



А.Д. Левицкий

Групповая работа с родителями проблемных детей: СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД



*Все части организма образуют круг.
Поэтому каждая часть является
и началом, и концом.
Гиппократ*

С ранних времен люди наводили порядок в своем представлении об окружающем их мире, переплетении событий, происходящих с ними, используя для этого мощный метод — причинно-следственные связи.

Согласно этому представлению, у каждого события есть причина, это — тоже событие или несколько событий, происшедших раньше и в совокупности повлиявших на наше событие. Казалось бы, не мы это придумали — не нам и отменять, мир устроен так!

Все, однако, оказалось значительно интереснее. В 60-х годах прошлого (XX-го) века в работах Л. фон Бергаланфи, Г. Бейтсона, Д. Радьяра и других возник и развивается принципиально другой подход, который во главу угла ставит целое, а не часть, организм, а не орган, смысл, а не функцию, цель, а не причину. И циркулярную, а не линейную логику. Это — холистический, целостный подход (whole — целое). Его теоретическая основа — общая теория систем.

Что же такое система?

Система — совокупность элементов, связанных между собой таким образом, что качества, свойства взаимосвязей играют не меньшую (а иногда и большую) роль, чем качества, свойства самих элементов.

Один из основоположников общей теории систем Л. фон Бергаланфи считал, что понятие системы имеет общий характер, непосредственно вытекающий из так называемого «организмического взгляда на мир». Этот взгляд определяют два положения:

- а) целое больше, чем сумма его частей,
- б) все части целостного организма и процессы, происходящие в нем, влияют друг на друга и друг друга обуславливают.

Системный подход первоначально сформировался в недрах биологии (отсюда и термин «организмический взгляд на мир»), поэтому так повелось, что многие свои метафоры и аналогии он черпает из этой сферы.

Описывая системы, специалисты в этой области говорят о подсистемах как о частях системы, имеющих собственную целостность и свои, отдельные функции и внутреннюю структуру, упоминают закон гомеостаза, который гласит, что система в

Левицкий Аркадий Давыдович — педагог-психолог ГОУ ЦДиК «Участие» Северо-Восточного административного округа г. Москвы, заместитель директора Института интегративной семейной терапии.

В 1971 году окончил МГПИ им. Ленина по специальности «физика», а в 2000 году закончил обучение в Мюнхенском институте интегративной терапии.

Автор ряда публикаций по психологии и психотерапии, в том числе в журнале «Семейная психология и семейная терапия», публикует научно-популярные статьи в периодических изданиях. Соавтор методического пособия «Методы социально-педагогической помощи подросткам группы риска».



целом должна остаться без перемен. И (как это может показаться на первый взгляд) противоречащий ему закон развития, согласно которому система должна пройти свой жизненный цикл, состоящий из определенных стадий, этапов развития. Ведь на этом пути нельзя «перепрыгнуть» через ступеньки или застрять на одной из них, не рискуя разрушить всю систему. О свойствах системы судят исходя из того, как устроены границы между подсистемами и граница между системой в целом и окружающей ее внешней средой.

Очень многое зависит от того, проницаемы ли эти границы, упругие они и гибкие или твердые и хрупкие. Рассматривая формы взаимодействия частей системы между собой или частей с целой системой, исследователи стараются не упустить из виду иерархический характер взаимосвязей между подсистемами, заметить, как иерархичность изменяет картину системных связей, как тип иерархии влияет на функционирование всей системы, ощутить, почувствовать склонность подсистем вступать в коалиции, которые могут укреплять систему (горизонтальные коалиции), но могут и препятствовать ее развитию. Услышав об обратных связях, стараются не забыть, что в системе обратные связи всегда носят циклический, а не линейный характер.

Каждый человек, сам будучи целостным организмом, является системой, но, кроме того, входя как органичная часть в состав других систем, превышающих отдельного человека по размерам или по сложности внутреннего устройства (если это возможно), он, человек, оказывается в них подсистемой.

Наиболее важная из них — и первая в хронологическом порядке, т. е. в том порядке, в котором человек попадает в эти системы в процессе своего естественного роста, — семья.

Семейная система — открытая система, она находится в постоянном взаимообмене с окружающей средой. Но, кроме того, это и самоорганизующаяся система, причем источник преобразований системы лежит внутри нее самой. А это означает, что люди, составляющие семью, поступают так или иначе под влиянием правил функционирования данной семейной системы, а не под влиянием своих потребностей и мотивов. Иначе говоря, система первична по отношению к любому входящему в нее элементу. Поэтому объектом психотерапевтического воздействия является вся семейная система целиком, а не отдельный человек, элемент этой системы.

