

Семейная генограмма как инструмент психологического консультирования

«Понятия о семейных отношениях, функционально-ролевой структуре семьи, психологическом здоровье семьи, родительских позициях, семейной диагностике, семейной психотерапии прочно вошли в повседневный язык психологии. Семья выступает в разных «ликах» в зависимости от масштаба рассмотрения. С одной стороны, различим образ конкретной, реально существующей семьи, состоящей из разных, «живых» людей с их иллюзиями, надеждами, особенностями характера. С другой – семья рассматривается и как малая социальная группа, и как структурная единица современного общества» [7].

Рассматривая семью в масштабах психологии, можно увидеть, что представители различных подходов, направлений и школ по-разному подходят к вопросу изучения семьи, в том числе работы с семьёй. Для наглядности, кратко изложим концепции двух подходов: психоанализа и системной семейной терапии. Начнем изложение с точки зрения **психоаналитического подхода**. «В психоанализе семья рассматривается, как правило, с точки зрения ее нуклеарной организации, включающей в себя мать, отца и детей. Основным объектом осмысления являются отношения между ребенком и родителями, анализируемые под углом зрения доэдипальных стадий развития и эдипова комплекса, а также проявления амбивалентных чувств и переживаний, возникающих у ребенка при его общении с сестрами и братьями. З. Фрейд (1856–1939) уделял значительное внимание раскрытию существа эдипова комплекса, последствий проявления нежных и враждебных чувств ребенка в семье по отношению к его родителям, семейного романа невротиков, формирования Сверх-Я» [3]. В **системной семейной терапии** действия специалиста ориентированы на работу со всей семьёй. «Важно понять с самого начала, что человек при этом

подходе не является объектом воздействия и клиентом. Клиентом является вся семья, вся семейная система, именно она – объект психотерапевтического воздействия» [1]. «Классическая системная психотерапия сфокусирована на информационно-коммуникативном функционировании социальных групп, семьи прежде всего. Элементы системы связаны друг с другом через взаимодействие всякого рода, и любое взаимодействие несет информацию системе как об отдельных элементах, так и обо всей системе в целом» [2].

Различия во взглядах и методах психологической работы с семьёй, подразумевают использование инструментария характерного определённому подходу, однако возможен интегративный стиль работы. Психоаналитики, системные семейные терапевты, гештальт-терапевты, и представители других подходов могут придерживаться в собственной практике инструментария как относящегося к культивируемому ими подходу, так и заимствовать из других школ, направлений и подходов. Инструментом, который может быть использован в работе с семьёй представителями различных психологических подходов, является генограмма.

«Генограммы показывают семейную информацию графически» [6].

«Методика позволяет посредством построения схемы, отражающей историю расширенной семьи на протяжении трех и более поколений, показать, как образцы поведения и внутрисемейных взаимоотношений передаются из поколения в поколение; как события, подобные смертям, болезням, крупным профессиональным успехам, переездам на новое место жительства и др. влияют на актуальные поведенческие паттерны. Генограмма даёт возможность получить целостную картину жизни семьи, рассматривая все феномены и события семейной жизни в интегральной, вертикально направленной перспективе» [4]. Стоит добавить, что при работе с генограммой характерна фокусировка. То есть, какие именно возможности генограммы использовать в работе с клиентом и на чем акцентировать фокус внимания в работе – остается на усмотрение специалиста. Для одних

специалистов, генограмма может остаться на уровне компактного изображения людей в виде символов, а для других специалистов стать активно работающим инструментом в психологической практике. Далее, будут предложены два варианта использования генограммы при работе с семьёй.

Первый вариант, **ориентированный на сбор информации**, является наиболее распространенным и чаще всего используется в системном подходе, когда необходимо записать информацию о семье и, задав определённые вопросы выстроить гипотезу. В нашем случае генограмму предлагается использовать в любом подходе, соответственно, какие вопросы задавать для того что бы выстраивать гипотезы остается на усмотрение специалистов.

Генограмма состоит из символов, рассмотрим **основные обозначения**:



- Мужской пол.



- Женский пол.

