

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 74



Видавничий дім
«Гельветика»
2025

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор
Лісеєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор
Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор
Бендаравечіне Ріта – доктор соціальних наук та порівняльної політики, асоційований професор
Ендріулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор
Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент
Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор
Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор
Яковлев Денис Вікторович – доктор політичних наук, професор
Волошенко Марина Олександрівна – доктор педагогічних наук, доцент
Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор
Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор
Асєєва Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук
Яковлева Лілія Іванівна – доктор політичних наук, професор
Корсакевич Святослав Сергійович – доктор філософії з психології

Науковий журнал «Габітус» включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») зі спеціальностей: С4. Психологія, С5. Соціологія відповідно до Наказу МОН України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1)

**Журнал включено до міжнародної наукометричної бази
Index Copernicus International (Республіка Польща)**

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій (протокол № 6 від 30.06.2025 року)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Редакція суб'єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1552 від 09.05.2024 року (Ідентифікатор медіа R30-04408)

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій» (вул. Інглезі, буд. 6/1, оф. 135, м. Одеса, 65101, info@iei.od.ua, тел. (093) 120-27-72).

Періодичність виходу: 12 разів на рік.

Мови розповсюдження: українська, англійська, польська, німецька, французька.

ВИКОРИСТАННЯ ГЕНОГРАМ У СІМЕЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ ТА ТЕРАПІЇ: ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД

USE OF GENOGRAMS IN FAMILY COUNSELING AND THERAPY: FOREIGN EXPERIENCE

У статті проаналізовано зарубіжну наукову літературу щодо використання генограм, а також розглянуто ефективність генограм у практиці сімейного консультування. Генограма – це сімейна карта, в якій використовується спеціальна символіка для опису відносин, головних подій та змін у сім'ї в різних поколіннях. Підкреслено терапевтичну значущість цього інструмента: за допомогою генограми пацієнти можуть відобразити кілька поколінь предків, дослідити патерни взаємодії, емоційні міжпоколінні зв'язки, типові конфлікти, а також сильні сторони сімейної системи. Процес створення генограми, здійснюваний спільно, значною мірою сприяє терапевтичному альянсу. Генограми використовують у різних сферах, зокрема у психології, медицині, соціальній роботі, генетичних дослідженнях, навчанні та ін. Сеанси сімейного втручання з використанням генограм сприяли процесу зцілення, зумовили афективні, когнітивні та поведінкові зміни у сімейній взаємодії.

Описано класичні і альтернативні генограми. Представлено зокрема, трансгенераційну генограму травми та стійкості, військову генограму, варіації генограм, спрямовані на допомогу дітям та підліткам. Трансгенераційна генограма травми та стійкості – це адаптація генограми, яка посилює культурну чутливість та чутливість до травм та використовується у травма-орієнтованій практиці. Військова генограма використовується з метою оцінювання та надання допомоги фахівцем клієнту-військовослужбовцю і його /її сім'ї, спрямована на всебічне розуміння клієнта та його /її сім'ї з урахуванням особливостей культури військових і концентрується на пошуку рішень. Представлено адаптовані генограми, що відповідають потребам клієнтів – дітей і підлітків, де використовують матеріали і техніки, що узгоджуються із їхнім рівнем розвитку. Варіації генограм є ефективними для опису дітьми своїх стосунків із членами сім'ї/значущими іншими.

Ключові слова: генограма, сімейне консультування, терапія, батьківсько-дитячі

стосунки, військова генограма, міжпоколінна взаємодія.

The article analyzes foreign scientific literature on the use of genograms, and also considers the effectiveness of genograms in the practice of family counseling. A genogram is a family map that uses special symbols to describe relationships, main events and changes in the family in different generations. The therapeutic significance of this tool is emphasized. While using genogram patients can reflect several generations of ancestors, explore family patterns of interaction, emotional intergenerational ties, typical conflicts, as well as the strengths of the family system. The process of creating a genogram being carried out jointly greatly contributes to the therapeutic alliance. Genograms are used in various fields, including psychology, medicine, social work, genetic research, education, etc. Family intervention sessions using genograms contributed to the healing process, caused affective, cognitive and behavioral changes in family interaction.

