

Психологическое сопровождение семей с детьми в период развода: принципы и методы

Заведующий кафедрой клинической психологии,
руководитель образовательной программы
«Клиническая психология»
Института психологии и социальной работы,
кандидат психологических наук

Оксана Олеговна Бандура

Кризис (др.-греч. κρίσις —
решение, поворотный
пункт) — переворот, пора
переходного состояния,
перелом, состояние, при
котором существующие
средства достижения целей
становятся неадекватными,
в результате чего
возникают
непредсказуемые ситуации.



В клинической теории кризиса это понятие используется для обозначения такой реакции на опасные события, которая переживается как болезненное состояние.

Кризисное состояние – реакция на ситуацию, требующую экстремального напряжения сил для формирования нового образа жизни, удовлетворительного для семьи.

Критерии кризисного состояния:

1. Движущей силой в кризисе выступает аффект
2. Кризисное состояние ограничено во времени
3. Привычные способы совладания не помогают
4. Кризисная ситуация – это «опасность и возможность»

Многие негативные изменения мыслей, чувств, поведения и физического состояния в кризисном состоянии по симптомам соответствуют категориям международной классификации психических болезней (здесь и далее — МКБ-10). Очень часто характер изменений таков, что мы не можем говорить о каком-то конкретном заболевании; изменения проявляются в комплексе, специфичном для разных групп расстройств.



МКБ-10
международный
классификатор
болезней

Классификация семейных кризисов

I. **Нормативные** – закономерные переходы на следующую стадию жизненного цикла семьи

II. **Ненормативные** – возможны на любой стадии жизненного цикла семьи, обусловлены кризисным переживанием негативных жизненных событий, значимых для семьи:

- 1) Смерть члена семьи (Кризис утраты)
- 2) Измена
- 3) Развод
- 4) Тяжелая болезнь
- 5) Насилие/Инцест

3. Кризис развода – этапы (по А. Маслоу)

- 1) Эмоциональный - отчуждение и конфликты
- 2) Размышлений и отчаяния – внутренняя борьба и попытки вернуть любовь
- 3) Юридический – оформление разрыва, вовлечение окружения
- 4) Экономический – раздел хозяйства и бюджета
- 5) Перераспределение родительских прав и обязанностей
- 6) Самоисследование и возврат к равновесию
- 7) Психологический развод – принятие факта распада отношений, эмоциональная стабилизация, автономия, уверенность, готовность к поиску любви и построению новых отношений.

Этапы развода как кризиса утраты

(по Э.Кюблер-Росс, адаптация Н.И. Олифирович)

- 1) Отрицание - психологические защиты, особенно рационализация («все было ужасно», «пришло освобождение»)
- 2) Озлобленность – фрустрация, озлобленность, часто манипуляции детьми
- 3) Переговоры – попытки восстановить брак, манипуляции, в т.ч. сексуальными отношениями, социальным окружением
- 4) Депрессии – безрезультатность приводит к безысходности, падает самооценка, доверие к людям
- 5) Принятие – факта развода и адаптация к новым условиям необходимо перераспределение родительских прав и обязанностей, поддержка детей.

Стратегии поведения в ситуации развода: агрессивная, манипулятивная, принимающая.

Фазы развода (по Дж.А. Ли)

- 1) Осознание неудовлетворенности
- 2) Выражение неудовлетворенности
- 3) Переговоры
- 4) Принятие решений
- 5) Трансформация отношений

Порядок прохождения фаз индивидуален у каждой пары. Трансформация может приводить как к разводу, так и к гармонизации отношений. Прохождение фаз циклично и и может повторяться всю жизнь.

Риски постразводной ситуации

(по Н.И. Олифирович)

- 1) **Социальный статус** - возможно снижение особенно у женщин, образование неполной семьи
- 2) **Материальный достаток** - снижение, вынужденное возвращение в родительскую семью - образуется расширенная семья
- 3) **Социальные контакты** - напряжение, сокращение. После первоначальной поддержки - дистанцирование ^{Снижение} знакомых, конфликты в расширенной семье.
- 4) **Психологическое состояние** - переживание отвержения, одиночества, снижение самооценки
- 5) Преждевременный **повторный брак** - особенно у со-зависимых, в состоянии непрожитой утраты, с повторением ошибок; возможно образование совокупной семьи

Риски постразводной ситуации

(по Н.И. Олифирович)

6) **Травма у детей** – наиболее уязвимы дошкольники (3,5 – 6 лет) и подростки: трудности формирования идентичности и последующей сепарации. Возможны протестные, фобические, депрессивные реакции, особенно в ситуации манипуляции детьми (конфликт лояльности).