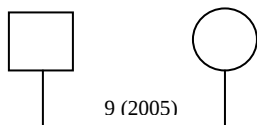


- Идентифицированный клиент/пациент обводится в рамку (это тот, по поводу кого обратились: пьющий муж, непослушный ребенок, изменяющая жена и т. д.).

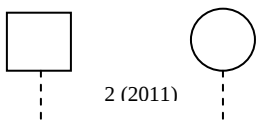


- Смерть обозначается перечеркиванием символа. Рядом указываются дата рождения, дата смерти, причина смерти.

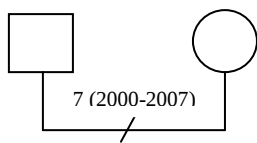
Обозначение партнерских отношений



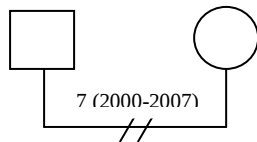
- Зарегистрированный брак. Цифрами обозначается длительность брака на данный момент, в скобках можно указать дату заключения брака.



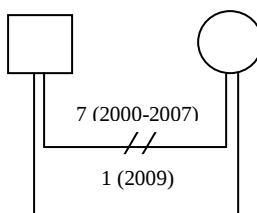
- Неофициальный брак, сожительство, любовная связь. Цифрами обозначается длительность отношений на данный момент, в скобках можно указать дату начала отношений.



- Разъезд. Супруги живут раздельно. Цифрами обозначается длительность брака, в скобках указывается дата заключения брака и дата разъезда супругов.

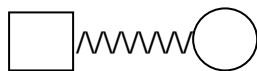


- Разрыв (развод). Цифрами обозначается длительность брака, в скобках указывается дата заключения брака и дата расторжения.

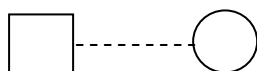


- После развода партнеры вновь сошлись (возобновили отношения). Цифрами на нижней линии обозначается длительность брака с момента возобновления отношений, в скобках указывается дата повторного (возобновленного) союза.

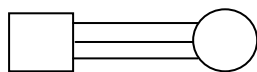
Обозначение эмоциональных отношений между членами семьи



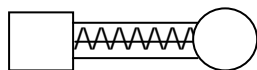
Конфликтные отношения – отношения сохраняются, но сопровождаются конфликтами и короткими периодами перемирий.



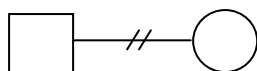
Дистантные отношения – это когда люди говорят друг другу «здравствуйте – до свидания», а всё остальное они говорят другим людям.



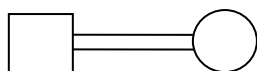
Симбиотические отношения – это очень близкие отношения с выраженной эмоциональной зависимостью людей друг от друга.



Амбивалентные отношения – люди испытывают друг к другу сильные противоречивые чувства: любовь и ненависть в одно и то же время, гнев и вину, стыд и ярость.



Эмоциональный разрыв – люди не общаются друг с другом после того, как у них был период конфликтов.



Хорошие отношения – люди контактируют друг с другом, поддерживая равные отношения.

Дополнительные материалы к проекту «Практическое применение метода «Генограмма» в деятельности психологов».

А. Л. Шыхалиев.

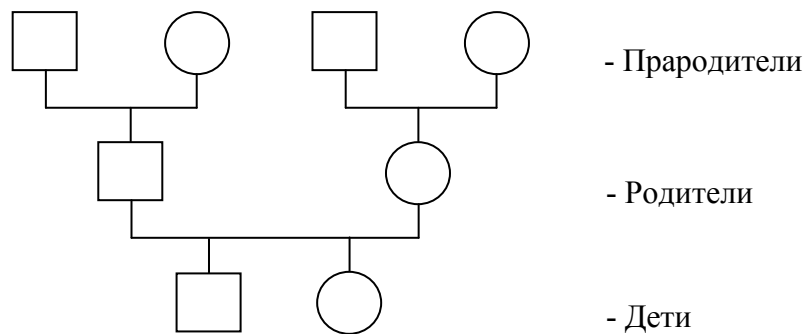
На генограмму могут быть занесены не только люди, но и животные, предметы, объекты и др. Например, если супруги конфликтуют, и включают в проблему недавнее появление питомца, питомец может быть схематично обозначен . К нему (питомцу) также могут быть проведены линии эмоциональных отношений рассмотренные выше.

