

## ИНТЕГРАЦИЯ КОГНИТИВНОЙ И СИСТЕМНОЙ ПАРАДИГМЫ В СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

*ИНТЕРВЬЮ С ФРАНКОМ ДАТТИЛИО – американским психологом, психотерапевтом, автором многочисленных книг по системной семейной психотерапии.*

*Франк М.Даттилио\** – фигура, во многом определяющая процесс интеграции когнитивной и системной парадигм в супружеской и семейной психотерапии. Данное интервью сфокусировано на становлении его интереса к когнитивно-системной интеграции, на идеях, касающихся общих оснований этих двух теоретических парадигм, а также на прогнозе будущего когнитивно-системной интеграции. Даттилио также предлагает список литературы, отражающей историю и проблематику данного вопроса.

**Интервьюер:** Я благодарен Вам за готовность, с которой Вы выделили время для этого интервью. Не могли бы Вы сначала рассказать о Вашем базовом образовании и подготовке в сфере психотерапии?

**Даттилио:** Я далеко не всегда был самым удачливым человеком, но в ряде случаев мне повезло оказаться в нужном месте в нужное время. Одна из таких счастливых случайностей – это уникальная возможность в конце 70-х – начале 80-х годов учиться у Джозефа Вольпе (доктора медицины), который считается отцом бихевиоральной психотерапии. Я встретил д-ра Вольпе в конце 70-х во время его короткой лекции по бихевиоральной психотерапии и имел возможность лично беседовать с ним. В результате этой беседы последовало приглашение на семинар в его институте в Филадельфии, а со временем я был приглашен для проведения долгосрочных совместных исследований, в ходе которых я завершил свою диссертационную работу в Темплинском университете в Филадельфии.

---

\* **Франк Даттилио** – инициатор интеграции когнитивной и системной парадигм в семейной и супружеской психотерапии. Клинический сотрудник по психиатрии в Центре когнитивной психотерапии Университета Пенсильванской медицинской школы, частно практикующий клинический психолог, директор Центра Интегративной психотерапии в Алентауне (Пенсильвания). Ф.Даттилио является дипломированным бихевиоральным и клиническим психологом (диплом выдан американским комитетом по профессиональной психологии), а также членом и официальным супервизором Американской ассоциации супружеской и семейной психотерапии. Его работы хорошо известны и переведены на 12 языков. Последние публикации включают анализ случаев в рамках супружеской и семейной психотерапии – «Системная и когнитивная парадигма» (Dattilio, 1998), а также сравнительный анализ различных подходов к лечению супружеских проблем (Dattilio&Bevilacqua, 2000).

Несколько лет спустя я подал заявление о приеме в число сотрудников Университета Пенсильванской медицинской школы, где Арон Т.Бэк начинал свои пионерские исследования по когнитивной психотерапии. Моя подготовка у Вольпе произвела на Бэка хорошее впечатление, и он предложил мне двухлетний рабочий контракт. Большая часть моего обучения супружеской и семейной психотерапии происходила в Темплинском университете. Это было в те годы, когда системный и структурный подходы быстро завоевывали популярность. Поэтому в то время не было большого интереса к бихевиоральному подходу в супружеской и семейной психотерапии, так как он в значительной степени был затенен более популярными теориями. Несмотря на это, мой интерес, связанный с применением когнитивно-бихевиоральных стратегий к работе с парами и семьями, продолжал развиваться. Я всегда уважал системный подход и чувствовал, что где-то существует благодатная основа для интеграции того и другого направления в психотерапии.

Собственно говоря, я не проводил никакой активной работы с парами и семьями до прихода к А.Бэку. Я ассистировал ему, когда он писал свою популярную книгу «Любовью нельзя пресытиться» и находил эту работу потрясающе интересной. Именно в это время я стал более активно заниматься применением когнитивно-бихевиорального подхода к работе с парами и семьями и в 1990 году в соавторстве с Кристиной Падеску выпустил книгу под названием «Когнитивная психотерапия с парами». Эта книга имела очень большой успех и была переведена на испанский, итальянский, греческий, португальский, польский и эстонский языки.