7) **Структурно-функциональные** нарушения:

А. Межпоколенные коалиции с участием прародителей и др. родственников

Б. Ролевые инверсии: смещение воспитательной, эмоционально-терапевтической функций с работающего родителя к прародителям или старшему ребенку, конкуренция за родительский авторитет, перегрузки.

Кризис по определению означает «развилку на дороге» или поворотную точку.



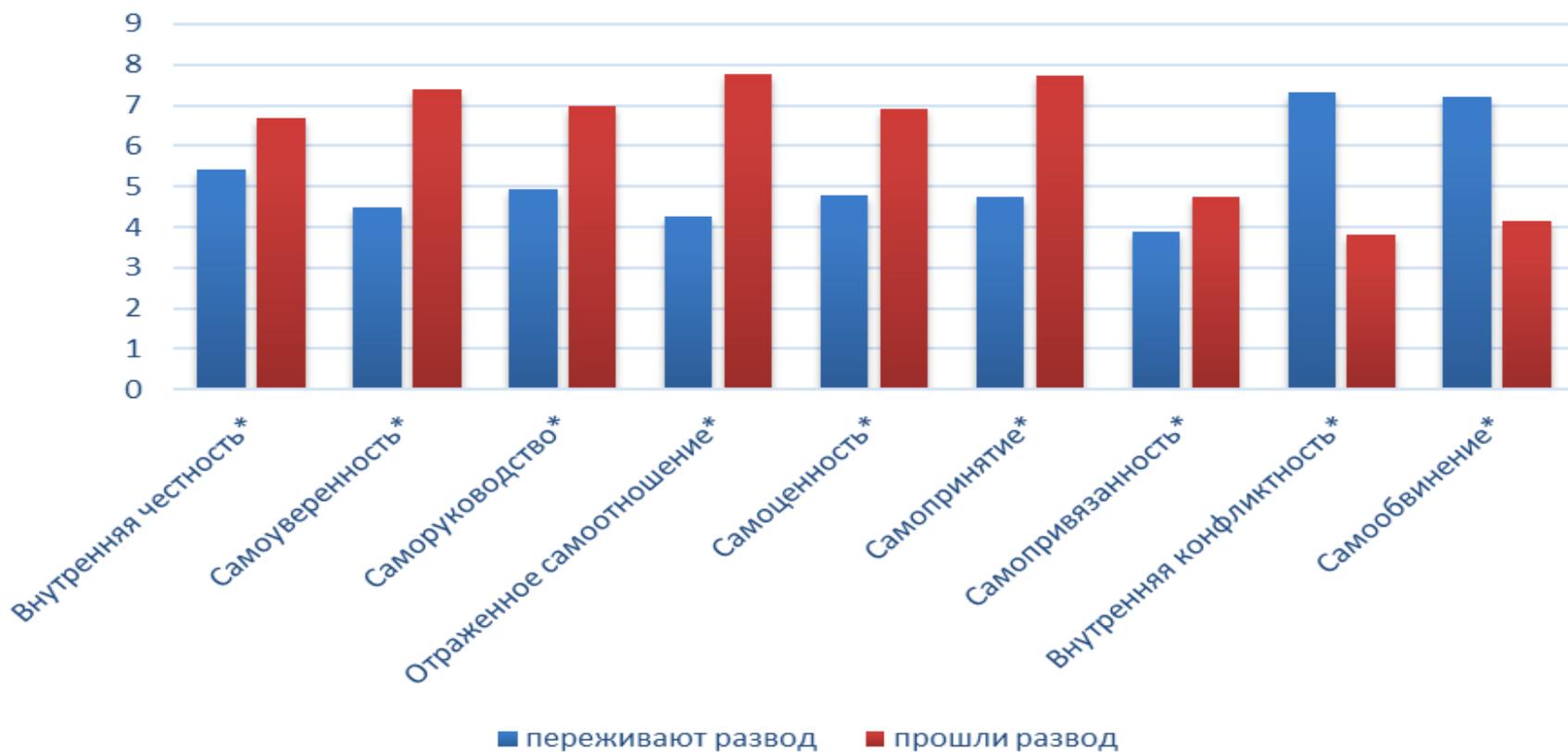
Варианты деструктивных выходов из кризиса