Структурные особенности метода «Генограмма»

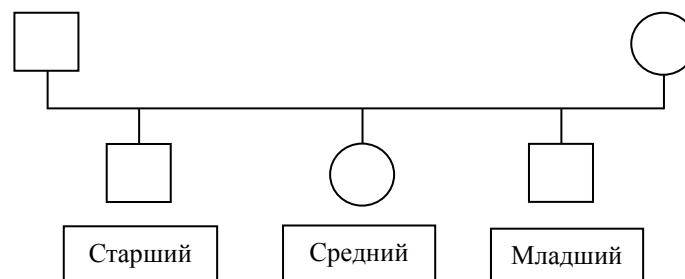
- Возраст записывается внутри символа.

 - Мужчина в возрасте 42-х лет.

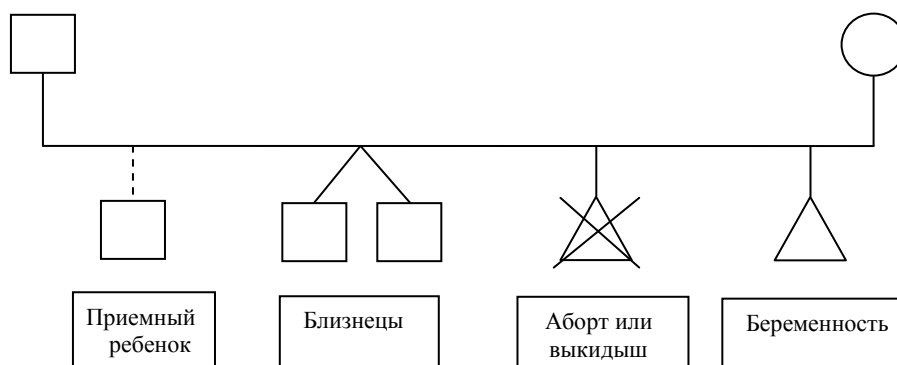
- Поколения обозначаются вертикально. Старшее поколение записывается сверху, младшее снизу.



- Дети обозначаются слева направо от старшего ребенка к младшему.

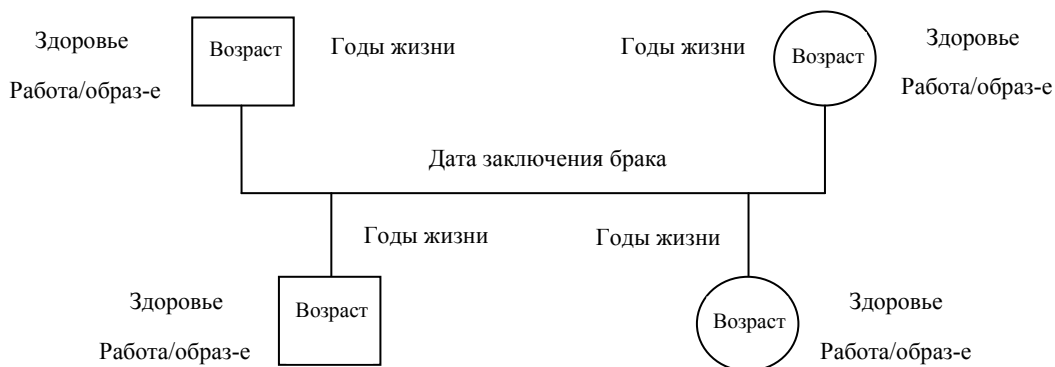


Дополнительные характеристики семьи (по детям)



- Любая значимая информация о членах семьи (семье в целом) зарисовывается и/или записывается на генограмме в месте, выбранном самим специалистом в соответствии с конкретными обстоятельствами. То есть, специалист самостоятельно принимает решение о том, куда заносить сведения о здоровье, симптоме, работе, образовании, социальном статусе, титулах, достижениях и т. д.

Далее, будет приведена примерная форма генограммы, содержащая символы и сведения, актуальные при применении метода (инструмента) в работе.