В понимании этого момента обычно возникают сложности. Они связаны с тем, что, как правило, члены семьи не ощущают себя частью семейной системы. В европейской культуре, например, вообще не принято считать себя частью чего-то, пусть даже чего-то приличного. Это несколько задевает самолюбие. Каждый человек считает себя индивидуальностью! Если мы проявим достаточное терпение и преодолеем эти сложности, перед нами откроются новые возможности.

Свойства семейной системы могут быть описаны с разных точек зрения: это и особенности взаимоотношений членов семьи, и (гласные или негласные) правила жизни в семье, и, как и в любой системе, — качество внутрисистемных границ, и многие другие.

Семья как организм — существо (сущность) весьма своеобразное. Составные части этого организма — люди — не соединены вроде бы ничем. Тем не менее, они связаны между собой довольно прочно. Этот организм может расти, делиться или выпускать из себя свои части, которые, соединяясь с другими частями, образуют новые семьи. Таким образом, семья как организм может давать начало другим подобным организмам несколькими способами.

Семья сохраняет жизнеспособность, даже когда ее составные части находятся на большом расстоянии друг от друга. Одна часть организма, например, находится на конференции в Австралии, другая — в командировке в Скандинавии, третья сидит себе в Москве, внуков растит, но ни у кого нет и тени сомнения, что это — одна семья. Этот организм чрезвычайно устойчив и живуч. Он выдерживает огромные внешние нагрузки. Начало и конец его существования очень трудно определить. Для эффективной терапевтической работы с семьей нужен адекватный инструмент. Таким инструментом является системный подход, а область практической психологии, использующая этот инструмент, называется **системной семейной психотерапией**.

История развития системной семейной психотерапии показывает, что эта область практики развивалась не так, как большинство психотерапевтических школ и подходов. С одной стороны, работа с семьями описывается в рамках различных психотерапевтических школ: трансактного анализа, гештальт-терапии, клиентоцентрированного подхода, адлеровской и рационально-эмотивной психотерапии, бихевиоральной психотерапии и НЛП. С другой — развитие системной семейной психотерапии не связано с развитием индивидуальной психотерапии. Исследование семьи как системы не имеет ни истории, ни общепринятых понятий, ни установленных открытий. Анализ литературы не выявил никаких данных о том, что системная семейная психотерапия «выросла» из каких бы то ни было ранее существующих теоретических положений в психотерапии.

Один из основоположников системного подхода и его радикальный сторонник Карл Витакер говорит: «Я не верю в людей — только в семьи!» Он считает, что «семья — организм во всех смыслах этого слова. Личность — не более, чем фрагмент семьи» [2]. А если учесть, что эти фрагменты имеют свою историю и несут на себе отпечаток семей, то получается, что «Семья — это не взаимодействие двух личностей, а скорее продукт взаимодействия двух семей, выславших двух «козлов отпущения» для воспроизводства самих себя» [2]. Если мы придерживаемся этой точки зрения, то нам необходимо иметь представление о структуре семьи как целостного организма и законах развития этого организма. Итак, что же такое семья?



Элементы теории семьи

Семья — естественный контекст становления человека, естественная группа, в которой со временем возникают стереотипы взаимодействий. Эти стереотипы создают структуру семьи, определяющую функционирование ее членов, поведение и характер взаимодействия.

Мы уже отмечали некоторые сложности, возникающие при освоении системного подхода. Во-первых, члены семьи, как правило, не ощущают себя частью семейной структуры. В нашей культуре высок статус индивидуальности, а считать себя частью чего-то унизительно. Во-вторых, проблема изучения семьи осложняется еще и тем, что в западных языках мало слов и выражений, которые описывали бы целостные системы, состоящие из частей, также являющихся целостными. Артур Кестлер предложил новое понятие, термин, «определяющий эти странные двуликие существа, которые в любой иерархии занимают промежуточные уровни». Он назвал их холонами¹.

Холон — сущность, которая, будучи некоей целостностью на одном уровне, является органичной частью, структурным элементом объемлющей целостности на следующем [3]. Тогда иерархия — ряд холонов в порядке возрастания способности к интеграции.

Понятие «холон» очень удобно для семейной терапии, потому что объектом вмешательства и местом, где происходят изменения, всегда является именно холон.