- Психические / психосоматические заболевания с риском инвалидизации
- Зависимости
- Асоциальный / криминальный образ жизни
- Суицид / гомицид (убийство)

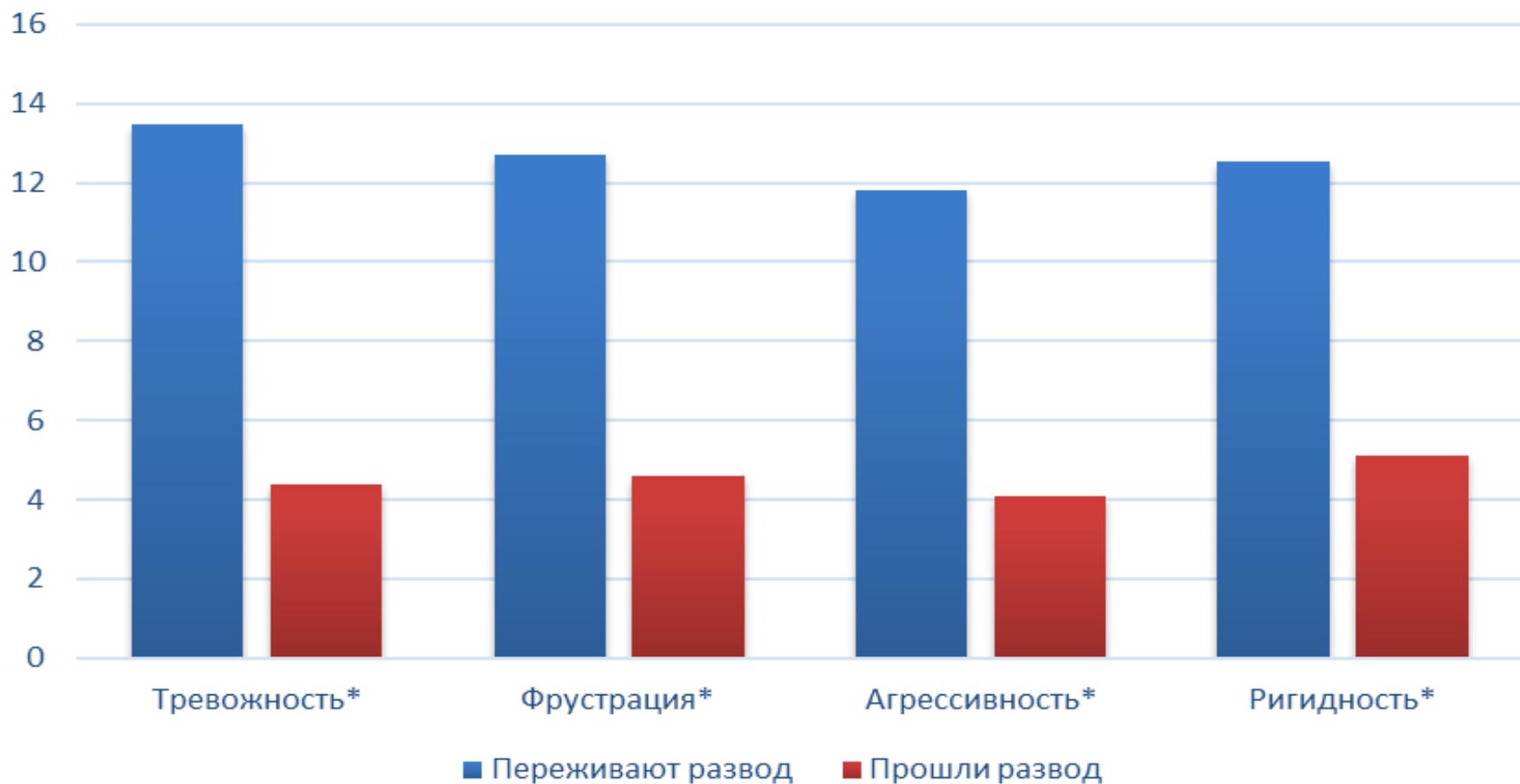
Кризис развода – методики психодиагностики