Описанный вариант работы, ориентированный на сбор информации о семье с дальнейшим построением гипотез, является наиболее распространенным в работе специалистов взаимодействующих с семьями. Для реализации генограммы на практике в представленном варианте, специалисту необходимо освоить основные символы, обозначения,

структурные особенности генограммы и интегрировать данные знания с основным подходом, которого придерживается специалист в собственной работе. Интеграция генограммы с применяемым в практической деятельности подходом, позволит ставить необходимые вопросы, осуществлять высокотехнологичное интервью по сбору информации и выстраивать гипотезы по работе со случаем.

Второй вариант использования семейной генограммы может применяться для диагностики, где посредством коммуникации специалиста и клиента расширяются сведения о семейной системе.

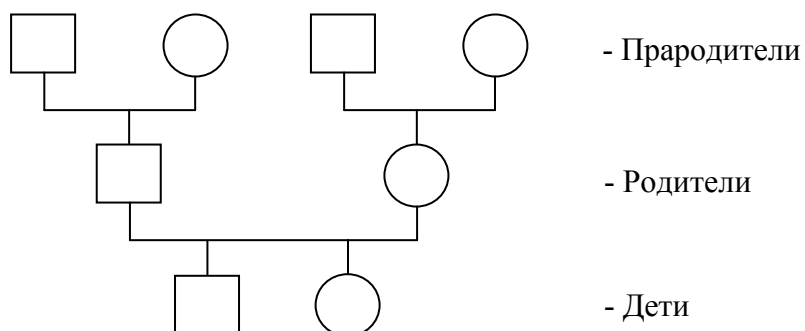
Предлагаемый вариант способствует проведению семейной терапии, когда клиент посещает психолога в одиночку. Согласно теории семейных систем М. Боуэна: «семейная психотерапия является семейной не потому, что на терапевтической сессии присутствует несколько человек, а потому, *что терапевт определённым образом формулирует проблему*» [5]. Рассмотрим данный вариант работы поэтапно:

1 шаг. Специалист предлагает клиенту самому *составить «семейное дерево»*. Рекомендуется называть клиенту предстоящую работу: «семейное дерево», «карта семьи», «родословная» и минимизировать использование профессиональных терминов: «генограмма», «геносоциограмма», «фокусированная генограмма» и т. д.

2 шаг. На следующем этапе, специалист инструктирует о том, что *нужно будет рисовать свою семью и родственные связи в виде символов*, после чего знакомит клиента с основной символикой (это шаг №3):

 – мужчины  – женщины  – беременность

Специалист показывает, как нужно обозначать поколения и родственные связи:



Предлагаемой символики достаточно для начала работы по составлению «семейного дерева» (генограммы). **4 шаг.** Составление генограммы. Когда клиент начинает составлять генограмму, задачей специалиста является наблюдение за процессом и сопровождение, так как клиент по ходу работы может задавать вопросы (например: *Можно ли изобразить отца, если родители развелись? Изобразить ли дедушку, если он умер?*). Подход клиента к составлению генограммы и некоторые зарисовки, позволяют выстраивать гипотезы для дальнейшей работы. Рассмотрим на примерах генограмм включающих два поколения.

1. Чем больше символ (фигура), обозначающий члена семьи, тем большую значимость этот член семьи имеет для клиента. И наоборот, чем меньше символ, обозначающий члена семьи, тем меньшую значимость он имеет для клиента (Рис. 1).

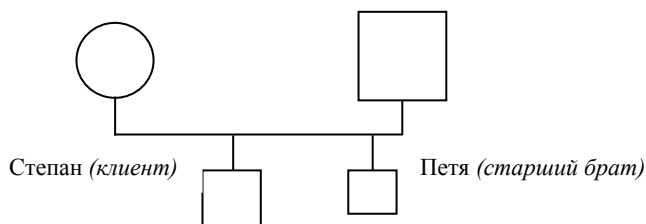


Рис. 1. В семейной генограмме клиента Степана (19 лет), фигуры родителей изображены больше, чем фигуры детей – это выдвигает предположение о значимости родителей для Степана. Самая большая фигура – это фигура отца. Со слов Степана, с отцом у него самые близкие, доверительные отношения, в отличие от старшего брата Пети, который был зарисован на генограмму последним, меньшим по размеру и со слов Степана они с детства не дружны.

