

# СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ

О. Нумонова

*1 курс магистратуры, социологический факультет*

Научный руководитель – доц. Т.А. Ченцова

Как самостоятельное направление психологической помощи семейная терапия возникла в 1950-х гг. [1]. В настоящее время семейная терапия за рубежом представляет собой особую субкультуру, сообщество профессионалов с установившейся этикой, правилами и традициями, множеством порой противоборствующих друг с другом направлений и подходов [2].

До настоящего времени теория и практика семейной терапии в нашей стране находится в стадии становления, хотя проблемы психологической помощи семье ставились и решались в рамках психологических консультаций по вопросам семьи и брака, клинической психологии, семейной педагогики и т.д. [3]. Накоплен существенный опыт изучения семейных отношений, семейного воспитания и проведения семейной психотерапии [4].

Семейная терапия – это форма терапии, ориентированная на помощь семье в решении ее проблем. Она понимается как инструмент оптимизации семейных отношений и как метод воздействия на обратившегося за помощью [5].

Выделяют следующие основные направления семейной терапии: психоаналитическая, эмпирическая, стратегическая, структурная, когнитивно-поведенческая, системная, игровая и др. [2]. Технология семейной терапии предполагает ряд этапов: диагностика семьи, формулирование проблемы, реконструкция отношений, завершение терапии [3]. В рамках каждой технологии выделяют определенные техники, обладающие рядом специфических отличий [2].

В России наиболее востребованной является системная семейная терапия, а также игровая системная терапия [6], используются техники арт-терапии [7] и психодрамы [8]. Вместе с тем, необходимо отметить недостаточное развитие практики семейной терапии в государственных учреждениях социальной поддержки населения. Настоятельная необходимость в семейной и супружеской терапии, а также системы образования в этой области стимулирует интерес к психотерапевтическим техникам – к их научным обоснованиям, к разработке новых техник и к экспериментированию с ними [9].

Несмотря на то, что в нашей стране накоплен существенный опыт семейной терапии, отсутствует достаточный социальный запрос на психотерапевтические услуги, и частота посещений сеансов семейной терапии невелика.

Это обусловлено рядом причин: традиционная институциональная культура, свойственная большинству отечественных учреждений, занимающихся решением вопросов психического здоровья населения;

отсутствие правовой базы психотерапии, необходимого уровня финансового и материально-технического обеспечения технологий семейной терапии; несовершенство системы подготовки кадров; недостаточная информированность населения.

#### **Библиографический список**

1. Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы (Пер. с англ. О. Очкурд, А. Шишко). М.: Изд-во Эксмо, 2004. 960 с., ил.
2. Браун Дж., Кристенсен Д. Теория и практика семейной психотерапии. СПб: Питер, 2001. 352 с.: ил. (Серия «Золотой фонд психотерапии»).
3. Эйдемиллер Э. Г., Добряков И. В., Никольская И. М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Серия: Метры мировой психологии. Издательство: Речь, 2007 г.
4. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. Психология и психотерапия семьи. М., 2000
5. Малкина-Пых И. Г. Семейная терапия. М.: Эксмо, 2008. – 992 с.
6. Игровая семейная психотерапия (под ред. Шефера Ч., Кэри Л.; пер. с англ.; общ. ред. канд. мед. наук Копыгина А. И.). Серия: Практикум по психотерапии. «Питер» 2001.
7. Арт-терапия / Под ред. А. И. Копыгина. СПб : Питер, 2001. 320 с.
8. Лейтс Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено. М., 2007. 384с.
10. Шерман Р., Фридман Н. Структурированные техники семейной и супружеской терапии. М., 1997.

## **ОПЫТ СОЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ**

**А. Саблина**

*2 курс магистратуры, социологический факультет*  
Научный руководитель – доц. **Т. П. Вострякова**

Социальная терапия компьютерной зависимости у подростков – одна из самых актуальных проблем современной практической деятельности специалистов многих помогающих профессий.

В основе теоретического построения лежала идея рассмотрения аддиктивного поведения как заместителя каких-то значимых для подростка отношений, которые он самостоятельно реализовать, по каким-то причинам не может.

Было установлено, что это отношения в сфере детско-родительских контактов, связи со сверстниками и отсутствие умений саморегуляции, которые препятствуют налаживанию контактов в разных социальных сферах и приводят к поиску адекватной замещающей среды.

Таким образом, для социальной терапии компьютерной зависимости необходимо работать над детско-родительскими взаимоотношениями, восстановлением связей со сверстниками и контролем над их эмоциональными импульсами.

Опытное исследование компьютерной зависимости и социальной терапии зависимости у подростков проводилось в пять этапов.

На первом установочном этапе проводилось определение выборочной совокупности исследования и формирование экспериментальной группы, с помощью теста «Диагностика аддиктивного поведения» С. А. Кулакова [1].