

*Посвістак О. А.*

*к. іст. н, доцент кафедри філософії і політології  
Хмельницького національного університету*

**Аналіз внеску представників системної сімейної психотерапії у  
становлення психології сім'ї як наукової галузі**

*В статті досліджений внесок представників основних напрямів системної сімейної психотерапії: структурного, стратегічного та системного М. Боуена у становлення психології сім'ї як наукової галузі.*

**Ключові слова:** психотерапія сім'ї, структурний напрям сімейної психотерапії, системний напрям, теорія сімейних систем М. Боуена.

*Посвістак О. А.*

*к.ист.н, доцент кафедры философии и политологии  
Хмельницкого национального университета*

**Анализ вклада представителей системной семейной психотерапии  
в становление психологии семьи как научной отрасли**

*В статье исследован вклад представителей основных направлений системной семейной психотерапии: структурного, стратегического и системного М. Боуэна в становление психологии семьи как научной отрасли.*

**Ключевые слова:** структурное направление психотерапии семьи, системное направление, теория семейных систем М.Боуэна.

*Posvistak O.,*

*PhD, associate professor of Philosophy and Political Science Department,  
Khmelnyskyi National University*

## **Analysis of the contribution of systemic family psychotherapy representatives to the psychology of the family establishment as a scientific field of study**

The abstract theorems of the main fields of systemic family therapy, structural and strategic approaches and theories of family systems of M. Bowen are analyzed; their contribution to the establishment of psychology of the family as a scientific field is revealed.

**Keywords:** structural and strategic approaches, theory of family systems of M. Bowen.

### ***Постановка проблеми***

У ХХІ ст., в умовах постійних трансформацій, які переживає сім'я, перед фахівцями стоїть завдання вивчення проблем сім'ї з метою кваліфікованого надання їй психологічної допомоги. У зв'язку з цим необхідним видається аналіз теоретичних підходів до вивчення сім'ї, який допоможе досягти більш глибокого розуміння теоретичних засад, на яких базується психологія сім'ї та практика сімейної психотерапії. Психологія сім'ї є міждисциплінарною галуззю науки. Аналіз сутнісної характеристики її теоретико-методологічних основ дозволив дійти висновку, що в її основі лежить систематизована сукупність підходів, методів, прийомів дослідження та теоретичні конструкції сформульовані в межах інших наук, галузей психології і практики сімейної психотерапії та сімейного консультування.

### ***Аналіз останніх досліджень і публікацій***

Внесок представників окремих наук та галузей психології в становлення психології сім'ї як наукової галузі розглядали Л. Шнейдер, О. Карабанова, О. Мінеєва, А. Лідерс. Особливості теоретичних підходів, розроблених в межах сімейної психотерапії аналізують Д. Браун, Д. Крістенсен, В. Слєпкова, А. Холмогорова, А. Черніков, А. Варга[1, 2, 3, 7].

### ***Не вирішені раніше частини загальної проблеми***

Попри значну кількість досліджень, аналіз праць вчених свідчить, що в науковій літературі майже відсутні системні дослідження, які описують внесок представників сімейної психотерапії в становлення психології сім'ї, а саме її системного підходу.

### ***Формулювання цілей статті***

З огляду на це, метою статті є аналіз внеску представників основних підходів системної сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї, як наукової галузі: структурного, стратегічного та теорії М. Боуена

### ***Виклад основного матеріалу дослідження***

Вивчення наукових джерел свідчить про те, що з 1970-го по 1985 рр. відбувається розквіт сімейної терапії, коли першовідкривачі засновували учбові центри і розробляли зміст своїх моделей. М. Ніколс та Р. Шварц виділяють три підходи до сімейної терапії, які орієнтуються на роботу з окремими пацієнтами: емпіричний, психоаналітичний і поведінковий, і три тих, які стали продуктами системної революції: структурний, стратегічний і боуенівський [5, с.106]. Свідченням авторитетності другої групи підходів є те, що в даний час, за винятком нью-йоркського Інституту сім'ї ім. Н. Аккермана, який зберіг вірність принципам психоаналізу, підготовка сімейних психотерапевтів в США ведеться на основі теорії систем. Ця теорія являє собою перенесену в сферу сімейних відносин загальну теорію систем (ЗТС), розроблену в 20-х рр. й широко застосовувану у фізиці, кібернетиці, електроніці тощо [1, с. 61 – 62].

