

МЕТОДИКИ КОРРЕКЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ

1. «Семейная фотография»

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ¹:

Применяется для изучения структуры семьи, ролей, коммуникаций и внутрисемейных взаимоотношений.

На основе данной техники может быть проанализировано влияние прошлого семьи на ее настоящее. Эта техника поощряет членов семьи подвергать сомнению семейные мифы, правила, системы верований и роли, которые они играют.

Методика используется для диагностики и коррекции семейных взаимоотношений.

Краткое описание метода

Психолог предлагает каждому члену семьи принести с собой на занятие определенное количество семейных фотографий, которые могут сказать нечто существенное о взаимоотношениях в семье. Число фотографий ограничено. По поводу отбора фотографий инструкция не дается. Каждый член семьи выбирает из семейного альбома те фотографии, которые он возьмет для обсуждения. Если обсуждаются взаимоотношения в многопоколенной семье, тогда количество фотографий увеличивается.

На следующей встрече обсуждается главная тема взаимоотношений в семье.

Каждому члену семьи уделяется до 15 минут, во время которых он представляет выбранные им фотографии и рассказывает, почему именно они были им выбраны, какое значение имеют они для него и какие чувства они вызывают.

Существенным оказывается порядок представлений и то, как это осуществляется. Особое внимание заслуживает очередность: какая фотография является первой, какая последней. Имеет значение скорость показа, степень интереса или тревожности, а также поведение членов семьи во время всего действия: серьезны ли, шутят ли, нервничают и т.д.

Таким образом, обсуждается содержание каждой фотографии и рассматривается, насколько близки друг к другу изображенные на них члены семьи, уровень формальности во взаимоотношениях между ними, а также присутствие или отсутствие тех или иных родственников на снимке.

Психолог задает вопросы о людях и местах, изображенных на фотографии, об общем настроении, атмосфере, царившей на снимке. *Вопросы* предлагаются примерно следующие:

«Кто эти люди на фотографиях?»;

«Помните ли вы, что происходило во время съемки?»;

«Какие чувства вызывало совместное времяпрепровождение в кругу семьи в этот день?»;

¹Техника — процедура предложена Андерсон и Мало в 1976 году. Эта техника используется для работы с любой семьей, члены которой могут вербально общаться.

«Кто делал этот снимок?»;
 «Что случилось после того, как фотограф щелкнул объективом фотоаппарата?»;
 «Расскажите, пожалуйста, об этой комнате»; «Почему люди одеты именно так, а не иначе? и т.д.

После того как член семьи закончил представление принесенных им фотографий, других членов семьи просят задавать вопросы и рассказывать о своих наблюдениях во время показа, что помогает открыть новые перспективы внутрисемейного поведения. Просмотр фотографий может продолжаться в течение нескольких встреч. Это упражнение интересно, не вызывает тревожности и служит целям стимулирования воспоминаний, вытесненного эмоционального опыта и эмоциональных переживаний. Во время обсуждения психологом анализируются такие специфические области внутрисемейных взаимоотношений, как власть, зависимость, близость, тревожность, мужские и женские роли членов семьи.

2. «Семейная скульптура» и «Семейная хореография»

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ:

Методики «*семейная скульптура*» и «*семейная хореография*» относятся к социометрическим методикам коррекционной работы с семьей.

Это метод определения места индивида во внутрисемейной системе взаимоотношений, в сложившейся на данный момент ситуации или представляемой идеально.

Основное положение методики заключается в том, что расположение людей и объектов должно физически символизировать внутрисемейные взаимоотношения в данное время, определяя то, как видится место каждого индивида в семейной системе. Каждый член семьи создает живой портрет семьи, расставляя ближайших родственников, согласно собственному взгляду, на дистанцию между ними.

Таким образом, опыт каждого воплощается в живой картине и проецируется на нее.

Главным достоинством является ее невербальный характер, снятие разнообразных защит, проекций и обвинений, зачастую существующих в семейной системе.

Построение скульптуры требует от каждого члена семьи обобщения своего личностного опыта, осмысления его, а затем и интерпретации.

Краткое описание методики «Семейная скульптура»

Для проведения этой методики необходимы члены семьи, некоторое количество легко передвигающейся мебели и предметы, которые используются в качестве замены отсутствующих членов семьи.

Скульптура может изображать как настоящее, так и прошлое семьи и включать любое количество членов расширенной семьи.

Перед началом выполнения задания психолог объясняет членам семьи, что данная методика позволяет почувствовать — что, значит, быть членом семьи. И это бывает легче показать, чем рассказать. Поэтому каждый член семьи должен по очереди показать свое видение внутрисемейных отношений, изображая их в виде живой скульптуры так, чтобы их позы и положение в пространстве отражали действия и чувства по отношению друг к другу.

Психолог предлагает обращаться члену семьи, который вступает в роли скульптора, с другими членами семьи так, как будто они сделаны из глины. То есть ему необходимо поставить их в такую позицию, которая могла бы наиболее полно отразить отношение скульптора к данному члену семьи.

Ваяние продолжается до тех пор, пока скульптор не будет удовлетворен своим результатом. Важно, чтобы другие члены семьи позволили скульптору свободно обращаться с собой, как с материалом, зная, что потом они поменяются с ним местами. Каждый член семьи должен изваять свою реальную семейную скульптуру, отражающую эмоциональную ситуацию в семье в данный момент.

