

СЕКЦИЯ 3

ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СЕМЕЙНОМ СОЦИУМЕ

Н. Г. Новак, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

СИСТЕМНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ М. БОУЭНА КАК ИНТЕГРАТИВНАЯ МОДЕЛЬ ПОМОЩИ СЕМЬЕ

В статье представлен сравнительный анализ задач и содержания деятельности при организации психологической помощи семье с позиции классиков поведенческого, психоаналитического и системного направлений психологии. Подробно рассматриваются идеи системной психотерапии М. Боуэна (M. Bowen's systemic psychotherapy) как одной из наиболее практикоориентированных и перспективных интегративных моделей психологического консультирования и психотерапии семьи.

Ключевые слова: системная психотерапия, семья как система, интегративная модель помощи семье, дифференциация.

В психологической литературе при рассмотрении вопроса развития психологической помощи семье традиционно выделяют фундаментальные направления: бихевиористическое, психоаналитическое и системное. Каждое из указанных течений со временем послужило методологической основой для развития многочисленных моделей семейного консультирования и психотерапии.

В моделях семейного консультирования и психотерапии системного направления семья рассматривается как социальная система, как комплекс элементов в единстве их свойств, динамических связей и функциональных отношений друг с другом. Такой подход предполагает в процессе психологического консультирования опору на семью в целом как на единицу воздействия.

Данное направление берет свое начало из системного подхода, разработанного австрийским биологом Л. фон Берталанфи. По мнению ученого, категория «система» позволяет взглянуть на мир не как на механизм, а как на организм («организмический взгляд на мир») [2].

Семья – это социальная система, состоящая из связанных между собой элементов и их свойств, и находящихся в функциональных отношениях. Для нее характерна определенная организация (иерархия), подсистемы (супружеская, детско-родительская, sibлинговая), внутренние и внешние границы, а также параметры ее характеризующие (стереотипы взаимодействия, семейные правила, семейные мифы, стабилизаторы, симптом семьи, семейная история) [1].

Здоровая семейная система является достаточно открытой, что позволяет осуществлять взаимодействие с внешним миром. Как и любая система, семья является самоорганизующейся: поведение системы целесообразно, и источник преобразований системы лежит внутри ее самой (члены семьи поступают так или иначе под влиянием своих потребностей и мотивов). При этом важно понимать, что система всегда первична по отношению к входящим в нее элементам, поэтому целесообразно работать со всей семейной системой, а не с отдельным человеком. Консультант должен четко осознавать, что происходящее в семье не в полной мере зависит от намерений и желаний людей, входящих в эту семейную систему, потому что жизнь в семье регулируется свойствами системы как таковой, подчиняется законам (основными из которых являются закон гомеостаза и закон развития) и правилам функционирования семейной системы. В этом суть так называемого «принципа тотальности системы». Как показывает практика, чем больше «возраст» семейной системы и чем она более ригидна и закрыта, тем в большей степени этот принцип определяет поведение членов семьи и влияет на внутрисемейное функционирование.

В работе с семьей системный психотерапевт должен придерживаться принципов циркулярности, гипотетичности и нейтральности [1]. Оказание помощи семье ориентировано на оптимизацию семейных взаимоотношений, на определение нарушений функционирования в определенной подсистеме (или между ними) и анализ семейных параметров как возможных факторов дисфункциональности.

Одним из патриархов *системной семейной психотерапии* по праву считается *Мюррей Боуэн* (1913–1990) – выдающийся американский психиатр, психолог и психоаналитик. Работая в качестве психоаналитика, он сформулировал идеи о повторяющихся, автоматически воспроизводящихся паттернах взаимоотношений в диаде «ребенок-мать». Он предложил различать две формы привязанности: тревожную (патологическая форма, основанная на тревоге и связанная с утратой разумного контроля над эмоциями) и функциональную – привязанность с сохранением самообладания и автономии. Вторую форму впоследствии М. Боуэн определил как центральный аспект так называемой «*дифференциации*» (способность к автономному функционированию на основе умения различать (дифференцировать) мысли, идеи, аффекты, эмоции, чувства) [5].

Важнейшим пунктом учения М. Боуэна стало положение о противоположных тенденциях развития семейной системы: индивидуализация и сплочение. В гармоничной семье обе эти тенденции сбалансированы и уравновешивают друг друга. Слияние членов семьи является результатом дисбаланса и чрезмерного смещения внутрисемейных взаимоотношений к полюсу сплочения. Такие семейные системы, в которых люди не могут действовать независимо друг от друга, были названы «семьи сплава». Такой союз больше похож на аморфную эмоционально заряженную эго-массу. Поэтому задачей специалиста является отделение членов семьи друг от друга и их обучение функционированию с умеренной привязанностью и достаточной степенью автономии каждого из них [5]. Вследствие действия механизмов и законов системы, даже поддерживая изменение положения одного из членов семьи, психолог может способствовать изменению семейной системы в целом.