Слід зазначити, що системна сімейна психотерапія розглядає сім'ю як соціальну систему, як комплекс елементів і їх властивостей, що знаходяться в динамічних зв'язках один з одним [7]. Системні сімейні психотерапевти визначають себе як частину більш великих систем зовнішнього оточення (сусідів, громади, школи), які мають вплив на систему сім'ї пацієнта [1, с. 61].

Основою системної сімейної психотерапії є кібернетика, теорія систем Л. фон Берталанфі, роботи Г. Бейтсона (модель «подвійного затиску»), філософія радикального конструктивізму (Х. фон Ферстер, Е. фон Глазерфельд), роботи П. Вацлавіка і С. Шазера, як засновника підходу, орієнтованого на рішення. На особливу увагу заслуговує авторський теорія Л. Берталанфі, створена на початку 50-х рр. Він розробив варіант ЗТС стосовно живих організмів, представивши їх у вигляді відкритих систем, здатних зберігати цілісність в процесі взаємодії та обміну інформацією з зовнішнім середовищем. У теорії біологічних систем Л. Берталанфі всі живі підсистеми більшої системи впливають одна на одну, одночасно відчуючи вплив цілісного організму [2].

У застосуванні до людської сім'ї теорія Л. Берталанфі представляє концептуальне зрушення у розвитку психологічного мислення у бік від З. Фрейда, який розглядав людину як окремо взятого індивіда. За Л. Берталанфі, індивіди і малі сімейні групи (діти, батьки, чоловіки, жінки і т.д.) визначаються як підсистеми великої цілісної системи – сім'ї. За цією теорією, поведінка будь-якого індивіда впливає на всю систему і інші підсистеми, одночасно відчуючи вплив з їхнього боку.

Логіка розгортання теоретизації предмету дослідження потребує детальнішого аналізу тих теоретичних підходів до системної сімейної психотерапії, які сформувалися на основі ідей Л. Берталанфі і лягли в основу психології сім'ї: насамперед, структурного та стратегічного підходів.

Засновником *структурної сімейної терапії* вважається С. Мінухін. Він та його колеги, зокрема, Б. Монтальво, Дж. Хейлі, М. Уолтерс, Ч. Фішман, К. Маданес та ін., працюючи у дитячій клініці в Філадельфії, більше звертали увагу на клінічну терапію, ніж на розробку теорії [1, с. 61; 5, с. 107]. Сім'ю вони розглядають як не як суму окремих особистостей, а як єдиний організм, як *базисну людську систему*, а симптом вважають породженням або наслідком інтеракційних і структурних проблем, що виникли в самій сімейній системі. В межах сімейної системи виділяють *підсистеми*, кожна з

яких, виконує певні функції. Так, подружня підсистема визначає функціонування сім'ї і включає в себе тільки патерни транзакцій, пов'язані з проявом уваги один до одного [3, с. 68]. Батьківська підсистема об'єднує патерни взаємодії, що виникли при вихованні дітей. Батьківська і подружня підсистеми включають одних і тих же індивідів, але це дві різні підсистеми (або два набори поведінкових патернів), адже одна включає взаємодії типу чоловік – дружина, а інша типу батько – мати. С. Мінухін і Ч. Фішман запропонували термін *холон*, за допомогою якого зручно позначати пересічні, але, безсумнівно, різні ролі в сім'ї [4, с. 16]. Підсистема сиблінгів, членами якої є діти, виконує функцію навчання спілкуванню з однолітками, у тому числі з урахуванням їх авторитету.

