(cc) BY

Руднева Дарья Алексеевна
магистр психол. наук, педагог-психолог
ГБОУ «СОШ №5»
г. Санкт-Петербург

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ ПОСРЕДСТВОМ РАБОТЫ С ИХ ЛИЧНОЙ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИЕЙ

Аннотация*: в статье рассматривается психологическое консультирование родителей учащихся посредством работы с их личной семейной историей. Обосновывается целесообразность такого подхода, его цели. Рассматриваются варианты подобной работы и конкретные методики.*

Ключевые слова*: семья, психологическое консультирование, семейная история.*

Актуальность темы состоит в том, что семья является самым главным социальным институтом, который влияет на формирование человеческой личности и процесс ее социализации. Но, к сожалению, на сегодняшний день мы сталкиваемся с тем, что деструктивные семейные истории становятся замкнутым кругом и негативно сказываются на каждом члене семьи, и прежде всего, на детях [1]. Об этом говорил Эйдемиллер: «Семейная история – это специфическая, несущая эмоциональную нагрузку информация о семье, определяющая способ организации жизненных событий и внешне проявляющаяся в стереотипах поведения, которые воспроизводятся из поколения в поколение». Все, что накопилось на протяжении нескольких поколений, незримо влияет на взаимоотношения членов семьи друг с другом и на представления каждого из них о себе. Семейные девизы, рассказы о семье, передающиеся от старшего поколения к младшему, и семейные установки лежат в основе многих деструктивных паттернов поведения. Этот семейный «багаж», который формируется на протяжении около трех поколений, выполняет роль защитного механизма и объединяет семейную систему, но при этом не дает взглянуть объективно на себя и других членов семьи, как в целом, так и в частности (4).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Кроме того, множество исследований подтверждают предположения Фрейда о том, что опыт, полученный в родительской семье, влияет на выполнение семейных ролей в будущем [2].

Исходя из этого, можно сделать вывод, что родители сегодня применяют к детям не только суждения, но и модель поведения, усвоенную от своих родителей. Психотравмы, полученные в детстве, могут помешать полноценному осуществлению воспитательных функций. Подсознательно, те или иные события могут восприниматься как норма на разных этапах развития, и воспроизводиться по кругу от родителей к детям многие поколения (сильные шлепки в раннем возрасте, проявление излишней жесткости в пубертате, «скидывание» младших детей на старших и т. д.).

Подобные тенденции неотвратимо сказываются на самочувствии детей в семье, что влияет на их поведение и процесс обучения. Специалистам службы сопровождения в случаях, когда именно семья становится причиной повышенной тревоги ребенка, необходимо направить усилия на привлечение родителей к сотрудничеству. Стиль и метод работы с родителями учащихся могут быть самыми различными, но семейная история может стать неоценимым источником для раскрытия потенциала родителей и семьи в целом. О необходимости работы с семейной историей писала еще А.А. Шутценбергер: «если мы лечим индивида, не обращаясь к семье в целом, если мы не поняли, что существуют трансгенерационные повторения, значит, мы ничего значимого не сделали в терапии. В лучшем случае мы можем получить только временное облегчение» [3].

Таким образом, вырисовывается направление возможной консультативной работы с родителями при помощи проработки их семейной истории в условиях образовательного учреждения.

Цель подобной работы – повышение уровня родительской саморефлексии, позитивизация родительской самооценки, изменение модели семейного взаимодействия.

Основное отличие подобной консультативной работы в том, что контекст этой работы обусловлен детско-родительскими отношениями. То есть

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

полученный опыт в родительской семье постоянно накладывается на актуальный опыт родительства. На этом первом этапе достигается одна из целей – уже за счет развития уровня подобной рефлексии можно получить ощутимый результат.

На втором этапе мы предлагаем родителю выразить свое мнение, относительно полученной информации и варианты дальнейших действий. На этом этапе очень важно избежать перекладывания ответственности за сложившуюся ситуацию на прародителей, и сделать акцент на возможных положительных изменениях.

Третьим этапом является непосредственно сама работа с семейной историей, ниже представлены возможные методы.

1. Психогенеалогия.

Этот метод предполагает описание семейной историю с помощью генососиограммы, которая представляет собой схематично описанную жизнь пяти-семи поколений семьи. Подобные схемы помогают увидеть ключевые события в жизни предков, которые могли повторяться и продолжать влиять на судьбу следующих поколений. Метод помогает узнать больше о своей семье и о себе, как о части своей семьи, а также лучше понять, что происходит в жизни на данный момент и по какой причине.

2. Метафорические ассоциативные карты (МАК).

В работе с семейной историей также можно использовать МАК самой различной тематики. Образное представление семейных событий в виде картинок помогает инкапсулировать болезненные эмоции и более свободно говорить о своих мыслях и чувствах. С помощью колоды «Персона» (или подобной) можно провести упражнение «Незнакомцы». Клиент выбирает в открытую семь карт и присваивает им имена значимых родственников, затем описывает свое отношение к этим «незнакомцам», их возможные черты характера. Все это конспектируется, после чего клиенту предлагается найти каждую подобную черту в своем поведении или характере, а также, где описанное отношение он проявлял к себе. В конце мы говорим о скрытом ресурсе, и о возможных изменениях по воле клиента в дальнейшем.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Гештальт-терапия.

Гештальт-терапия также подходит для работы с семейной историей. Завершение семейных ситуаций, разрешение конфликтов с умершими родственниками, работа с чувством вины или обидой – любую из этих задач можно решить с помощью упражнения «Пустой стул» и других подобных.

Список литературы

1. Руднева Д.А. Психологическое сопровождение родителей группы социального риска: дис. – СПб., 2018.

2. Конева О.Б. Семья как модель поведения и межличностных отношений в структуре «родитель – ребенок». – Челябинск, 2016.

3. Шутценбергер А.А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001.

4. Работа с семейной историей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://med-books.info/gendernaya-psihologiya_789/rabota-semeynoy-istoriey-41875.html

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)