Любой холон семьи — индивид, супруги, родители, сиблинги, нуклеарная семья, расширенная семья — все они представляют собой и целое и часть, оба эти его аспекта равнозначны, не отвергают друг друга и не вступают друг с другом в конфликт. Другими словами — используя модное сейчас в психологии понятие энергии — это можно выразить так. Каждый холон проявляет энергию в двух противоположных направлениях — энергию конкуренции, (как целостность, чтобы сохранить свою автономность) и энергию интеграции (как часть охватывающего холона, чтобы сохранить всю иерархию).

Используя понятие холона, можно сказать, что семейная терапия — это деятельность по укреплению самих холонов, границ между холонами и упорядочиванию отношений между ними. И здесь, в контексте «упорядочивания отношений между ними», следует сказать о семейной иерархии.

Семейные иерархии и метафоры

Структура семьи, привычные, стереотипные способы взаимодействия членов семьи — это и есть метафора ее проблем.

Итак, в семье можно выделить различные структуры. Между элементами структуры существуют опре-

деленные границы и усматривается иерархичность. Собственно, в любой структуре, состоящей из людей, есть своя иерархия. Например, находится кто-то один, кто берет в свои руки власть и ответственность за все, что происходит в рамках данной структуры. Иерархии могут быть нормальными, естественными, или деформированными. Люди с выраженной симптоматикой, как правило, вовлечены в искаженные иерархии, когда, например, семьей командует ребенок.

Как возникают искаженные иерархии, каков механизм искажения?

При девиантном поведении ребенка родители проявляют свою заботу, прибегая либо к наказаниям, либо к усиленной опеке. В любом случае, как бы ни реагировали родители, произойдет следующее: благодаря нарушениям в поведении ребенок приобретает власть над родителями, определяя их поступки, содержание разговоров и т. п. В итоге в семье возникают две конфликтные иерархии — и родители, и ребенок одновременно находятся и в главенствующем, и в подчиненном положении. Среди симптомов, проявляющих проблемную ситуацию, можно назвать депрессию, алкоголизм, страхи, психосоматические заболевания и т. д. [4].

Носителем симптома может быть не только ребенок. Если симптом проявляется не у ребенка, а в поведении одного из супругов, то и здесь возникают две несовместимые иерархии. С одной стороны, «проблемный» участник пары находится на нижней ступеньке, поскольку он болен и беспомощен, с другой — он получает своеобразное превосходство, поскольку помощь, как правило, безуспешна, усилия тщетны, и здоровый участник супружеской пары попадает в зависимость, подчиняя свою жизнь «проблемному» участнику.

Следует отметить, что зачастую трудно сказать, является ли симптом причиной искажения иерархии, или его роль вторична и он — всего лишь индикатор наличия проблемы. Дело в том, что общение людей построено по принципу аналогии. Можно даже предположить, что вообще любое поведение человека построено на аналогиях и метафорах разной степени глубины и абстракции. «Поведение человека — это не реакция животного, направленная на выживание в условиях среды. Любым своим действием и даже физиологической реакцией человек говорит нечто важное миру и себе подобным» [5].

При девиантном поведении, или, шире, поведении, содержащем симптом, этот симптом всегда является еще и аналогией или метафорой, смысл которой — некое послание внешнему миру. Сообщая напрямую о некотором состоянии человека, он может служить метафорой другого его состояния.

Так, головная боль или энурез у ребенка говорит напрямую о каком-либо соматическом заболевании

¹ Противоречиво само устройство термина. По форме он похож на слова «протон» или «нейтрон» — элементарные частицы, а корень происходит от английского whole — целое. В российской терминологической традиции этот термин принят наряду с термином «подсистема».



и — метафорически — еще о чем-то (например, об одиночестве, дефиците внимания, конфликтах в семье или эмоциональной депривации). Когда ребенок не хочет идти в школу, он выражает этим не только свой страх, но — метафорически — и страхи матери [3, 19].

Различие между буквальным и метафорическим смыслом поведения — один из предметов работы терапевта. Причем, в отличие от психоанализа, где речь идет о теории индивидуальных метафор и ее проявлении в психике, в семейной терапии речь идет о структурной организации семьи и ее паттернах взаимодействия как метафоре ее проблем.

Работа с семьей как с системой

Системная семейная терапия рассматривает психологические трудности и симптомы индивида как следствие проблемных семейных связей, а не только как индивидуальные нарушения или интрапсихические повреждения. Актуальная индивидуальная симптоматика в контексте истории семьи и ее нынешней структуры выглядит совершенно иначе, чем рассмотренная изолированно. Такой расширенный системный взгляд на проблему дает дополнительные возможности и методы ее решения [11].

