

ПСИХОТЕРАПИЯ И МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 616.891:615.851:159.9

ББК Р64+Ю953

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ: АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ЗАДАЧИ ПСИХОТЕРАПИИ

Семке В. Я.¹, Жигинас Н. В.^{*2}

¹ ФГБУ «НИИ психического здоровья» СО РАМН

634014, Томск, ул. Алеутская, 4

² ГБОУ ВПО «ТГПУ»

634061, Томск, ул. Киевская, 60

Статья посвящена новым подходам к изучению психологии семьи в современных социально-экономических условиях, а также развитию перспективных направлений семейной психотерапии. **Ключевые слова:** проблемы современной семьи, семейная психотерапия, психоортопедические мероприятия.

FAMILY MENTAL HEALTH: PROBLEMS AND OBJECTIVES OF PSYCHOTHERAPY. Semke V. Ya.¹, Zhiginas N. V.² ¹Mental Health Research Institute SB RAMSci. 634014, Tomsk, Aleutskaya Street, 4. ²Tomsk State Pedagogical University. 634061, Tomsk, Kievskaya Street, 60. Article is devoted to new approaches to study of psychology of a family under modern social and economic conditions and to development of perspective directions of family psychotherapy. **Key words:** problems of a modern family, family psychotherapy, psychoorthopedic activities

Zhiginas Natalia Vladimirovna, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of Psychology Department. Tel. Home: (83822)454914, tel. mobile: 89138790637.

В современных условиях, сопряженных с глубокими социально-экономическими преобразованиями общества, резко возрастает риск формирования и развития пограничных состояний, в первую очередь невротических и личностных расстройств. Одним из определяющих факторов, способствующих личностной дезинтеграции, следует считать семейно-бытовую неустроенность. Все человеческие существа на первых порах весьма эгоистичны, однако под влиянием группового окружения они учатся сдерживать и преодолевать свои желания (идущие зачастую вразрез с интересами окружающих), соразмерять их с требованиями среды. Наиболее массовая микросоциальная груп-

па – это семья: как дом складывается из отдельных кирпичей, так и общество составляет из совокупности семей. Семейные ячейки выполняют функции поддержания моральных и трудовых традиций, являясь проводниками общественного влияния на личность. Ответственность индивидуума перед членами семьи поддерживается на протяжении всего жизненного пути, естественно регулируясь социокультуральными традициями, укладом, этническими особенностями. Опасность искаженных, напряженных взаимоотношений в семье усугубляется тем, что они не только прочно фиксируются, но и могут передаваться последующим поколениям, несут в себе потенциальный заряд грядущих человеческих трагедий. В этой связи уместно вспомнить высказывание Л. Н. Толстого: «Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая семья несчастлива по своему». Именно в этот исторический период, на рубеже XIX и XX вв., появились первые исследования в области «педагогической патологии» (Л. Штрюмпель, П. Бонкур, В. Штрамайер, В. П. Кащенко и др.), а в последующем успешно воплотились в сфере дефектологии (коррекционной педагогике). Работы этих исследователей были нацелены на реализацию личностно-ориентированного образования, предусматривающего взаимодействие обучения и воспитания. Общеизвестно, что в обстановке искренней родственности воспитываются и формируются естественная отзывчивость, радостная взволнованность и удовлетворенность не только за свои, но и за успехи других, умение сопереживать в атмосфере удач и поражений, строго и взыскательно спрашивать за любой антиобщественный поступок, приходить на помощь в трудную минуту, испытывать сострадание к ближнему. Психическое здоровье участников педагогического процесса (учитель – ребенок – родители) предусматривает знание «стыковых» вопросов в области педагогики психологии, персонологии, психиатрии и психотерапии, в первую очередь научных проблем взаимообусловленности основных закономерностей формирования пограничной патологии.

Особое значение в раннем детстве приобретает теплый эмоциональный контакт между матерью и ребенком. Установлено «что отсутствие материнской ласки, «отчуждение» от матери наиболее неблагоприятно сказывается на протяжении первых трех лет жизни ребенка. «Колыбелью неврозов» называют психологи детский период жизни индивида [1].

Изучено много путей, по которым неблагоприятная семейная среда влияет на поведение ребенка. Прежде всего в силу развитого рефлекса подражания он может легко усвоить линию поведения одного из родителей, отличающегося невоспитанностью, грубостью и

* Жигинас Наталья Владимировна, д. п. н., доцент, зав. каф. психологии развития личности. Телефон домашний: (8-382-2)454914, тел. сотовый: 89138790637.

необузданностью характера. Это так называемые реакции имитации, подражания. В условиях частых семейных ссор, словесных перепалок или безобразных драк дети также легко усваивают невыдержанность, грубость и возбудимость. Нельзя воспитывать грубостью и злом. Л. Н. Толстой писал: «Дети – это увеличительные стекла зла. Стоит приложить к детям какое-нибудь злое дело и то, что казалось по отношению взрослых только нехорошим, представляется ужасным по отношению детей» [2].