- 1. Тест самооценки психических состояний Г.Айзенка
- 2. Методика исследования самоотношения С.Р.Пантिलеева
- 3. Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири
- 4. Методика диагностики созависимых отношений Д.Уайнхолд и Б.Уайнхолд
- 5. «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г.Эйдемиллера (АСВ)
- 6. Опросник враждебности Басса - Дарки

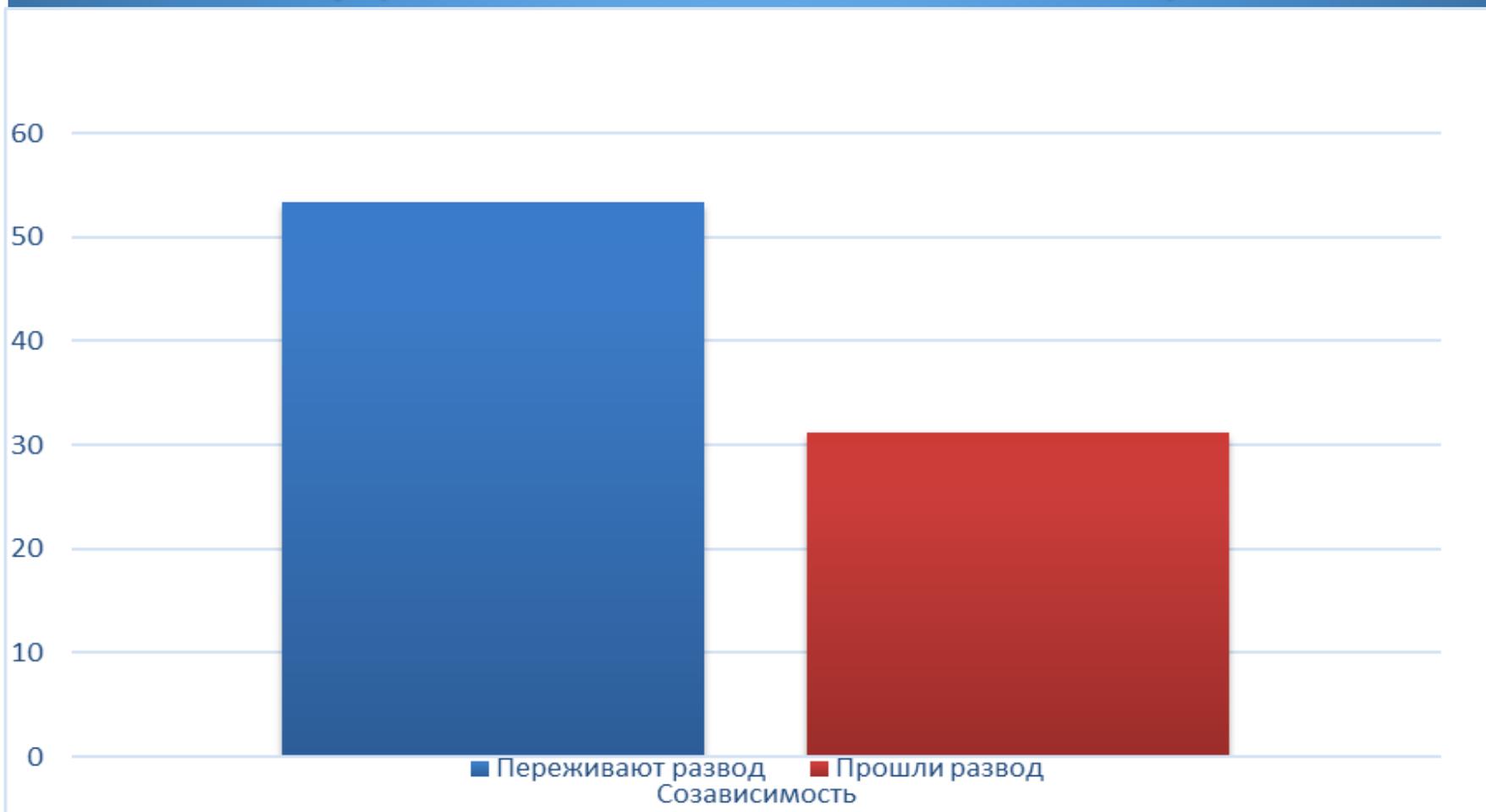
Самоотношение у матерей в период развода (МИС Пантилеева)