В системи і підсистем існують *межі* (чітко визначені транзакційні патерни) – це способи, правила взаємодії між індивідами і підсистемами, настільки звичні, що альтернативні варіанти взаємодії навіть не розглядаються. Якщо ж той чи інший вид взаємодії повторюється, то формується патерн або встановлюється межа, що визначає поведінку членів сім'ї у разі подружнього конфлікту. *Зовнішнє втручання* є фактором, який впливає на окремих членів сім'ї. С. Мінухін описує вісь, на одному кінці якої розташовуються сім'ї з надмірно проникними або дифузними межами між підсистемами. На іншому кінці цієї уявної осі знаходяться так звані «роз'єднані» сім'ї – сім'ї з непроникними, або ригідними, межами [3, с. 70].

Беручи за основу ідеї С. Мінухіна, К. Таркелсен (1980) встановив, що *патерни транзакцій еволюціонують*, адже кожен етап життя пов'язаний з появою у членів сім'ї нових потреб і задоволення цих потреб вимагає створення нових патернів транзакцій [3, с. 73 – 74].

У 1980-і рр. структурну теорію розкритикували через механістичність і спрощеність, а на перший план виходить стратегічний підхід. Він розроблявся представниками трьох творчих груп: групи короткострокової терапії в Інституті психічних досліджень Дж.Уіклендом, П. Вацлавіком і Р.Фішем; співдиректорами Інституту сімейної терапії у Вашингтоні

Дж.Хейлі і К. Маданес; М. Сельвіні Палаццолі та її колегами в Мілані. Провідний вплив на стратегічну терапію чинили ідеї М. Еріксона [3, с. 102; 5].

Стратегічний і структурний напрямки сімейної психотерапії мають загальні теоретичні конструкти: аналізують проблему сім'ї в конкретній інтеракційній ситуації, вважають, що сім'я стикається з труднощами при переході з одного етапу розвитку на інший, сімейна система прагне до збереження гомеостазу і патернів взаємодії, чому і сприяють симптоми.

Очевидно, що аргументоване обґрунтування внеску представників структурного напрямку сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї як наукової галузі потребує більш ґрунтовного та логічного висвітлення особливостей підходу до аналізу сім'ї. Так, сімейні психотерапевти стратегічного напрямку аналізують сімейну систему крізь призму чотирьох елементів: *симптомів, метафор, ієрархії, розстановки сил (влади)* [4].

П. Вацлавік, Дж. Уікленд, Р. Фіш (1974) та Дж. Хейлі (1976) дійшли до висновку, що *симптоми* характеризують не стільки окремого індивіда, скільки способи взаємодії членів сім'ї між собою. Симптом вони розуміли як комунікативний акт, за допомогою якого передається повідомлення. Симптом, зазвичай, з'являється в тому випадку, коли людина «застрягає» на якійсь певній ситуації і не може іншим способом вийти з неї. Вважали, що симптоми підтримують гомеостатический баланс в сімейній системі. Крім того, симптоми можуть бути формою прояву поведінкових *метафор* при взаємодії членів сім'ї між собою (наприклад, депресія може бути засобом вираження незадоволеності шлюбними відносинами). Повідомлення – метафора зазвичай включає явний елемент (наприклад, «У мене болить голова»), а також прихований підтекст (наприклад, «Я потребую уваги»).

Симптоми можуть служити виразом проблеми в *ієрархічно організованій структурі*, наприклад, бути спробою вирішення проблеми, пов'язаної з розподілом влади в сім'ї. Сенс симптомів вдається зрозуміти, беручи до уваги структуру владної ієрархії. Зазвичай батько має владу над

дитиною, перебуває на вершині піраміди влади. Поява у дитини симптому (наприклад, втеча з дому) дозволяє змінити *розстановку сил* [4, с. 102 – 103].

Стратеги ставлять за мету зміну дисфункційних способів спілкування всередині сім'ї [1, с. 62]. Однак методи, які використовують у роботі стратегічні терапевти, є досить маніпулятивними, зокрема, рефреймінг [8]. В цьому полягає найбільш суттєва різниця між стратегічним та структурним підходами до системної сімейної психотерапії.

