

УДК 616.89-084+364-7

Системный подход в работе с семьями, зависимыми от психоактивных веществ

Е. В. Боровкова

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Челябинская областная клиническая наркологическая больница», Челябинск

Systematic approach to working with psychoactive substances addicted families

E. V. Borovkova

Chelyabinsk Regional Clinical Narcological Hospital, Chelyabinsk

Аннотация. В данной статье рассматривается один из подходов к работе с зависимыми от психоактивных веществ (ПАВ) семьями. Описываются особенности взаимоотношений в зависимых семьях. Особое внимание акцентируется на важности системного подхода к работе, что дает более целостное восприятие проблемы и возможность более широкого поиска терапевтических решений. Данная статья будет интересна специалистам, работающим в сфере медицины, психологии, образования.

Ключевые слова: системный подход; зависимая семья; симптоматическое поведение; функциональная позиция в семье; функционирование семьи.

Abstract. This article discusses one of the approaches to work with dependent families on surfactants. The features of relationships in dependent families are described. Special attention is paid to the importance of a systematic approach to work with dependent families, which gives a more holistic perception of the problem and a broader search for therapeutic solutions. This article will be of interest to specialists working in the field of medicine, psychology, education.

Keywords: system approach; dependent family; symptomatic behavior; functional position in the family; family functioning.

Основным аспектом системного семейного подхода является рассмотрение поведения и взаимодействия всех членов семьи. В рамках системного подхода можно работать как с расширенной семьей, с ядерной семьей, так и с одним членом семьи, при этом важно работать с пониманием наличия взаимосвязи между семейными взаимоотношениями и индивидуальным функционированием личности. Член семьи, страдающий зависимостью от ПАВ, редко живет в изоляции один. Обычно он проживает в семье, либо родительской, либо ядерной (супружеской). Зависимость одного из членов неизбежно нарушает внутрисемейные взаимоотношения.

С точки зрения системного семейного подхода семья — это система, которая подчиняется единым законам статичности (гомеостаза) и развития. Особое место здесь как в системе занимают взаимоотношения между ее членами, которые определяют ее функционирование как системы. Поведение каждого человека определено его индивидуальными особенностями, его функциональной позицией, занимаемой в семье, которая определяет его отношения, взгляды, чувства, поведение. Все это определяют взаимоотношения между членами семьи, которые создают эмоциональный накал, являясь составной и дополнительной силой. М. Боуэн называл это эмоциональным полем семьи [1]. Взаимодействие членов определяет поведенческие реакции, стереотипы поведения каждого и находится во взаимном влиянии друг на друга. Поведение всех членов семьи выстраивается из их мотивов (контекста). Распознав контекст, можно понять, чем выгодно симптоматическое поведение каждому, как оно влияет

на симптом и что поддерживает дисфункцию семьи, что помогает выстраивать психотерапевтическую помощь семье.

Семьи с наличием зависимого от психоактивных веществ имеют свои особенности. Чаще имеются конфликтные отношения, особенно когда зависимый находится в употреблении. Тогда накал напряжения, тревоги достигает своего пика. Когда зависимый находится в трезвости, градус напряжения и тревоги снижается. Жизнь семьи характеризуется непостоянством и неиз предсказуемостью. В ней существует много разных мифов или секретов, которые приходится тщательно скрывать. Отношения между ее членами конфликтные, сопровождающиеся чаще тревогой, страхами, обидами, виной. В таких семьях правила либо слишком свободны, либо чрезмерно строги. В правилах значительное место занимают запреты на выражение своих потребностей и чувств, используются эмоциональные репрессии, либо правила размыты, амбивалентны, что создает почву для формирования двойных посланий («так люблю, что убить готова», «ненавижу и люблю», «ты взрослый, но я знаю, как лучше»). Взаимоотношения становятся вязкими, реакции членов семьи становятся автоматичными. Все это приводит к слиянию и низкой дифференциации членов семьи, высокому уровню тревоги, созданию коалиций, к триангуляции. Чаще коалиции создаются против зависимого, так как все трезвые стремятся изменить зависимого и устраниить зависимость («плохую привычку», «изъян», последствия опьянения, болезнь). Возможны коалиции против того, кто не хочет участвовать в спасении зависимого, это, как правило, зависимый и ак-

тивно спасающий его член семьи. Как пример: в ядерной семье — один из родителей и зависимый ребенок против другого родителя, в расширенной — зависимый муж с матерью против жены и детей.