**Интервьюер:** Как зародился Ваш интерес к интеграции системного и когнитивного подходов?

**Даттилио:** Я всегда был практически ориентирован и, вместе с тем, ценил эмпирически проверенные валидные теории, что и стало причиной моего обращения к когнитивно-бихевиоральному подходу. Когда я начал работать с парами и семьями, то сразу же почувствовал, что динамика этой работы весьма отличается от индивидуальной, и когнитивно-бихевиоральный подход показался мне удачным, в определенных его аспектах. Вместе с тем, это был момент, когда я начал активно читать работы Берталани по общей теории систем, а также работы Мюррея Боуэна. На меня также произвели впечатление некоторые ранние публикации *Бечлера (1980)*, касавшиеся интеграции поведенческих систем в супружеской и семейной психотерапии. Я свято верил в то, что пары и семьи образуют динамические комплексы, которые прямо или косвенно связаны во взаимосвязанную сеть. Из всего этого следовало, что привлечение системного подхода крайне важно, когда индивид рассматривается внутри группы и с учетом функций тех связей, которые соединяют членов семьи. Самый круг

моих занятий подсказывал идею возможного соединения системной и когнитивно-бихевиоральной пси-хотерапии. И, конечно, эта идея не могла не воодушевлять.

Я всегда ценил теорию циркулярности, акцентирующую разнонаправленность потоков тех влияний, которые существуют внутри семьи. Уверен, что невозможно работать с когнитивно-бихевиоральными аспектами без учета связей и отношений между членами семьи и целостной организации всей семейной системы. По моему мнению, рассматривать поведение отдельных членов семьи вне целостного семейного контекста, в котором это поведение проявляется – значит, не видеть леса за деревьями. Необходимо фокусировать внимание на паттернах интеракций внутри целостной организации семьи. Это необходимо в том смысле, что функции члена семьи или одного из супругов в значительной степени определяются его позицией в системе семейных или супружеских отношений. В то же время, я всегда чувствовал, что системный подход страдает недооценкой той направленности на мысли и поведение членов семьи, которая столь эффективно осуществляется в рамках когнитивно-бихевиоральной модели. Таким образом, потребность в интеграции была весьма ощутимой.

**Интервьюер:** В таком случае, согласны ли Вы с утверждением *Пробста* (1988), что все терапевтические техники, независимо от теоретической ориентации, в значительной степени направлены на когнитивные процессы?

**Даттилио:** Что касается меня, могу сказать, что это, несомненно, так. Я всегда считал, что большинство психотерапевтических подходов в широком смысле могут быть названы «когнитивными», так как большая часть психотерапевтов имеет дело с человеческими коммуникациями. По той же причине большинство подходов могут быть названы бихевиоральными, поскольку коммуникации – это поведение, а всякое поведение коммуникативно. А поскольку душевные состояния включают эмоции, большинство психотерапевтов в значительной степени обращаются и к эмоциям. Следовательно, каждое конкретное направление в определенном смысле может быть рассмотрено как когнитивное, бихевиоральное, эмоциональное и т.д.

В связи со спецификой коммуникативных процессов и процессов переработки информации, даже наиболее глубинные подходы время от времени выбирают именно когнитивные процессы как основную мишень для изменений. Варьируется лишь то, в какой степени они оказываются «задействованными». Совершенно очевидно, что избегание когнитивных процессов означает избегание значительной части того, что составляет человеческую сущность.

**Интервьюер:** Какие общие основания Вы могли бы выделить у когнитивной и системной психотерапии?

**Даттилио:** Ответ на этот вопрос включает две части – о теоретической сопоставимости и теоретической общности. Системная точка зрения предполагает рассмотрение семьи как единства, включающего коммуницирующие между собой части. Соответственно, чтобы получить представление о поведении в рамках семейных или партнерских отношений, необходим учет характеристик этих отношений, а также интеракций между членами семьи и самой семьи как целого. Когнитивно-бихевиоральный подход сходным образом сфокусирован на интеракциях между членами семьи, но с акцентом на стоящих за этими интеракциями ожиданиях, верованиях и установках. В этом смысле обе модели сфокусированы на *разнонаправленных реципрокных влияниях* и необходимости анализа поведения именно в этом контексте.