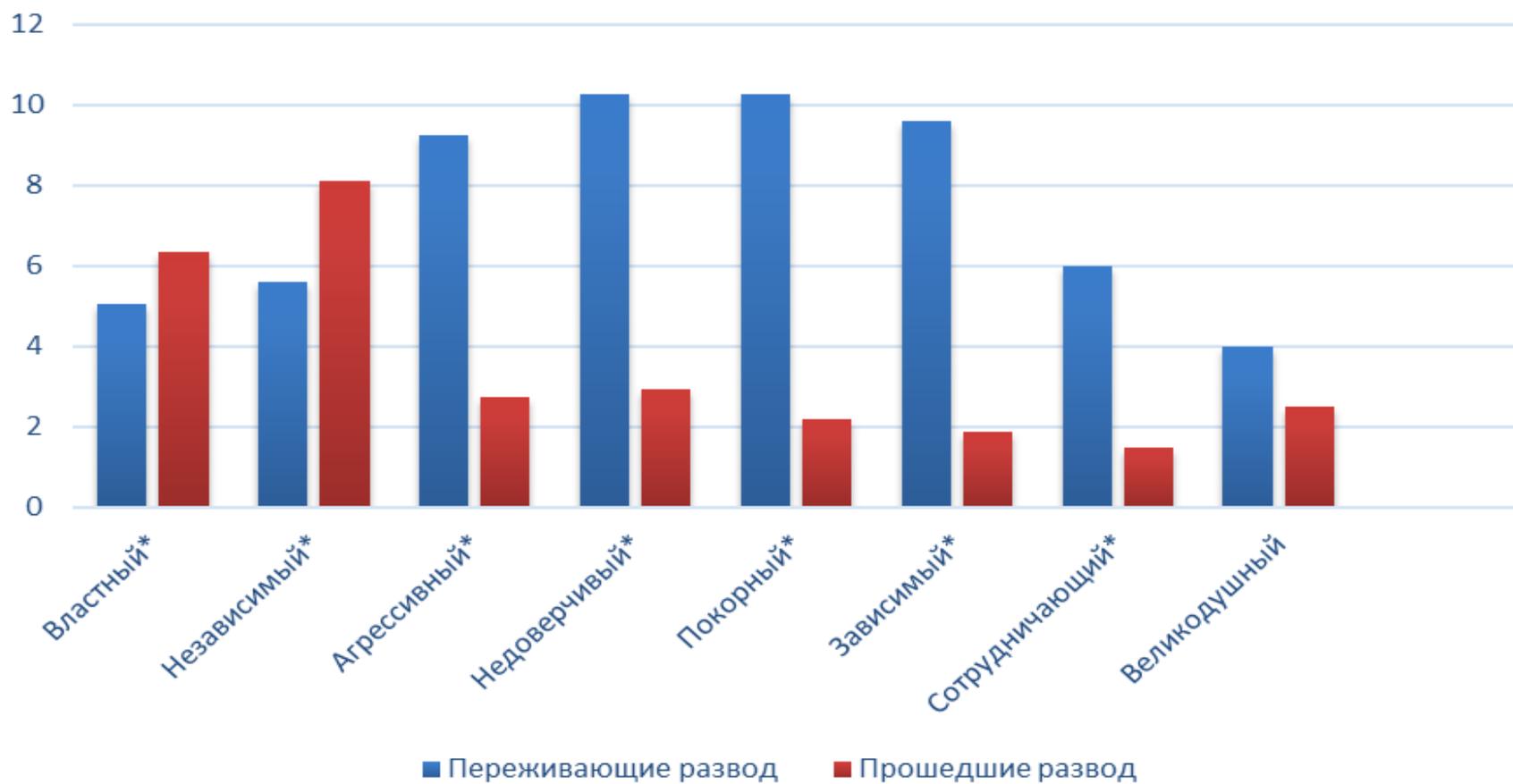
Самооценка психических состояний (Г. Айзенк)