Во время построения скульптур психолог на бумаге фиксирует треугольники, альянсы и конфликты, которые появляются и наглядно и символически изображаются скульптором.

После того как каждый член семьи вылепил свою скульптуру, наступает следующая фаза работы — обсуждение полученных результатов.

Существует много вариантов использования методики «Семейная скульптура». Некоторые специалисты, применяющие эту методику, просят скульпторов придумать для каждого члена семьи слово или фразу, которые лучше всего характеризовали бы поведение этого человека. Членам семьи следует затем последовательно произнести эти фразы. В этом случае достигается не только визуальный, но и слуховой эффект.

В дальнейшем обсуждается не только вся скульптура в целом, но и отдельные ее части. Во время обсуждения задаются *следующие вопросы*, как каждому члену семьи, так и всей семье в целом, например:

— скульптору раньше всех других вопросов: «Придумайте название вашему произведению»;

— каждому члену семьи: «Как вы чувствуете себя на этом месте среди ваших родственников?»;

— всей семье: «Удивила ли вас данная скульптура?»;

— каждому члену семьи: «Знали ли вы раньше, что скульптор воспринимает вас так, как он это изобразил?»;

— всей семье: «Согласны ли вы с тем, что ваша семья функционирует именно так, как изображено в скульптуре?»;

— скульптору или семье: «Какие изменения в жизни семьи вы хотели бы видеть?»

Один из вариантов методики заключается в следующем: после того как каждый член семьи создаст свою реальную скульптуру, отражающую ситуацию в семье в данный момент, его просят создать скульптуру идеальной семьи. Сам процесс ваяния и его продукты (скульптуры) помогают членам семьи оценить свои позиции в семье и дают уникальную для семьи возможность выразить невербально то, какой они видят идеальную семью.

Данная техника используется в работе с *субсистемами*:

- родители-дети,
- братья-сестры,
- с полной семьей.

Методика используется как средство оценки семейной системы и как средство интервенции в нее, а также как особый механизм общения с членами семьи.

В ходе выполнения методики выявляются семейные *ролевые образцы* — треугольники, альянсы, специфические эмоциональные взаимоотношения, а также такие проблемы, как борьба за власть, близость, дистанция, границы.

Методика — хорошее средство наблюдения за всем этим, особенно в семьях, привыкших использовать вербальные манипуляции, или в тех, для которых невозможны традиционные методы типа беседы, и т.д.

Наиболее удачно роль скульпторов выполняют подростки вследствие их чувствительности к тому, что происходит в семье, и из-за их естественного желания манипулировать ближайшими родственниками.

Хорошими скульпторами также являются замкнутые дети. Они через скульптуру могут выразить свое тайное одиночество, страх, враждебность или те чувства, которые они не должны были бы испытывать.

Метод «Семейная скульптура» может быть использован и при индивидуальной семейной работе. В этом случае роли членов семьи исполняют мебель или другие большие предметы, находящиеся в кабинете психолога, хотя при таком подходе порой ощущается дефицит живого присутствия членов семьи. Методика также помогает внести позитивные изменения в семейную систему.

Методика «Семейная хореография»

Методика «*семейная хореография*» является вариантом методики «семейная скульптура».

Методика «семейная хореография» *направлена на:*

- перестройку взаимоотношений в нуклеарной семье;
- отслеживание негативных образцов поведения и остановку их действия, последовательно изображая поведенческие акты, ведущие к усилению конфликта;
- обеспечивает членов семьи невербальными каналами коммуникации, позволяющими открыто выразить свои чувства.

Краткое описание методики

Одного из членов семьи просят построить всех остальных на сцене таким образом, чтобы картина отражала внутренние семейные отношения в контексте какого-либо события или проблемы, а затем эту сцену разыграть.

Эффективность «семейной хореографии» связана с тем, что она оказывает понятной для любой семьи, особенно для тех семей, которым трудно словесно сформулировать проблемы. Проблемы и альтернативные способы их решения могут быть представлены в движении и визуально. Каждого члена семьи просят так разместиться в пространстве комнаты, чтобы это наилучшим образом показало проблему семьи. Затем члены семьи должны показать сцену без слов, оживить ее и проиграть. После того как сцена проиграна, членам семьи предлагается изобразить идеальную ситуацию во взаимоотношениях, такую, какой она видится в данный момент.

Идеальная ситуация также разыгрывается семьей. При этом психолог работает с каким-то одним членом семьи, обращаясь к нему с просьбой изобразить е реальную и идеальную позиции в семейной системе.

Психолог может попросить несколько раз повторить сцены, отражающие дисфункциональные внутрисемейные поведенческие образцы, а также те сцены, которые изображают их преодоление. Причем советует им действовать при каждом очередном дубле с все возрастающей энергией, пытаясь сделать ситуацию их точки зрения, все лучше и лучше.

После того как сцены проиграны, происходит обсуждение. Для того чтобы более четко сформулировать проблему семьи, психолог может попросить каждого члена семьи кратко сформулировать для себя и других *то*, что составляет суть, актуального состояния и положения в семье. Затем в порядке очереди это делают все члены семьи. Вопрос задается всегда один и тот же: «Каково быть в этом положении в семье, и какие чувства возникают у данного члена семьи по отношению к другим членам семьи?» Данная процедура довольно гибкая и может быть изменена в зависимости от конкретных образцов взаимодействий, существующих данной семейной системе.