Общность, на мой взгляд, заключается в наличии цели, предполагающей изменения в восприятии и поведении клиентов, а также установление связи между этими изменениями и решением базовых проблем. Например, некоторые системные теории придерживаются мнения, что проблемы в семьях нередко обостряются в зависимости от способа, который используется для решения этих проблем. В подобных случаях цель терапии заключается не столько в решении самой проблемы, сколько в изменении механизма ее решения. Когнитивно-бихевиоральные терапевты подходят к этому сходным образом, фокусируясь на препятствиях к изменениям и преодолевая их путем трансформации индивидуальных установок членов семьи или же ликвидации дефицита навыков, которые необходимы для изменений.

Оба терапевтических подхода воздействуют на семью таким образом, чтобы помочь ей начать совершать конкретные действия, необходимые для изменений. Это может потребовать дополнительное время на коммуникативный тренинг или на изучение установок членов семьи по поводу существующих проблем в отношениях и т.д.

**Интервьюер:** Что может когнитивно-бихевиоральная психотерапия предложить системно-ориентированным психотерапевтам?

**Даттилио:** Это очень интересный вопрос. Я думаю, на него можно ответить следующим образом: когнитивно-бихевиоральная терапия может предложить, по крайней мере, столько же, сколько системная может предложить бихевиоральной. Хотя я всегда испытывал большое уважение к системно-ориентированной психотерапии, тем не менее, мне не удалось отделаться от впечатления, что как в теории, так и в практике некоторых ее школ недостаточно внимания уделяется когнитивной реконструкции (Dattilio, 1988). Я также наталкиваюсь на определенные противоречия во многих литературных источниках: будучи порой весьма далекой от непосредственного воздействия на когнитивные процессы и поведение, сис-

темная психотерапия нередко заявляет о том, как важно воздействовать на них.

Поскольку когнитивно-бихевиоральные терапевты, сравнительно с системными, более компетентны в выявлении семейных дисфункциональных когнитивных процессов и поведения, эти знания могут оказаться полезными для последних в распознавании важных динамических моментов, блокирующих возможность изменений в семьях и парах.

Системные теоретики могут освоить более структурированный способ анализа установок и ожиданий клиентов, на случай если «рефреминг» как средство изменений не «срабатывает». Кроме того, когнитивно-бихевиоральные терапевты могут предложить семье альтернативные способы и схемы переработки информации, когда структурного анализа установок и верований недостаточно. Помимо этого, когнитивно-бихевиоральный подход содержит, на мой взгляд, полезное для системных терапевтов напоминание о важности индивидуальной проблематики, а также предлагает терапевтические стратегии, оперирующие на «индивидуальной территории».

Самое важное, пожалуй, заключается в том, что индивиды – активные субъекты переработки информации. Системы индивидуальных установок не просто связаны с системой семейных, но и сами по себе могут быть ограничителями изменений, к которым стремится семья и терапевт. Используя те когнитивные схемы, которые каждый индивид привносит в терапию, системные терапевты получают реалистичную «системную» картину различных уровней воздействий и влияний в семье, не говоря уже о расширении возможностей терапевтических интервенций.

Хотелось бы подчеркнуть, что когнитивно-бихевиоральные терапевты считают необходимым достижение понимания относительно когнитивной детерминированности проблемы. И они принимают на себя ответственность за то, чтобы каждый член семьи понял эту детерминацию внутри семейного целого.

**Интервьюер:** Вы предвосхитили мой следующий вопрос, начав отвечать на предшествующий. Какие аспекты системной терапии могли бы быть полезными для когнитивно-бихевиоральных терапевтов?

**Даттилио:** Я думаю, что системная теория, в свою очередь, предлагает когнитивно-бихевиоральным терапевтам что-то вроде способа саморегуляции, который может помочь им лучше рефлексировать, каким образом они в роли терапевта могут эффективнее способствовать изменениям. *Минухин* и *Николс* (1998) недвусмысленно указывают на важность этого аспекта в одной из своих последних работ.

Более того, системная модель позволяет лучше вычленять цели семьи и отслеживать паттерны взаимодействий внутри семейного целого. Хороший пример тому описан *Галей Марголин* (1981), соединившей мозаику

висимые реципрокные влияния между членами семьи и систему социального научения независимости, с одной стороны, с бихевиоральным описанием оперантного обуславливания. Марголин предложила модель циркулярных влияний и регуляции, сходную с циклами обратных связей, описанными в системной теории.