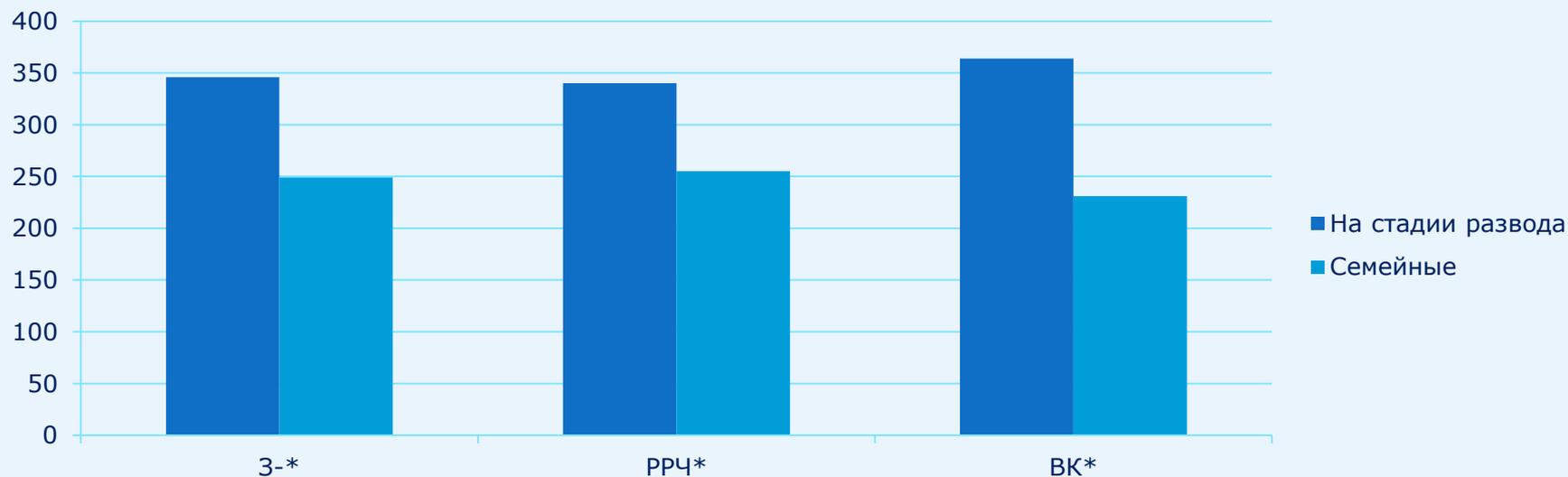
Склонность к созависимым отношениям (Д. Уайнхолд и Б. Уайнхолд)



Диагностика межличностных отношений (Т. Лири)



«Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г.Эйдемиллера (АСВ)