Педагоги и психиатры устанавливают отчетливую зависимость между типами неправильного воспитания с особенностями характера. Поэтому «воспитание воспитателей» составляет важную цель в оздоровлении микросоциальной среды. Свежо и актуально звучит призыв парижских коммунаров к родителям: «Научить ребенка любви и уважению к себе подобным, внушить ему чувство справедливости, внедрить в его сознание, что он должен учиться во имя общественных интересов, – вот те моральные принципы, на которых должно покоиться воспитание». В лечении и предупреждении неврозов, патологических формирований личности большое значение имеют психоортопедические мероприятия – коррекция неправильных жизненных установок, сложившегося стереотипа поведения. Независимо от клинических особенностей важно изменить сложившийся ритм и темп жизни, труда. Самая тяжелая война – война с самим собой, а самая счастливая и радостная победа – победа над самим собой. Человеку с «трудным» характером обязательно надо постоянно работать над собой, ибо от этих усилий зависит не только его собственное благополучие, но и здоровье окружающих. Причем победа в этом противоборстве в огромной степени зависит, в свою очередь, от благожелательного, доброго отношения членов семьи, близких людей, коллектива.

«Колыбелью неврозов» называют психологи детский период в жизни человека: атмосфера лжи, враждебности, равнодушия в семье легко улавливается ребенком: все нравоучения и наставления, не подкрепленные реальными примерами, минуют его сознание, теряют свой воспитательный «запал». Э. Эриксон (1963) определял ранний этап онтогенеза как основную детерминанту развития личности. «Степень доверия» («trust»), вынесенного из самого раннего младенческого опыта, зависит не от абсолютного количества пищи или проявлений любви к малышу, а скорее, от количества материнских отношений с ребенком. На базе доверия у ребенка формируется чувство уверенности, снижается тревожность, что способствует его адаптации в социуме, успешному формированию личности.

Самоактуализация (self-actualisation) представляет собой процесс, включающий в себя здоровое развитие людей, возможный лишь при удовлетворении потребностей в уважении, признании, достоинстве, осознании собственной пользы в социуме. Создатель «межличностной теории психиатрии» Н. С. Sullivan (1947, 1953) утверждал, что «тревога – продукт межличностных отношений, первоначально передающаяся от матери и впоследствии связанная с угрозой безопасности». Невроз рассматривается Э. Фроммом (1941) как «пожизненная зависимость от внешнего объекта», как неудачная попытка разрешить конфликт между непреодолимой зависимостью и стремлением к свободе.

Начальный период психотерапевтического вмешательства при невротических развитиях личности не ставит целью разрушение сформировавшейся ипохондрической установки, так как неподдельный интерес к состоянию здоровья пациента служит основой для установления терапевтического контакта, а также неформального выполнения полученных рекомендаций. Организованность и целеустремленность ипохондрических больных помогают им в овладении релаксационными методиками, что требует определенного упорства и систематичности занятий.

Важным условием для успешного осуществления психотерапевтической работы в семейном консультировании должно стать детальное выяснение индивидуально непереносимых микросоциальных конфликтных ситуаций и обнаружение факторов, благоприятствовавших подострому и затяжному течению пограничных состояний. В ходе психоконсультационной работы проводится совместное обсуждение взаимодействия в микрогруппе, корригирование отношений всех членов семьи, исправление дефектов воспитания с использованием принципов психоортопедии, оказание рациональной помощи. Другим новым элементом в системе реабилитационного воздействия является внедрение приемов «интенсивной психотерапии». Она предусматривает достижение максимального лечебного эффекта в минимально короткие сроки за счет реализации механизмов социально-психологической защиты пациента путем многоканального воздействия посредством ПТК на «ключевые» переживания невротической личности, преодоления патогенных установок и включения саногенных ресурсов. Помимо традиционных гипносуггестивных методик, рекомендуются к использованию эриксоновские приемы гипнотерапии, недирективная групповая психотерапия по методу Роджерса, гештальтпсихотерапия, нейролингвистическое программирование, когнитивная психотерапия, методика интенсивного проведения

групповой патогенетической ПТ («марафон») [3].

Из вышесказанного естественным образом проистекают два организационных принципа психологии семьи и семейного консультирования: обеспечение здоровья, защита здоровья, превентивный сервис. В основе первого принципа лежит развитие стандартов здорового образа жизни, физической активности, планирования семьи, укрепление душевного здоровья (улучшение внутрисемейной поддержки, идентификация проблем каждого члена семьи, предотвращение стрессов, депрессий, самоубийств, преодоление агрессивного поведения) Второй принцип охватывает превентивные и медицинские приемы, нацеленные непосредственно на предотвращение различного рода психических нарушений (консультации, скрининг, иммунизация).