Большое внимание в модели М. Боуэна уделяется актуальному семейному взаимодействию, представленному посредством соответствующих концептов: дифференциация Я и дифференциация межличностных отношений в семье (уровень *автономии/слияния* членов семьи); триангуляция как тенденция к образованию в семье патогенных «треугольников»; концепция эмоциональной системы ядерной семьи, описывающая характерные паттерны функционирования в рамках одного поколения; концепция трансгенерационной (межпоколенческой) передачи патогенных паттернов; степень эмоционального отделения (эмоционального разрыва) от родительской семьи; сиблинговая позиция и сиблинговый профиль; концепция проективных процессов в семье; концепция социумной регрессии [4].

В современной психологии М. Боуэна считают одним из основателей трансгенерационного подхода к семье, объединяющего несколько теоретических и практических подходов, общим для которых является учет семейной динамики на протяжении ряда поколений, поскольку именно он обосновал концепцию трансгенерационной (межпоколенческой) передачи патогенных паттернов [3, с. 15].

Для сбора информации о межпоколенных связях М. Боуэн в 1978 г. разработал метод генограммы. Данный инструментарий позволяет специалисту оценить не только настоящее отдельного человека, но и историю его семьи, его прошлое [4]. В психотерапевтической практике применение данного метода позволяет уже в ходе обсуждения прояснить характер взаимоотношений в семейной системе, проследить признаки сплава, тем самым мотивировать члена семьи в его стремлении преодолеть эмоциональное слияние.

Таким образом, практика семейного консультирования и психотерапии во многом определяется теоретическими ориентирами психолога-консультанта, отражающими взгляд на природу личности и механизмы ее поведения, причины внутрисемейных нарушений, варианты изменений. Интегративная модель М. Боуэна существенно обогатила теорию и практику семейной системной психотерапии, пролив свет на механизмы функционирования от-

дельных членов семьи в семейной системе с учетом уровня дифференциации отдельного человека и эмоциональных связей между поколениями.

Список использованных источников

1 Варга, А. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс / А. Варга. – СПб. : Речь, 2001. – 144 с.

2 Основы психологии семьи и семейного консультирования ; под общ. ред. Н. Н. Посысоева. – М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 328 с.

3 Слепкова, В. И. Психология семьи / В. И. Слепкова, И. И. Кранц [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elib.bspu.by/handle/doc/187?mode=full&ysclid=15h66zjmn5636890516>. – Дата доступа: 03.06.2022.

4 Системная семейная терапия Мюррея Боуэна [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://viaregina.ru/center/sistemnaya-semeynaya-terapiya-myurreya-bouena.html>. – Дата доступа: 03.06.2022.

5 Теория семейных систем Мюррея Боуэна : основные понятия, методы и клиническая практика ; под ред. К. Бейкер, А. Я. Варги ; [пер. с англ. под общ. ред. В. И. Белопольского, пер. : А. Боковиков и др.]. – 2-е изд., стер. – М. : Когито-Центр, 2008. – 494 с.

Н. Л. Станкевич

Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка,
г. Минск, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ САМОКОНТРОЛЯ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА СЕМЬИ

В статье рассматривается проблема самоконтроля личности обучающихся в зависимости от типа семьи. Приводятся результаты исследования особенностей самоконтроля у обучающихся из полных и неполных семей. Подчеркивается актуальность разработки и внедрения в образовательный и воспитательный процесс программ развития самоконтроля у обучающихся.

Ключевые слова: самоконтроль, обучающиеся, полная и неполная семья.

В условиях современной информационной среды и широкого влияния СМИ, интернета на личность, умение самостоятельно и осознанно контролировать поведение и деятельность приобретает первостепенное значение. Способность человека одновременно быть инициатором собственных намерений и их управленцем подразумевает его независимую позицию. Автономия и самостоятельность действий человека проявляются в самоконтроле. Проблему самоконтроля рассматривали отечественные и зарубежные исследователи П. К. Анохин, Р. Ассаджиолли, Н. А. Бернштейн, Л. Г. Дикая, В. А. Иванников, Е. П. Ильин, Г. С. Никифоров, В. И. Моросанова, Е. А. Сергиенко, R. Bau-meister, E. L. Deci и R. M. Ryan, J. Kuhl, W. Mischel, M. Muraven, B. J. Zim-merman. Ученые подчеркивали, что самоконтроль личности проявляется в различных видах деятельности, повышает ее эффективность. Овладение навыками и умениями самоконтроля позволяет обучающимся продуктивно учиться, специалистам осуществлять трудовую деятельность на высоком уровне.

Теоретический анализ исследований самоконтроля показывает, что навыки и умения регулировать собственное поведение и деятельность формируются в процессе онтогенетического развития личности, в результате воспитания и самовоспитания. Необходимо отметить, что постепенное становление самоконтроля происходит в процессе социализации личности, и связано с усвоением и принятием выработанных в семье норм и правил поведения. Боль-