Таким чином, ми проаналізували основні положення теоретичних підходів до системної сімейної психотерапії, які сформувалися на базі розробок Л.Берталанфі, а відтак розширили актуальний простір теоретичного пізнання тих ідей, які лягли в основу психології сім'ї. Водночас, задля вичерпності дослідження, варто звернути увагу на третю школу системної сімейної терапії пов'язану з ім'ям М. Боуена. Від двох проаналізованих вище теоретичних підходів її відрізняє те, що основу теорії М.Боуена становить не загальна теорія систем Л.Берталанфі, а *біологічне вчення*. М.Боуен розглядає людську поведінку і емоції як продукт еволюції [7, с. 155]. Теоретичні конструкції М.Боуена стали частиною трансгенераційної сімейної психотерапії, яка об'єднує кілька теоретичних і практичних підходів, загальним для яких є врахування сімейної динаміки упродовж низки поколінь та опора на психоаналіз [3, с. 130].

М. Боуен працював над створенням теорії виникнення емоційних розладів, що не суперечила б біології. Він об'єднав вчення З. Фрейда про несвідоме, дарвінівську теорію еволюції, а також результати власних досліджень сімей хворих шизофренією (1957) і висловив гіпотезу, що емоційні розлади є побічним продуктом людської еволюції. Розвивав ідею про те, що людина має дві системи функціонування: *емоційну систему*, спільну з нижчими представниками тваринного світу, і *розумову систему*, яка з'явилася, за еволюційними мірками, порівняно нещодавно [7, с. 167]. Ступенем диференціації цих систем визначається здатність індивіда до збереження власного «Я» у відносинах з іншими.

На основі цієї теорії М. Боуен розробив *концепцію диференціації свого «Я»*: кожна людина має певний рівень відчуття того, де закінчуються цінності й установки іншого і починаються його власні. Теоретично, сімейні пари можуть варіюватися від «не мають свого «Я»» (схильних до емоційно реагування) до «володіють розвиненим «Я»» (здатних міркувати). Оскільки більшість пар знаходяться десь посередині між цими двома крайнощами, всі вони знаходяться в стані певної емоційної напруги.

Проаналізувавши стосунки у *діадах*, він дійшов до висновку, що неминуче виникає конфлікт, коли один партнер емоційно реагує на іншого до тих пір, поки не виникне загроза для відносин. У цей момент в діаду вводиться третя особа або щось інше (наприклад, алкоголь або робота) з метою послабити напругу. Це веде до виникнення *триангуляції* [3, с. 137].

Суть *концепції триангуляції М. Боуена* полягає в тому, що «трикутники стосунків» неминуче виникають в тому випадку, коли пара відрізняється надмірно низькою диференціацією емоцій і розуму та потребує того, щоб пом'якшувати конфлікти і позбавлятися від зайвої напруги за рахунок третьої особи. У сім'ях з високою диференціацією «Я» пом'якшення стресу відбувається практично без шкоди для індивідуальності кожного. У сім'ях з низькою диференціацією емоційна реактивність проявляється в утворенні безлічі пов'язаних між собою «трикутників відносин» [3] та виникненні інших способів управління недиференційованим загальним Я: подружні конфлікти, дисфункції одного з партнерів, проекції проблем на дітей.

М. Боуен виділяє та аналізує *симптоми недиференційованості подружніх відносин: подружній конфлікт і дисфункція одного з подружжя*. Він, також, встановив, що коли у батьків міжособистісні відносини характеризуються низьким рівнем диференціації, вони часто проектують недолік диференціації на одного або декількох дітей – в цьому полягає суть розробленої М. Боуеном концепції *процесу сімейної проекції*: рівні диференціації переходять через кордони між поколіннями.