Задача деятельности семейного консультанта и психотерапевта – помочь семье реорганизовать себя, «перебросить мост между двумя берегами семейного существования – физическим и моральным, если мы хотим, чтобы духовная и материальная стороны нашей деятельности оживили друг друга» (П. Тейяр де Шарден). Показательно в этом отношении мнение русского мыслителя Питирима Сорокина: «Насилие, ненависть и несправедливость никогда не смогут сотворить ни умственного, ни нравственного, ни даже материального царствия на земле». Применительно к современной семье отметим, что следует постепенно внедрять в сознание людей абсолютную ценность личности – «не индивида, как фрагмент человечества, а именно личности, которая может творчески соотноситься с другими личностями...» (Антоний Сурожский). Именно с целью достижения и упрочения особого вида «социального капитала», коим является психическое здоровье россиян.

Л и т е р а т у р а

1. Семке В. Я. Онтогенетическая психиатрия и инновации // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2010. № 1(58). – С. 5—9.
2. Семке В. Я. Бремя кризисов и психическое здоровье // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2009. № 1 (52). – С. 7—10.
3. Жигинас Н. В. Кризис идентичности студентов в свете проблемы психического здоровья // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2009. – Вып. 4 (82). – С. 61—65.

Транслитерация русских источников

1. Semke V. J. Developmental psychiatry and innovation // Siberian journal of psychiatry and addiction psychiatry. – 2010. – № 1 (58). – S. 5—9.
2. Semke V. J. The burden of mental health crises and // Siberian journal of psychiatry and addiction psychiatry. – 2009. – № 1 (52). – S. 7—10.
3. Zhiginas N. V. Identity crisis in the light of students' mental health // Bulletin of the Tomsk State Pedagogical University. – 2009. – Issue 4 (82). – S. 61—65.

УДК 615.851:613.83
ББК Р64-57

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА СИМВОЛДРАМЫ В ГРУППОВОЙ РАБОТЕ С НАРКОЗАВИСИМЫМИ

Мельников М. Е.^{*1}, Токарева Е. Г.²,
Шубина О. С.¹

¹ ФГБУ «НИИ молекулярной биологии и биофизики»
СО РАМН

630117, Новосибирск, ул. Тимакова, 2

² ГОУ ВПО «Новосибирский институт экономики,
психологии и права»

630073, Новосибирск, пр. К. Маркса, 57

В работе отмечаются некоторые характерные отличия групповой работы методом символдрамы у наркозависимых от аналогичной работы с условно здоровыми клиентами. Выделяются перспективы и преимущества включения сеансов символдрамы в программы реабилитации наркозависимых. Описываются особенности поведения пациентов и специфические детали их рисунков по итогам представления заданных образов. Высказываются предположения о связи характера изображений с состоянием эмоциональной сферы и идентичности. Сделанные качественные выводы на основе наблюдения, расспросов и интерпретации рисунков подкрепляются данными психологического тестирования. **Ключевые слова:** наркотическая зависимость, символдрама, проективный рисунок, идентичность, групповая психотерапия.

SPECIALTIES OF APPLICATION OF SYMBOLDRAMA METHOD TO GROUP TREATMENT FOR ILLICIT DRUGS DEPENDENT PATIENTS. Melnikov M. E.¹, Tokareva E. G.², Shubina O. S.¹ ¹Research Institute for Molecular Biology and Biophysics SB RAMS. 630117, Novosibirsk, Timakova str., 2. ²Novosibirsk Institute for Economy, Psychology and Justice. 630073, Novosibirsk, Marx av., 57. Some specialties, which make difference between group symbol drama treatment in drug dependent patients and similar work in healthy clients, are mentioned in the article. Prospects and benefits of including symbol drama sessions into illicit drug abusers rehabilitation programs are underlined. Specialties of patients' behavior during the sessions, attention worth details of their drawings after image constructing are described. Some propositions towards association between pictures' characteristics and state of identity and emotions are given. Qualitative conclusions, based on observations, inquiries and interpretation of the patients' pictures, made in the paper are approved by psychological assessment data. **Key words:** illicit drugs dependence, symbol drama, projective drawing, identity, group psychological treatment.

Введение. Болезни зависимостей десятилетиями были и остаются одним из самых значительных вызовов психологам, психотерапевтам и психиатрам [1]. Гетерогенность проблем, связанных с ними, распространённость психопатологических коморбидных состояний предполагают поиск «гибких» терапевтических методов,

^{*} Мельников Михаил Евгеньевич, аспирант «НИИМББ», тел.: +7(383)3011097, e-mail: mikhail-melnikov@mail.ru
Токарева Елена Геннадьевна, преподаватель НИЭПП.
Шубина Ольга Сергеевна – к.м.н., в.н.с. «НИИМББ».