Ситуация в зависимой семье всегда нестабильная, поскольку зависимость забирает слишком много энергии. За постоянностью стрессовой ситуации, ее высокой значимостью, закрытостью семьи формируются автоматические паттерны поведения, которые формируют ощущение безвыходности ситуации, цикличности жизни семьи, отсутствие направления движения. Чувство безысходности и отчаяния часто приводит к тому, что члены семьи порой забывают, как можно жить по-другому, и даже теряют здоровые ценности, навыки здоровых коммуникаций, выстраивания целей и планов. Это приводит к нарастанию статичности и отсутствию развития в семье.

Если рассматривать проблему зависимости в контексте системного семейного подхода, то как зависимость одного из членов неизбежно влияет и изменяет внутрисемейные взаимоотношения, приспособливая других членов к возникшим изменениям, так и взаимоотношения, функционирование других членов семьи влияют на зависимого члена семьи и его зависимость. Изучая и воздействуя на взаимоотношения в семье с химически зависимым, можно менять паттерны поведения, их функционирование, что приведет к изменениям в семье.

Есть семьи с химически зависимым, где ПАВ не являются основной проблемой, это, как правило, следствие семейной проблемы, тогда можно сразу работать в парадигме системного подхода. Есть семьи с химически зависимым, где ПАВ являются основной проблемой и, как следствие употребления, возникают другие проблемы. С такой семьей важно работать поэтапно и совместно психотерапевту и наркологу. Первый этап психотерапевтической работы будет заключаться в снижении базовой тревоги в семье и прекращении употребления зависимым ПАВ, возможно, через физическое и эмоциональное дистанцирование. Работа специалистов может проводиться и с зависимым, и с другими членами, или в расширенной семье. Основной упор работы важен делать на повышение дифференциации Я через распознавание и высказывание чувств, повышение ответственности за себя, свои чувства, поведение, поступки, контроль своего состояния. Терапевтический эффект будет сильнее, если зависимый и члены семьи будут посещать группы взаимопомощи или терапевтические группы по данной тематике.

Литература

- Боуэн М. Теория семейных систем. М. : Когито-Центр, 2015. 496 с.
- Варга А. Системная психотерапия супружеских пар. М. : Когито-Центр, 2017. 342 с.

Сведения об авторе

Боровкова Елена Васильевна, медицинский, семейный психолог, ГБУЗ «Челябинская областная клиническая наркологическая больница»

Адрес: г. Челябинск, ул. 40 лет Октября, д. 32в; тел +7 351 214-02-12; e-mail: elena_7470@mail.ru

Следующий этап работы будет заключаться в сокращении эмоциональной дистанции в семье в трезвости и в более эффективном взаимодействии, поддержании «твёрдого Я», выстраивании целей, направлений движения. Больше предпочтения в работе может отдаваться супружеской паре, ядерной семье, чем расширенной семье.

Семейная система с точки зрения системного подхода — это открытая самоорганизующаяся система, которая находится в постоянном взаимообмене с окружающей средой, поведение которой целесообразно и источник преобразований находится в ней самой [2]. Системный семейный подход рассматривает функционирование семьи, которое протекает по законам постоянства и развития: с одной стороны, семья стремится к стабильности, с другой — стремится завершить свой жизненный цикл. Работа с семейной системой дает возможность специалисту задавать системные вопросы, наблюдать за поведением всех членов семьи, концентрируясь на цели их поведения, обращать внимание на множество факторов, которые влияют на всех членов семьи. Объектом изучения служит семейная система и те, с кем она взаимодействует (друзья, коллеги, терапевты). Изучая взаимодействие семьи, можно определять симптоматическое поведение и действие симптома на семью.

Методы работы в системном подходе позволяют снижать сопротивление членов семьи, способствуют большему принятию и более глубокому изучению семьи, что помогает найти наиболее точное терапевтическое воздействие и более эффективно осуществлять помощь. Системный подход рассматривает семью как полноценного участника процесса, что позволяет терапевту разделять ответственность с семьей и тем самым давать возможность семье проявлять инициативу и самой находить ресурсы. Использование методов системной семейной терапии поможет зависимой семье изменить взгляд на проблему и тем самым изменить функционирование семьи.

Системный подход позволяет самому терапевту самосовершенствоваться, лучше понимать себя, двигаться к большему принятию, нейтральности и аутентичности, так как работа с семьей — это взаимный процесс.

Системный семейный подход при работе с зависимыми семьями более экологичен для терапевта и может уменьшать эмоциональное и профессиональное выгорание.