**Интервьюер:** Какой аспект системного подхода является, с Вашей точки зрения, наименее привлекательным для когнитивных терапевтов?

**Даттилио:** Наверное, менее директивная позиция терапевта в процессе лечения. Многие сторонники системной теории склонны воспринимать терапевта как рефлексивный инструмент изменений, что противоречит более директивному стилю когнитивно-бихевиорального терапевта. Системно-ориентированные терапевты склонны оценивать определенные действия когнитивно-бихевиоральных как нарушение границ.

**Интервьюер:** Какие аспекты когнитивной терапии, по Вашему мнению, являются наименее привлекательными для системно-ориентированного терапевта?

**Даттилио:** Я думаю, что если когнитивно-бихевиоральная терапия используется слишком ригидно, то иногда это, действительно, может приводить к нарушению границ, что недопустимо для системного подхода. Я думаю, здесь многое связано с позицией терапевта и его собственным стилем.

**Интервьюер:** Что Вы думаете по поводу *будущего* когнитивно-бихевиоральной интеграции как в теоретическом, так и в практическом плане?

**Даттилио:** Будущее интеграции когнитивного и системного подходов видится мне многообещающим. По моему мнению, вся психотерапия значительно выиграла за счет интеграции подходов в течение последних 10-15 лет. Что же касается супружеской и семейной психотерапии, то мне представляется, что все больше специалистов в этой области двигается в направлении интеграции. Существует огромное количество подходов, обладающих чем-то полезным. Поэтому профессионалы стремятся использовать все лучшее, чтобы достигнуть большей эффективности. Когнитивно-бихевиоральная и системная модель могут так много предложить друг другу, а их комбинация охватывает такое количество важных аспектов, что, я надеюсь, их взаимная интеграция будет завоевывать все большую популярность. Этот союз открывает также двери для многих других техник и стратегий, которые могут быть полезными в работе с актуальными семейными и супружескими проблемами.

Предстоит еще проделать большую работу по сглаживанию теоретических различий. Однако отдельные специалисты уже заявляют о практи-

ческих успехах на пути интеграции, что, я надеюсь, будет способствовать развитию более целостной теоретической ориентации в будущем.

**Интервьюер:** Что бы вы посоветовали прочитать тем, кто интересуется интеграцией когнитивного и системного подходов?

**Даттилио:** Прежде всего, я настоятельно рекомендую, чтобы читатели познакомились с классическими работами, как по системной, так и по когнитивно-бихевиоральной терапии. Сюда относятся работы *Стюарта* (1980), *Вокома и Эпштейна* (1990), *Даттилио и Падески* (1990), а также работы *Берталанфи* (1968), *Боуэна* (1972) и других системных теоретиков.

Есть также несколько прекрасных работ, находящихся в печати, с которых хорошо было бы начать изучение данного вопроса. Так, ранние работы *Бечлера и Спиноса* (1980) раскрывают фундаментальные принципы, которые служат основанием интеграции. Сюда же можно отнести уже упоминавшуюся работу *Марголин* (1981), а также *Эпштейна, Шлезингера и Дридена* (1988), *Киришнера и Киргинера* (1993). Одна из лучших работ, посвященных этой проблеме, принадлежит *Лесли* (1988). Одна из моих последних работ (*Даттилио*, 1998) предлагает широкий спектр из 16 различных моделей супружеской и семейной психотерапии и рассматривает, как они могут быть интегрированы с когнитивно-бихевиоральным подходом. Книга написана на основе детального анализа случаев и содержит диалоги между мной и другими авторами. Также имеется книга, предлагающая сравнительный анализ супружеской терапии в виде обсуждения отдельных случаев, представляющих 16 различных подходов к лечению. При этом анализируются сходства и различия между этими подходами (*Даттилио, Бевилакка*, 2000).

**Интервьюер:** Проводите ли Вы или кто-то еще тренинг и супервизию в рамках когнитивно-системной интеграции?

**Даттилио:** Я проводил тренинг и супервизию в отделе психиатрии Университета Пенсильванской медицинской школы в течение 11 последних лет. Но занимаюсь этим в очень ограниченных пределах, так как более сконцентрирован на чтении лекций и работе над книгами. Есть много специалистов во всем мире, которые занимаются тренингом и супервизией. Список этих людей может быть получен через Интернациональную ассоциацию когнитивной психотерапии.

