

Применение схема-терапии и духовно-нравственного подхода в работе с семьёй

Докладчик:
психолог Назарова Ирина



Актуальность темы

Статистика вызовов:

- Рост количества семейных кризисов и разводов
- Нарушение детско-родительских отношений
- Утрата межпоколенческих связей

Проблема:

Традиционные подходы часто работают только с "симптомами", но не затрагивают ценностно-смысловую сферу семьи.

Решение:

Интеграция глубинной проработки (схема-терапия) и ценностного фундамента (духовно-нравственный подход).

Что такое схема-терапия?

Автор: Джеффри Янг.

Суть: Интеграция КПТ, теории привязанности, гештальт-терапии и психоанализа.

Ключевое понятие — Ранние дезадаптивные схемы (РДС):

- Это глубинные убеждения о себе и мире, сформированные в детстве.
- Возникают, если базовые эмоциональные потребности ребенка не удовлетворяются .
- Примеры схем: «Покинутость», «Недоверие», «Эмоциональная депривация».

Семья как система в схема-терапии

- В семейной схема-терапии мишенью работы является вся семья как целостная система, а не отдельный "носитель симптома".
- Проблемы в семье имеют циклический характер (стиль воспитания влияет на ребенка, реакция ребенка — на родителя).
- Родители часто неосознанно воспроизводят со своими детьми те же дезадаптивные схемы, которые сформировались в их собственном детстве.

Духовно-нравственный подход: ценностный фундамент

Духовность и нравственность в контексте семьи

Духовный аспект:

- Поиск смысла существования семьи.
- Ответственность за близких.
- Прощение и принятие.

Нравственный аспект:

- Система ценностей (добро, долг, любовь, верность).
- Традиции и уклад семейной жизни.
- Пример родителей как носителей нравственных ориентиров.

Где встречаются подходы?

Общие цели:

- Преодоление эгоцентризма (переход от "Я" к "МЫ").
- Исцеление отношений.
- Формирование зрелой, ответственной личности.
- Схема-терапия дает инструмент для исцеления прошлого (детских травм).
- Духовный подход дает смысл и вектор будущего (куда движется семья).

Этапы интегративной работы

Этап 1. Диагностический:

- Выявление ранних дезадаптивных схем у членов семьи (опросники, интервью).
- Анализ семейной истории и трансгенерационных посланий через построение генограммы .
- Исследование ценностных ориентаций семьи.

Этап 2. Психообразовательный:

- Объяснение связи между неудовлетворенными потребностями в прошлом и проблемами в настоящем.
- Обсуждение духовно-нравственных категорий как ресурса.

Этапы интегративной работы: изменение и закрепление

Этап 3. Основной:

- Техники схема-терапии: работа с режимами ("Уязвимый ребенок", "Карающий критик") и пр.) .
- Духовно-нравственные практики: работа с благодарностью, практики прощения, обращение к семейным традициям и реликвиям.

Этап 4. Поддерживающий:

- Закрепление новых адаптивных паттернов поведения.
- Формирование общего "семейного нарратива", основанного на новых ценностях.

Где подход наиболее эффективен?

Направления работы:

- Снижение родительского стресса.
- Преодоление повторяющихся конфликтов ("ходим по кругу").
- Работа с последствиями психологической травмы у членов семьи.
- Профилактика эмоциональных нарушений у детей через работу с родительскими схемами.
- Кризисы семейной жизни (измена, утрата).

Синтез глубины и смысла

Итог:

- Схема-терапия отвечает на вопрос «Почему?» (почему мы так реагируем, откуда это в нашей семье).
- Духовно-нравственный подход отвечает на вопрос «Зачем?» и «Что нам дорого?» (ради чего мы меняемся).
- Главная цель: Помочь семье не просто решить конфликт, а обрести путь к подлинной близости, основанной на понимании себя, истории своего рода и общих ценностях.

Спасибо за внимание!