2. Не попадание кого либо из членов семьи на генограмму, может свидетельствовать о конфликтных, негативно окрашенных отношениях, либо об отсутствии контакта с данными членами семьи (Рис. 2).

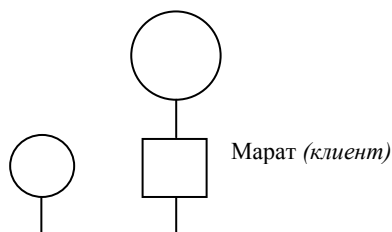


Рис. 2. Клиент Марат (25 лет), рисуя семейную генограмму, изображает свою фигуру под фигурой мамы при этом, не зарисовывает отца. Такой вариант изображения генограммы, если не использовать дополнительных вопросов, может свидетельствовать о прерванных отношениях сына с отцом (смерть отца, развод супругов с отсутствием контактов в дальнейшем), либо интенсивных конфликтах при наличии контактов (частые споры, скандалы, т. е. негативно окрашенные отношения). Психолог расположил клиента к разговору: «Марат, Вы не изобразили отца», Марат ответил: «я о нем ничего не знаю, вместе мы не жили. Мама говорила, что они развелись с отцом, когда мне было шесть месяцев». Таким образом, обсуждение генограммы с клиентом, позволило определить причину, по которой отец не зарисован, что способствовало построению гипотезы о симбиотических отношениях матери с сыном и планированию дальнейшей работы.

3. Вертикальное расположение членов семьи на одной горизонтали подчеркивает иерархические особенности. Тот член семьи, который занимает доминирующее положение, может быть зарисован выше других (Рис. 3).

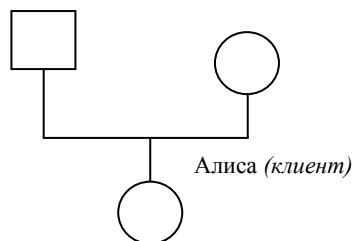


Рис. 3. Генограмма клиентки Алисы (24 года), где отец изображен выше матери, может указывать на авторитарный тип семейной иерархии, в которой доминирующее положение занимает отец. На вопрос психолога «у папы больше власти, чем у мамы?», Алиса дала утвердительный ответ и рассказала о том, что папа всегда в курсе всех дел, чаще всего последнее слово остается за ним, основной бюджет семьи тоже на отце.

Размер символов, исключение кого-либо из семьи, вертикальные особенности – это лишь часть параметров, которые могут дать сведения об отношении клиента к семейным процессам и видении семейной системы. На сегодняшний день, специалисты активно включают семейную генограмму в

работу, используя её как проективную методику позволяющую осуществить диагностику.

Первый вариант применения семейной генограммы ориентированный на сбор информации, когда специалист осуществляет сбор необходимых для работы сведений и второй вариант, когда семейная генограмма используется как проективная методика – оба служат практическим инструментом при проведении психологического консультирования, так как и тот и другой варианты способствуют организации процесса коммуникации между клиентом и специалистом.

Список использованной литературы:

1. Варга, А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс / А. Я. Варга, Т. С. Драбкина. – СПб.: Речь, 2001. – 144 с.
2. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию. (2-е изд. стереотипное) / А. Я. Варга. – М.: Когито-Центр, 2012. – 182 с.
3. Лейбин, В. М. Краткий психоаналитический словарь-справочник / В. М. Лейбин. – М.: Когито-Центр, 2015. – 192 с.
4. Олифирович, Н. И. Терапия семейных систем / Н. И. Олифирович, Т. Ф. Велента, Т. А. Зинкевич-Куземкина. – СПб.: Речь, 2012. – 570 с.
5. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. К. Бейкер, А. Я. Варги. – М.: Когито-Центр, 2012. – 496 с.
6. Черников, А. В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики / А. В. Черников. – М.: Независимая фирма «Класс», 2012. – 208 с.
7. Шнейдер, Л. Б. Семья: оглядываясь вперед / Л. Б. Шнейдер. – СПб.: Питер, 2013. – 368 с.