Генограмма

Генограмма - это графическая запись информации о семье (классически и клинически - в трех поколениях), ее составление и исследование является методом семейной психотерапии.

Объяснение

Генограмма представляет собой структурированную диаграмму системы внутрисемейных взаимоотношений в 3-4 поколениях. Предложена Мюррей Боуэн в 1978г. (Bowen,1978) в рамках "межпоколенного подхода" в семейной терапии.

Цель ее - показать как образцы поведения и внутрисемейных взаимоотношений передаются по поколениям и как события подобные смертям, болезням, крупным профессиональным успехам, переездам на новое место жительства членов семьи влияют на современные поведенческие образцы, а также на внутрисемейные диады и треугольники.

Генограмма позволяет психотерапевту и семье получить целостную картину, рассматривая все феномены и события семейной жизни в некоей интегральной вертикально-направленной перспективе. Иногда она высвечивает то, что являлось тайной для некоторых членов семьи, вытаскивая "скелеты из чулана". Данный подход имеет много общего с традиционными подходами к сбору данных по истории семьи, его главной отличительной особенностью является структурированность и схематизированность. Техника предполагает, как правило, участие расширенной семьи клиентов.

Генограмма использует для иллюстрации специфики внутрисемейных взаимоотношений символы, которые наряду с другими данными используются для изображения взаимоотношений членов семьи и их позиций в семейной системе. Такая диаграмма представляет собой как бы карту семьи. Когда собраны данные об именах, возрасте каждого члена семьи, времени женитьб, смертей, разводов, рождений, можно приступать к сбору других важных фактов о функционировании семейной системы - таких, как частота и качество контактов, эмоциональные разрывы, факторы, приводящие к конфликтам и тревожности, уровень закрытости-открытости семейных подсистем и семьи в целом. Семейные сценарии, ценности, правила, мужские и женские стандарты поведения также могут быть выявлены в ходе интервью на основе этой техники.

Процедура

Цель методики - получить диаграмму, отражающую историю расширенной семьи как минимум на протяжении трех поколений. Работа может быть проведена в любое время после начала регулярных встреч с семьей и представляет собой рутинный метод сбора информации о семье для лучшего понимания проблемы и поиска пути ее решения. Она как правило проводится в присутствии всех членов семьи, способных слушать и воспринимать информацию, в том числе и детей. Предполагается, что членам семьи данная информация интересна, и им любопытно узнать подробности о своих близких родственниках.

Беседа обычно начинается с предъявляемого семьей симптома: кто является его обладателем, когда он впервые возник и каково было его клиническое развертывание. Причем физические, эмоциональные и социально-дезадаптивные симптомы рассматриваются как проявление дисфункциональности семейной системы эмоциональных взаимоотношений, а поведение носителя симптома отражает то, как тревожность проявляется и преодолевается в данной семье. Временные рамки первичного проявления и последующих усилений симптомов могут быть связаны с другими событиями жизни семьи, такими, как например смерть ближайшего родственника.

Затем начинается описание семейной истории, начиная со времени, когда родители встретились - и вплоть до настоящего момента. Здесь существенны возраст супругов, точная дата их первой

встречи, чем они занимались в те времена, когда были женихом и невестой, собственно свадьба, что случилось до рождения первого ребенка, влияние порядка рождения детей на их физические и психологические особенности. В каких географических точках семья жила и когда именно переезжала в другое место - все это очень важно, особенно, если переезды были на очень близкое или очень далекое расстояние от родительской семьи. Данные о здоровье, образовании и профессиональной карьере каждого из родителей также собираются на данном этапе беседы.

Далее обсуждается история расширенной семьи, как со стороны матери, так и со стороны отца. Здесь как минимум необходимо узнать о братьях и сестрах матери и отца, об эмоциональной атмосфере в их родительских семьях, о том, чем занимаются все члены семьи в настоящее время. Точные даты событий, произошедших в родительской семье важны потому, что они могут коррелировать с событиями в нуклеарной семье.