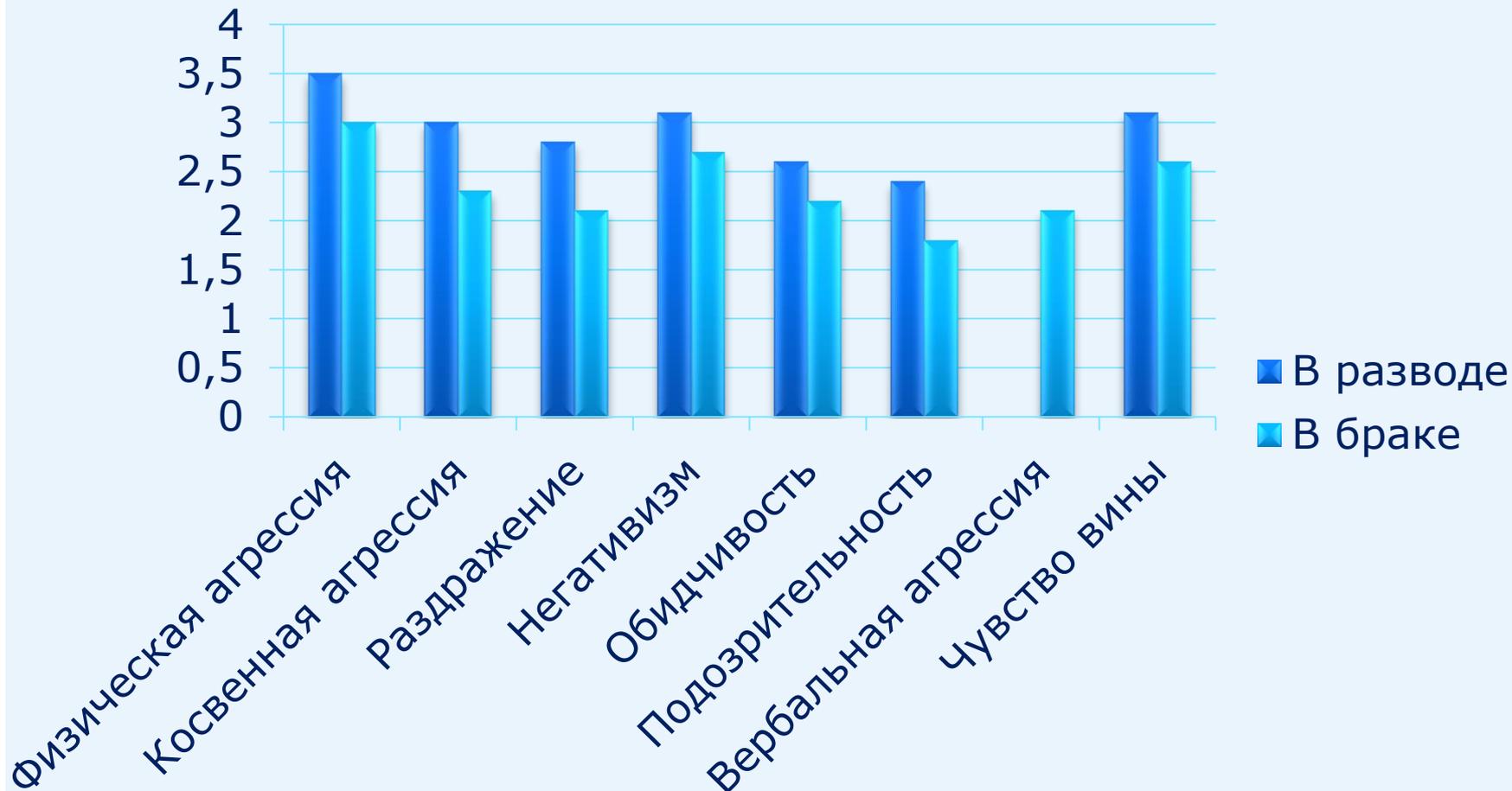


З- недостаточность требований-запретов

РРЧ - расширение сферы родительских чувств

ВК - вынесение конфликта в сферу воспитания

Опросник враждебности Басса - Дарки



Кризис развода – принципы помощи

1. Ребенок не виноват
2. Родители перестают быть супругами, но остаются родителями
3. Родители будут заботиться о ребенке
4. Родители договариваются о порядке общения и др.
5. Если родитель опасен – ребенок должен быть защищен

Методика «Мое письмо о супруге»

- Создана Белорусовым С.А. в 1998 г. с учетом ситуации семейного консультирования. Использует метод «Незаконченных предложений» и позволяет систематизировать взаимные оценки, ожидания и претензии супругов от начала отношений по настоящий момент, включая различные стороны совместной жизни и возможный выход из нынешней ситуации. Занимает 30 мин.
- Процедура: супругам на консультации предлагается в молчании заполнить готовые бланки, вписав пропущенные слова. Потом они обмениваются «Письмами» и читают их.
- Результат: методика – стимул для осмысления и поиска новых форм поведения. Недостающая (пропуски) или развернутая (не достает места) информация - повод для прояснения.

Методика «Мое письмо о супруге»

Что я могу рассказать о самом.....для меня человеке, моем партнере по браку. Когда мы познакомились, для меня решающим было..... а для этого человека —Впоследствии оказалось, что.....

Если пошутить, то из животных, он (она) напоминает.....потому, что главное в нем (ней)....., а во мне, по-моему —

Наши родители.....