Рассмотрим пример.

Мама приходит к психологу и жалуется, что ее старший сын агрессивно ведет себя. Конечно, можно работать только с мальчиком и только с этой агрессивностью, но, расспрашивая дальше, мы узнаем, что ребенок чаще всего агрессивен со своей младшей сестрой, да и возникла агрессивность только после ее рождения. Спектр возможных воздействий расширяется, теперь мы можем работать и на улучшение взаимодействия брата и сестры. Продолжая беседу, мы узнаем, что, когда дети ссорятся, мама часто заступает за младшую дочь. Вырисовывается следующая картина: мальчик обижает сестру, она плачет и зовет маму, которая ее утешает, что, в свою очередь, еще больше злит сына, и он через некоторое время снова начинает обижать сестру и т. д.

Заметьте, как расширяются возможности терапии в этом случае. Но в этой семье есть еще и папа, негласно (а иногда и гласно) поддерживающий сына в его «схватке с женщинами». И если мы зададимся вопросом, зачем или, вернее, вместо чего папа выясняет отношения с женщинами при помощи ребенка, — то картина усложняется и возникает новый взгляд на перспективы работы в этой ситуации.

Пример показывает, что изоляция ребенка от семейной системы не позволяет видеть циркулярный характер симптома и ведет к линейному объяснению событий. Конечно, и линейные, и циркулярные объяснения уместны, но они должны быть рассмотрены как гипотезы разных логических уровней. Линейные последовательности могут существовать внутри циркулярного паттерна, но не наоборот. Умение увидеть симптом с системной точки зрения позволяет расширить спектр воздействия.

А.Я. Варга, известнейший семейный терапевт, говорит, что зачастую линейное объяснение событий, происходящих с одним членом семейной системы, как бы «оправдывает» насилие и жестокость. Например, «ребенок плохо учится, потому что ленив. Будем бороться с ленью беспощадно». После такого рассуждения ребенок становится лишь носителем лени. Это нехитрое построение позволяет родителям жестоко обходиться с ребенком, не испытывая чувства вины: ведь они имеют дело только с ленью, а лень — нечто абстрактное, неспособное страдать и по сути своей являющееся злом. Работая только с ребенком, мы невольно подтверждаем родителям эту точку зрения и становимся «борцами» с симптомом.

Семья и современная социальная ситуация

Проблемы общества в семейной сфере и неэффективность существующей семейной политики наглядно иллюстрируются многочисленными статистическими показателями. В 70-е годы в стране распался каждый третий брак, сегодня распадаются два из трех, а это приводит к тому, что ежегодно около 470 тысяч детей остаются без одного из родителей. За эти годы в 2 раза уменьшилось количество зарегистрированных браков, в 2 раза — среднее количество детей в семье, в 2,5 раза — общее количество родившихся детей.

Такие явления, как жестокое обращение и насилие в семье, безнадзорность, бродяжничество, уже сегодня представляют реальную угрозу для общества. Значительное расширение социального сиротства, проявление его новых характеристик связано, в том числе, и с продолжающимся ухудшением жизни российских семей, что, в конечном счете, приводит к деформации семейных ценностей, отношению к детям как к отрицательному фактору, вплоть до полного вытеснения их из семьи.

В Москве за последние 5 лет количество суицидов среди детей возросло в 3 раза. По данным единственного московского токсикологического центра, за эти же годы количество детей, поступивших в состоянии тяжелого алкогольного опьянения, возросло в 2 раза, а с тяжелейшими отравлениями токсическими веществами — в 18 (!) раз. Если еще 5 лет назад средний возраст токсикоманов был 11—13 лет, то сегодня он понизился до 8—10 лет. Под наблюдением специалистов находятся токсикоманы даже дошкольного возраста (4—5 лет). Такое значительное «омоложение» токсикоманов, снижение возраста проявления других отмеченных выше социальных проблем свидетельствует о том, что фокус причинно-следственных связей перемещается от общества в сторону семьи. Кроме того, следует учесть, что именно члены семьи максимально остро реагируют на трудности и проблемы, на заболевания или инвалидность в семье — ведь они раньше и интимнее всех других соприкасаются с этим. А это значит, что помощь семье, и в частности, семейная психотерапия — самый эффективный инструмент, который позво-



ляет решить, а в ряде случаев даже предотвратить соматические и психические расстройства, нарушения поведения и социальной адаптации у детей и подростков [30].