Психотерапевт использует беседу на основе "социограммы" для того, чтобы проговорить вопросы о физических и эмоциональных границах в данной семье, о закрытости и открытости ее субсистем, о разнообразии или ограниченности образцов взаимоотношений между членами семьи и средств общения между ними. Такие содержательные факторы как культурная, этническая и религиозная принадлежность, социоэкономический уровень, то, как семья взаимодействует с метасемейным контекстом - сообществом - тоже принимаются здесь во внимание.

По мере поступления информации она фиксируется в специальных символах. Каждый психотерапевт может использовать удобную для него символику, но общепринятыми обозначениями являются следующие:
генограмма семьи - своего рода родословное древо, но с несколько иной системой записей и иными целями. Мужчины здесь обозначаются квадратами, женщины - кругами. У этих кругов и квадратов отмечаются даты рождения и смерти (если человек умер). Линиями между значками обозначаются даты вступления в зарегистрированный или незарегистрированный брак, разъезд-разрыв-развод. Характер отношений между теми или иными членами рода - близкие, конфликтные, противоречивые - также можно обозначить линиями разных начертаний (двойные, ломаные и пр.). Как, впрочем, и причину конфликта - например, если супруги конфликтуют из-за своего ребенка.

Использование генограммы семьи

Генограмма содержит в себе громадное количество информации, представленной в схематическом виде на небольшом пространстве, что позволяет охватить всю семейную историю единым взглядом. В процессе работы на основе данной техники, члены семьи получают возможность самоидентификации, узнают о том, что действительно происходит в их семье, о своих исторических корнях и о том, как эти корни влияют на современное состояние отношений в семье. Работая с генограммой, можно помочь семье разрушить эмоциональные разрывы, дисфункциональные треугольники и альянсы, снизить тревожность, т.е. произвести позитивные изменения в семейной системе. Кроме того, генограмма представляет собой мощное диагностическое средство, которое может применяться под углом зрения конкретных теоретических ориентаций данного профессионала.

Мужчина Женщина

Идентифицированный пациент(ка) или пробанд

1937-1985

Умерший мужчина с датами рождения и смерти

35

Женщина в возрасте 35 лет

7(1993-)

Зарегистрированный брак. Цифрами указывается длительность брака и дата заключения брака. Мужчина обозначается слева, женщина – справа.

(1995-1999)

Гражданский брак или любовная связь. В скобках указывается временной интервал.

Май 2000

Дистантные отношения, временный разрыв, разъезд супругов (приведите дату)

(1990-1999)

Отдаление или развод (указать дату)

Близкие отношения

Очень близкие, запутанные

Конфликтные отношения

Одновременно запутанно-близкие и конфликтные

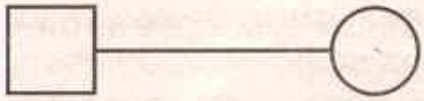
Скрытый конфликт (о котором не могут говорить)

Обходной конфликт (супруги спорят по поводу сына)

Коалиция

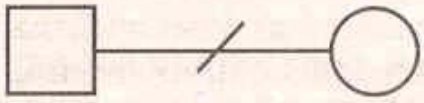
— мужчина;

— женщина;

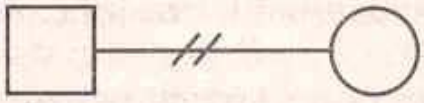


— сплошная линия обозначает различного рода взаимоотношения в семье;

— волнистая линия означает конфликтные взаимоотношения;



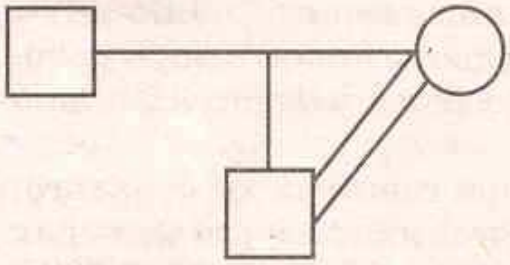
— перечеркнутая линия обозначает физические или эмоциональные разрывы между двумя людьми;



— развод;