**Интервьюер:** Что включается в тренинг и супервизионное консультирование по когнитивно-системной интеграции?

**Даттилио:** Обычно включаются базовые знания по системной теории и по когнитивно-бихевиоральной терапии пар и семей. Интегративные аспекты тренинга, по моему мнению, больше подключаются в процессе терапевтической работы с различными случаями, с помощью видеокассет или ко-терапии.

**Интервьюер:** Над какими текущими и запланированными проектами вы сейчас работаете?

**Даттилио:** Я только что закончил совместное редактирование книги под названием «Сравнительное лечение супружеских проблем» (Даттилио, Бевилакка, 2000). Эта интересная книга представляет случай супружеской пары, находящейся в состоянии дистресса. Суть его раскрывается с помощью 10 вопросов, заданных наиболее известным теоретиком, презентующим 16 моделей психотерапии. Вопросы охватывают спектр от концептуализации супружеской проблемы до оценки возможностей ее решения и актуальных стратегий и техник лечения, самого процесса лечения, а также завершения терапии. Книга заканчивается эпилогом, в котором сравниваются все представленные теории в ключе их возможной интеграции.

Я также сейчас работаю над моим собственным текстом под названием «Когнитивно-бихевиоральные стратегии в семейной терапии». Эта книга освещает теорию и способы приложения когнитивно-бихевиоральной терапии в различных моделях лечения, а также то, как они могут быть соединены в интегративную модель. В виде иллюстраций предлагаются два детальных описания работы с семьями в ситуации конфликта, и всесторонне освещается необходимость соединения когнитивно-бихевиоральной и системной терапии.

**Интервьюер:** Может быть, еще какие-нибудь комментарии перед тем, как мы завершим интервью?

**Даттилио:** Пожалуй, уместно вспомнить одно из моих любимых высказываний, принадлежащих великой Вирджинии Сатир, которую я глубоко уважаю. В одной из своих последних работ она написала: «Я желаю нам всем оставаться студентами. Мой совет – оставаться все время свободными, чтобы искать повсюду то, что может пригодиться. Это сделает каждого из нас постоянно развивающимся целым» (Satir, Baldwin, 1983).

Перевод А. Холмогоровой

## ЛИТЕРАТУРА

- Beck, A.T. (1988). Love is never enough. NY: Harper Collins.
- Bertalanffy, Leon von (1968). General systems theory. NY: Braziller.
- Birchler, G.R. & Spinks, S.H. (1980). Behavioral-systems marital and family therapy: integration and clinical application. American Journal of Family Therapy, 8, 6-28.
- Dattilio F.M. (1998) (Ed.). Case studies in couples and family therapy: Systemic and cognitive perspectives. NY: Guilford.



- Dattilio F.M. & Bevilacqua L.J. (2000) (Eds.). Comparative treatments of couples problems. NY: Springer.*
- Dattilio F.M. & Padesky, C.A. (1990). Cognitive therapy with couples. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.*
- Kerr, M.E. & Bowen, M. (1988). Family evaluations. NY: Norton.*
- Kirshner, S. & Kirshner, D.A. (1988). Couples and families. In G. Stricker & J.R. Gold (Eds.), Comprehensive handbook of psychotherapy integration (pp. 401-412). NY: Plenum.*
- Satir, V.M. & Baldwin, M. (1983). Satir step by step: A guide to creating change in families. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.*
- Leslie, L. (1988). Cognitive-behavioral and systems models of family therapy: How compatible are they? In N.B.Epstein, S.E.Schlesinger, & W.Dryden (Eds.), Cognitive behavior therapy with families (pp. 49-83). NY: Brunner/Mazel.*
- Margolin, G. (1981). A behavioral systems approach to the treatment of marital jealousy. Clinical Psychology Review, 1, 469-487.*
- Minuchin, S. & Nichols, M.P. (1988). Structural family therapy. In F.M.Dattilio (Ed.), Case studies in couples and family therapy: Systemic and cognitive perspectives (108-131). NY: Guilford.*
- Probst, L.R. (1988). Psychotherapy in a religious framework: Spirituality in the emotional healing process. NY: Human Services Press.*
- Stuart, R.B. (1980). Helping couples change: A social learning approach to marital therapy. NY: Guilford.*