Семейная психотерапия в детском реабилитационном центре

Представляется очевидным, что в этих условиях необходимость в таких службах, как сеть психолого-медико-социальных центров, весьма велика, хотя — не говоря о качестве — в настоящее время даже количественно не удовлетворена. Поле нашей деятельности — дети с врожденными и приобретенными в ранние годы патологиями развития и здоровья, социально и педагогически запущенные дети из неблагополучных семей, психологически запущенные дети из так называемых благополучных семей, особо одаренные и многие другие **особенные** дети.

Постановка психотерапевтической работы в ППМС-центре связана с более общей научной проблемой — кого считать объектом терапии. На первый взгляд, этим объектом является сам больной ребенок. Практика, однако, подтверждает правоту системного подхода: больной ребенок или ребенок с отклонениями в развитии — это, как правило, и больная семья [1]. И, значит, многие отклонения в здоровье и развитии детей являются следствием нарушения функционирования семьи, точнее, семейной системы.

Наше время внутренне противоречиво. «Чтоб тебе родиться в эпоху перемен!» — в сердцах говорили древние китайцы, и это было весьма серьезное проклятие. С другой стороны — *«Блажен, кто посетил сей мир в его минуты роковые»* (Ф. Тютчев).

Но наша культурная ситуация до такой степени эклектична, соткана из разнородных, несовместимых друг с другом компонентов, и ее минуты настолько «роковые», что мы без дополнительного внутреннего дискомфорта принимаем оба изречения: и древнекитайскую поговорку, и строки нашего великого поэта. И действительно — ведь на наших глазах происходит смена социальной формации, при этом разрушается структура многих социальных институтов, и в первую очередь — семьи.

Семья с нарушенной структурой и отношениями не может, как правило, навести порядок сама, не в состоянии разрешить возникающие в семейной жизни проблемы. С течением времени в такой семье возникает психологическое напряжение, которое имеет тенденцию к нарастанию, приводя к дальнейшим эмоциональным, поведенческим и, как следствие, соматическим нарушениям, невротическим реакциям у всех членов семьи, и прежде всего — у детей.

В последнее время психотерапия, во всяком случае, индивидуальная, у нас, хоть и в зачаточных формах, но появляется, и люди постепенно начинают пользоваться этой новой для нашей страны возмож-

ностью. В некотором смысле есть у нас и семейная психотерапия — ведь на прием к психологу в реабилитационный центр приходят, как правило, мать с ребенком, и, по сути дела, беседа с ними уже является первой семейной консультацией [30].

Конечно, знание особенностей структуры семей с больным ребенком, особенностей дисфункциональных семейных коммуникаций, закрепляющих симптоматическое поведение детей (и тем самым формирующих резистентность к терапии, которую проводит, например, параллельно врач-педиатр), позволяет сделать психологическую помощь больному ребенку более целенаправленной, быстрой и эффективной.

Но, к сожалению, иногда бывает так, что, решив с помощью специалистов какую-либо одну конкретную проблему, семья остается беззащитной перед опасностью другой или даже возвращению сходной проблемы, аналогичной той, что была уже решена. Она оказывается не застрахованной ни от появления новой, ни от повторения старой напасти.

Более того, при работе только с детьми (без вовлечения в работу родителей) мы зачастую наблюдали досадное явление. Вот в чем оно состоит. Дети, приходя в центр, получают опыт нормального общения в процессе индивидуальной терапии. Ведь психолог, естественно, устанавливает доверительные и добрые отношения с ребенком. Он играет с ним вместе, причем так, как мама с ребенком не играет. Они разговаривают о том, о чем мама с ребенком не может, не хочет или не умеет разговаривать.

Что чувствует мама? Злость и ревность по отношению к специалисту (за то, что тот смог стать «лучшей мамой» ее ребенку, чем она сама) и вину по отношению к своему ребенку. Самооценка и представление о своей родительской компетентности у мамы падают. Улучшает ли это отношения между ребенком и мамой? Улучшается ли климат в семье?

Далее происходит следующее: дети усваивают опыт нормального общения и пытаются эти новые нормы привнести в семью. Но в своем доме они по-прежнему сталкиваются с патологической манерой общаться, с искаженными формами взаимодействия. Это не только сводит почти на «нет» эффект работы, (это было бы еще полбеды), но и снижает авторитет родителей, и без того, как правило, небольшой — что не укрепляет, а, напротив, расшатывает семью. Такой результат явно противоречит нашей задаче, и это уже — беда.

Именно поэтому так остро встает вопрос о необходимости работы со всей семьей, с родителями, несмотря на часто встречающееся первоначальное сопротивление.

Продолжение в следующем номере.