

**Грись А.М.,**

доктор психологічних наук, професор, завідувача  
лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх

Інституту психології імені Г.С.°Костюка НАПН України

antoninahrys@psychology-naes-ua.institute

ORCID ID: [orcid.org/0000-0002-0153-2303](https://orcid.org/0000-0002-0153-2303)

**Павлюк М.М.,**

доктор психологічних наук, професор кафедри психології МАУП,

провідний науковий співробітник лабораторії

психології соціально дезадаптованих неповнолітніх

Інституту психології імені Г.С.°Костюка НАПН України

ORCID ID: [orcid.org/0000-0002-0822-8128](https://orcid.org/0000-0002-0822-8128)

## **СІМЕЙНА СИСТЕМНА ПСИХОТЕРАПІЯ У КОНТЕКСТІ РОБОТИ З АДИКЦІЯМИ**

Сімейна системна психотерапія у роботі з адикціями в наш час має нові вектори розвитку як у теоретичному, так і у прикладному аспектах в умовах війни. За час воєнних дій збільшилася кількість дистантних сімей через виїзди за кордон чи внутрішнє переміщення. Така ситуація посилює дедалі більш негативні тенденції в сім'ях, які в умовах мирного життя були дещо завуальованими. Підвищився рівень стресу і серед членів тих сімей, які хоча і залишилися в Україні та проживають разом, однак через постійні обстріли та невизначеність перспектив подальшого життя в Україні переживають кризові стани. Адиктивна поведінка, як показує наш досвід практичної роботи в умовах воєнного стану стала характерною для усіх підсистем у сімейній системі. Причому серед жінок та неповнолітніх дітей відмічається вкрай негативна динаміка.

Сімейна система має свої закономірності функціонування у якій присутні члени сім'ї з адиктивною поведінкою. Зокрема серед таких, що є найбільш

поширеними: психологічні межі, порушення ієрархії у сімейній системі, специфічні манери комунікації (як от непряма комунікація). Гіпер та гіпофункціонуючі ролі у сім'ї, перевантаженість та недовантаженість навчальною чи трудовою діяльністю тощо.

Для розуміння механізмів функціонування сімейних систем з адиктами необхідно застосовувати глибинні підходи до вивчення процесів, які відбуваються у ній. Експлуатація неповнолітніх, ігнорування потреб окремих членів сім'ї, ізоляція. Ексклюзія (виключення) адиктів із сімейної системи і заборона користуватися ресурсами сім'ї. Дифузія та хаотичний процес взаємодії сім'ї з оточуючим середовищем.

Розуміння означених закономірностей функціонування сімейних систем з адиктами проливає світло на процес роботи з сімейною системою. У цьому ключі варто звернутися до теорії соціально-психологічної адаптації, яка вказує на різні типи адаптивних стратегій, які тут доречно згадати:

1) адаптація особистості шляхом перетворення або повного подолання проблемної ситуації, у тому числі різних видів конфліктів. Це активна, перевага незахисної адаптації нефрустрованої або слабо фрустрованої особистості;

2) адаптація шляхом відходу від проблемної ситуації: це пасивна «адаптація», втеча, пошук нових, більш сприятливих для забезпечення безпеки та задоволення потреб стратегій;

3) адаптація зі збереженням проблемної ситуації й пристосування до неї. Кожна з цих адаптивних стратегій має свої різновиди й варіанти.

Яким чином здійснюється третій різновид, або адаптивна стратегія, яка в даному контексті перш за все нас цікавить? Така адаптація може здійснюватися такими шляхами:

а) шляхом перетворення сприйняття й тлумачення ситуації, тобто створення її неproblemного суб'єктивного образу;

б) шляхом більш глибокої зміни самої особистості, в першу чергу, – її Я-концепції.

Складовими позитивного образу Я або об'єктами психологічного захисту

можуть бути: захищеність, повноцінність, незалежність та ідентичність (прийняття і самоприйняття).

Системний підхід до проблеми передбачає розгляд причинних і тимчасових зв'язків між усіма елементами, включеними в генезис і функціонування основних механізмів захисту, а також попередній аналіз цих елементів, якими виступають:

- динамічні особливості психіки суб'єкта та універсальні проблеми адаптації як базис для утворення специфічних механізмів захисту;
- стадії розвитку Я як сенситивні періоди для утворення специфічних механізмів захисту;
- складові позитивного образу Я як об'єкт захисту;
- види гетерономного впливу як загроза складовим позитивного образу Я;
- ексквізитні ситуації, як ситуації утворення нових і актуалізації наявних механізмів захисту.

Таким чином аналізуючи зовнішню сімейну систему, варто звертати увагу і на характер функціонування внутрішніх сімейних систем самих адиктів та інших членів сім'ї для більш глибокого розуміння взаєзв'язків та взаємозалежностей, які є мішенями психотерапевтичного впливу.