлением о том, что такое ответственность;
- 2) представлением о том, кто, за что и в какой мере отвечает в ситуации консультативного взаимодействия;
- 3) представлением об основных способах ответственного поведения и трансляции ответственности клиенту, о способах, которыми клиент транслирует и/или возлагает ответственность за происходящее с собой и в процессе работы на специалиста;
- 4) представлением об основных ошибках и вариантах нарушений принципа ответственности, о способах избегания ответственности и эффективных путях коррекции этих нарушений.

Принципы психологического консультирования

1. Принцип причинности.
2. Консультативный альянс — высокий уровень открытости и доверия.
3. Проблемная диагностика
4. Условие эффективности:
 - а) нестандартный подход,
 - б) ориентация на понимание, то есть говорить на языке клиента;
 - в) ориентация на установки клиента;
 - г) использование рекомендаций и директив исключительно для определенных ситуаций
 - д) избежание излишней оригинальности;
 - е) формирование доверительных отношений всеми возможными способами;
 - ж) поддержание мотивации долговременной работы
5. Психологическое посредничество, то есть позиция «третьей стороны» для помощи сторонам нахождения компромисса.
6. Неманипулятивный подход — стимуляция клиента к принятию собственного решения.
7. Принцип безоценочного принятия, когда «психолог и его клиент сливаются в одно психическое целое»
8. Принцип профессионализма
9. Ориентация клиента на самого себя
10. Фиксирование результатов консультации

Общие правила, регулирующие процесс консультирования

1. Не бывает двух одинаковых клиентов и ситуаций консультирования. Каждое консультативное взаимодействие уникально и неповторимо.
2. Клиент и консультант постоянно изменяются согласно их отношениям; в психологическом консультировании нет статичных ситуаций.
3. Самым лучшим экспертом собственных проблем является клиент, поэтому при консультировании следует помочь ему принять на себя ответственность за решение его проблем.
4. В процессе консультирования чувство безопасности клиента важнее, чем требования консультанта.
5. Стремясь помочь клиенту, консультант обязан "подключить" все свои профессиональные и личностные возможности, однако в каждом конкретном случае он не должен забывать, что он всего лишь человек и поэтому не способен полностью отвечать за другого человека, за его жизнь и трудности.
6. Не следует ожидать непосредственного эффекта от каждой отдельно взятой консультативной встречи.

Общие правила, регулирующие процесс консультирования

7. Компетентный консультант знает уровень своей профессиональной квалификации и собственные недостатки, он ответственен за соблюдение правил этики и работу на благо клиентов.
8. Для обозначения и концептуализации каждой проблемы могут быть использованы различные теоретические подходы, но нет и не может быть наилучшего теоретического подхода.
9. Некоторые проблемы — это сущностные человеческие дилеммы и в принципе неразрешимы. В таких случаях консультант должен помочь клиенту понять неизбежность ситуации и смириться с ней.
10. Эффективное консультирование — это процесс, который выполняется **вместе** с клиентом, но **не вместо** клиента.

Десять правил формулирования целей

1. Письменно
2. Каждая цель должна быть сформулирована в позитиве. (научиться.....)
3. Минимум три ответа на вопрос: «Зачем мне это надо?».
4. Цель формулируется так, чтобы ее осуществление зависело главным образом от клиента, а не от других людей или обстоятельств.
5. Подробное описание ожидаемого результата.
6. Цель должна быть измерима.
7. Цель должна быть достижима, то есть важно убедиться в том, что у клиента есть необходимые ресурсы для ее осуществления.
Пошаговый план.
8. Релевантность, то есть связь данной цели с целями из других областей жизни клиента.
9. Конкретные сроки.
10. Экологичность цели. Важно убедиться, что желаемые результаты действительно будут клиенту в радость, и скрытая выгода существующей ситуации не будет тянуть его обратно.