Заслуговує на увагу сформульована М. Боуеном *концепція емоційного відділення*, яка розглядає способи, які використовують люди з різними рівнями диференціації, щоб, відокремлюючи себе від батьківської сім'ї. М. Боуен розрізняє *псевдовідділення, емоційне відділення та емоційний розрив*. Псевдовідділення характеризується припиненням контактів з батьками, дистанціювання від них. Результатом стає емоційне відчуження між батьками і дітьми при збереженні залежності один від одного, емоційний розрив між поколіннями. У сім'ях з відносно високим рівнем диференціації відбувається емоційне відділення: діти, які подорослішали створюють власну сім'ю, зберігаючи при цьому живий контакт із попереднім поколінням.

*Концепція сімейного проективного процесу*, розроблена М. Боуеном у 1966 р., свідчить про те, що, згідно зі спостереженнями, рівень диференціації у дітей, як правило, відповідає рівню диференціації у їхніх батьків. Проте у різних дітей диференціація виражена в різній степені. Така варіативність обумовлена тим, що батьки схильні розряджати напругу переважно на одному з дітей [3, с. 138].

Отже, на відміну від структуралістів і стратегів, які продовжують удосконалювати техніку прийомів сімейної терапії, теоретичні розробки школи М. Боуена відкривають нові можливості для розуміння складного світу сімейних стосунків [1, с. 61 – 62].

**Висновки.** Таким чином, проведений аналіз внеску представників системної сімейної психотерапії у становлення психології сім'ї як наукової галузі дозволяє стверджувати, що саме представники системної сімейної психотерапії першими почали вивчати сім'ю не як сукупність окремих індивідів, а як соціальну систему, як комплекс елементів і їх властивостей, що знаходяться в динамічних зв'язках один з одним. Вони дійшли до висновку, що сімейна система – це відкрита система, здатна до самоорганізації, яка знаходиться в постійному взаємообміні з навколишнім середовищем. Система є первинною по відношенню до вхідного в неї елементу, тому наміри і вчинки подружжя, батьків та дітей аналізували як

вторинні, такі, що підкоряються законам і правилам функціонування сімейної системи, а те, що відбувається в сім'ї, часто не залежить від намірів і бажань індивідів, що входять в цю сімейну систему, тому що життя в сім'ї регулюється властивостями системи. Це так званий принцип тотальності системи. Загалом, представники системної сімейної психотерапії свою увагу зосередили на аналізі дисфункційної взаємодії сімейної системи, а основна різниця між школами полягає лише в тому, яка роль відводиться сімейній системі у формуванні цієї взаємодії.

Проаналізовані підходи становлять основу системної сімейної терапії, але їх представники не єдині, хто використовував системну теорію в своїй роботі. Можна згадати, наприклад, гуманістичний екзистенційно орієнтований напрям та роботи представників Гейдельбергської школи. Тому, на нашу думку, перспективним в подальшому, може бути дослідження внеску представників згаданих напрямів у становлення психології сім'ї.

### ***Література***

1. Бейкер К. Г. Система охраны психического здоровья в США / К. Г. Бейкер // Вопросы психологии. – 1990. – №6. – С. 53 – 62.
2. Берталанфи Л. Общая теория систем [Электронный ресурс] / Л. Берталанфи // Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/566008/>
3. Браун, Д. Теория и практика семейной психотерапии / Д. Браун, Д. Кристенсен. – 3 междунар. изд. – СПб. : Питер, 2001. – 351 с.
4. Минухин С. Техники семейной терапии / С. Минухин, Ч. Фишман. – М.: Независимая фирма "Класс", 1998. – 304 с
5. Николс, М. Семейная терапия. Концепции и методы / М. Николс, Р. Шварц. – М. : Эксмо, 2004. – 960 с.
6. Сельвини Палаццоли М. Парадокс и контрпарадокс. Новая модель терапии семьи, вовлеченной в шизофреническое взаимодействие / М. Сельвини Палаццоли, Л. Босколо, Д. Чекин, Д. Прата. – М.: Когито-центр, 2002. – 204 с.
7. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. – М.: «Когито-Центр», 2005. – 496 с.