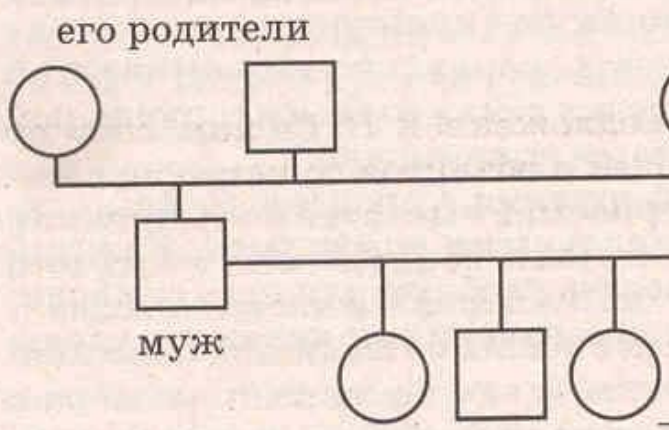
или

— смерть;

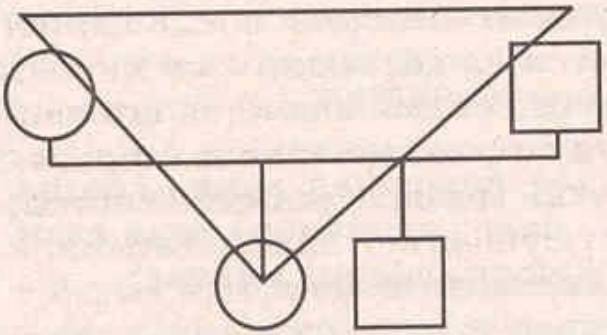


— двойная линия обозначает особые взаимоотношения, или альянсы, или отношения с ребенком-фаворитом;

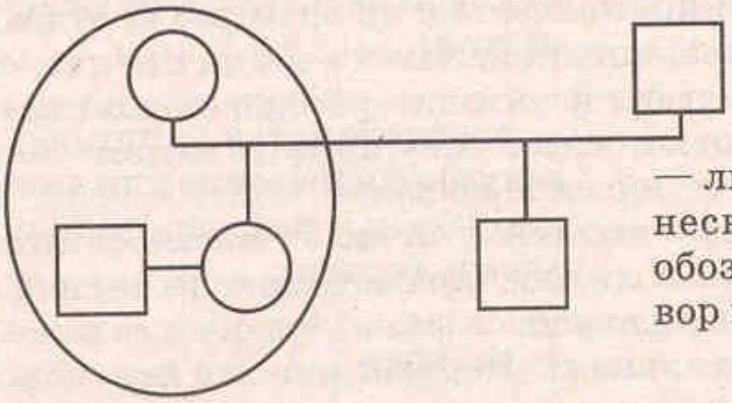
— И.К. — это идентифицированный клиент;



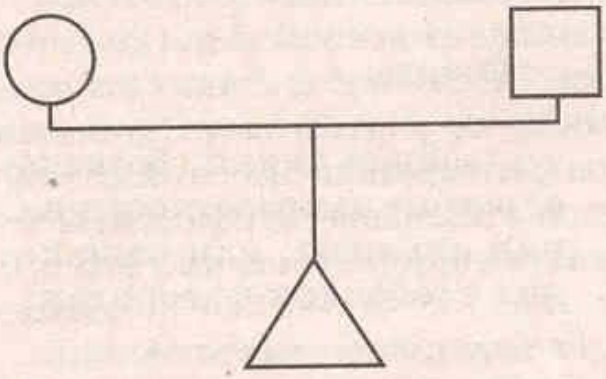
— основная схема трех поколений;



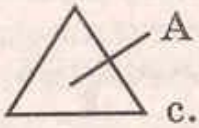
— треугольник обозначает такого рода взаимоотношения, в которых третий член семьи вовлекается в дисфункциональные взаимодействия двух других членов семьи для того, чтобы уменьшить тревожность или стабилизировать общение в диаде;



— линия, обведенная вокруг нескольких членов семьи, обозначает альянс или сговор между ними;



— ребенок в утробе матери;



— аборт или рождение мертвого ребенка;
— смерть в 1972 г.