Вступая в этот брак, больше всего мне хотелось, чтобы у нас.....

Для этого я.....

Мне кажется, мой партнер по браку хотел.....

Мои ожидания.....

В целом наш брак

Иногда мы Тогда я.....

Мы понимаем друг друга.....чем раньше. Конечно, мы изменились, о себе могу сказать, что..... а человек, который рядом со мной.....

Иногда я думаю, что если бы все сложилось иначе, это было бы просто....

Остается добавить, что в отношении детей.....

Мне кажется, что наилучшим выходом было бы.....

С любовьюДата:20... год

Кинетический рисунок семьи (КРС Бернса Р.С. И Кауфмана С.Х)

- Выполняется ребенком под наблюдением специалиста. Для выполнения теста ребенку дается стандартный лист бумаги для рисования, карандаш и ластик.
- Тест КРС состоит из 2 частей: рисование своей семьи и беседы после рисования.
- Инструкция: «Нарисуй свою семью, где все заняты обычным делом».
 - Для теста КРС разработана система количественной оценки. Было выделено пять симптомокомплексов:
 - 1) благоприятная семейная ситуация;
 - 2) тревожность;
 - 3) конфликтность в семье;
 - 4) чувство неполноценности;
 - 5) враждебность в семейной ситуации.

Кинетический рисунок семьи

- Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования.

После того, как рисунок закончен, с ребенком проводится беседа по следующей схеме:

- Вопросы: 1. Скажи, кто тут нарисован?
- 2. Где они находятся?
- 3. Что они делают?
- 4. Им весело или скучно? Почему?
- 5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
- 6. Кто из них самый несчастный? Почему?
- 7. Где работают или учатся члены семьи;
- 8. Как в семье распределяются домашние обязанности
- 9. Каковы взаимоотношения ребенка с остальными членами семьи

Кинетический рисунок семьи
(КРС Бернса Р.С. И Кауфмана С.Х)



Кинетический рисунок семьи

Симптомо-комплекс	Симптом	Балл
1. Благоприятная семейная ситуация	1. Общая деятельность всех членов семьи	0,2
	2. Преобладание людей на рисунке	0,1
	3. Изображение всех членов семьи	0,2
	4. Отсутствие изолированных членов семьи	0,2
	5. Отсутствие штриховки	0,1
	6. Хорошее качество линии	0,1
	7. Отсутствие показателей враждебности	0,2
	8. Адекватное распределение людей на листе	0,1
	9. Подчеркивание отдельных деталей	0,1

Экокарта

Данная методика используется для того, чтобы помочь клиенту начать анализировать ресурсы, которые он может найти за пределами своей семьи, для решения внутрисемейных проблем. Авторы-разработчики: Эттинью и Хартман.

С помощью графических обозначений, в целом схожих с теми, которые используются при создании генограммы, клиент и психолог отображают на листе бумаги структуру и состав семьи, характер взаимоотношений между ее членами.

Новым здесь является графическое отображение связей каждого члена семьи с институтами за ее пределами (например, работа, школа, друзья, соседи).

Анализируются характер взаимоотношений в семье и связи всех членов семьи со структурами вне ее с помощью вопросов (сначала общих).

Экокарта

Рис. 2. Экокарта Джима (задержка развития, частичная потеря зрения)



Кризис развода – помощь

Относится к категории потери. Этапы:

- 1) Проработка **чувств**, связанных с разводом (отражение чувств, «Письмо супругу», «Пустой стул», арт-терапия)
- 2) Выявление фрустрированных **потребностей**, вызвавших данные чувства и способов их удовлетворения в новых условиях («Колесо баланса», «семейное пространство»)
- 3) Переосмысление и позитивная **реинтерпретация** полученного опыта (КПТ)
- 4) Поиск внутренних **ресурсов и планов** на будущее (техники целеполагания)
- 5) Оказание помощи в **семейной реорганизации** образовавшейся неполной/расширенной семье (социометрические, поведенческие техники)
- 6) Реорганизация выполнения **родительских ролей** бывших супругов – поведенческие техники, медиация для заключения родительского договора. Информирование родителей о важности контактов с ребенком, поддержки его привязанности: веры в то, что его любят.