Classical and alternative genograms are described. In particular, the transgenerational genogram of trauma and resilience (TTRG), the military genogram, and variations of genograms aimed at helping children and adolescents are presented. TTRG is described as an adaptation of the genogram that enhances cultural sensitivity and trauma sensitivity and is used in trauma-oriented practice. The military genogram is used to assess and provide assistance to a professional military client and his/her family, aimed at a comprehensive understanding of the client and his/her family, taking into account the peculiarities of military culture as well as encompassing a solution-focused approach. Adapted genograms are presented that meet the needs of clients – children and adolescents, using materials and techniques that are consistent with their level of development. Variations of genograms are effective for children to describe their relationships with family members / significant others.

Key words: genogram, family counseling, therapy, parent-child relationships, military genogram, transgenerational interaction.

УДК 159.98:575.113.1]:316.362.1(4/9)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.74.60>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Власенко І.А.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

Кутішенко В.П.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

П'янківська Л.В.

к.психол.н.

Актуальність дослідження. В умовах суспільної невизначеності та активних воєнних дій зростає потреба населення країни у фаховій психологічній допомозі, зокрема у сімейному консультуванні. У консультативній та психотерапевтичній практиці використовують, зокрема, генограми. Їх розглядають як діагностичний інструмент для оцінювання сім'ї і її функціонування, що має значний потенціал у терапевтичних цілях [17] та /або для терапевтичних інтервенцій [8].

Метод генограми розроблено сімейним терапевтом М. Боуеном. Він звернув увагу на важливе значення сімейної системи, походження клієнта і необхідність врахування сімейної історії для вирішення пацієнтом /сім'єю актуальних проблем.

За М. Боуеном, за допомогою генограми пацієнти можуть відобразити кілька поколінь своїх предків, що представляють історичне минуле і сьогодення сім'ї [2].

Аналіз останніх досліджень. Генограма – це метод, який має важливе значення і часто застосовується у сфері сімейного консультування та терапії. Його переваги сприяють тривалості його використання та здатності долати час (кілька десятиліть) та простір (генограма популярна у багатьох країнах). Значущість методу пов'язана також із інтересом до індивідуальних та сімейних відмінностей у мультиетнічному та полікультурному контексті. За Н. Шестопаловою, генограма – це сімейна карта або схема історії сім'ї, в якій використовують-

ся спеціальна символіка для відтворення відносин, головних подій та змін у сім'ї у різних поколіннях [21]. Символи для позначення членів сім'ї різних поколінь можуть бути загальноприйнятими або оригінальними, вигаданими терапевтом і клієнтом.

Сімейна генограма містить значну кількість даних про сім'ю, представлених у схематичному вигляді на аркуші паперу (у класичному варіанті), що дозволяє охопити сімейну історію особи єдиним поглядом. Генограми використовують у різних сферах, зокрема у психології, медицині, соціальній роботі, генетичних дослідженнях, навчанні та ін. Генограма сім'ї – це своєрідне родове дерево, зі специфічною системою записів, що відповідають визначеним цілям. Зокрема, на ній позначають імена, прізвища, дати народження та смерті, професії, дати одружень, розлучень/ розриву стосунків, наявність серйозних захворювань, специфічні риси взаємодії (конфлікти між членами сім'ї, професійні успіхи), релігійну належність та інші відомості [2]. Чоловіки на ній позначаються квадратами, жінки – колами, приклад генограми подано на рис. 1 (за [1]). На цих колах та квадратах можуть позначатися дати народження та смерті, якщо людина померла.

Є значна кількість зарубіжних досліджень стосовно опису, структури та побудови генограм (МакГолдрік та Герсон (McGoldrick & Gerson, 2016) [13], Хартман (Hartman, 1995) [10], Вотс зі співавт. (Watts. et al., 1998) [20]. Водночас використання генограм та аналіз їхньої ефективності у сімейному консультуванні та терапії вимагає уваги науковців.

Метою статті є теоретично проаналізувати використання генограм у сімейному консультуванні та терапії в зарубіжних наукових джерелах та з'ясувати їхню ефективність.

Виклад основного матеріалу. Нами було проаналізовано зарубіжні наукові статті про використання генограм. Дослідники Конноллі (Connolly, 2005) і Вейсс зі співавт. (Weiss et al., 2010) вказують, що генограма є інструментом, що може фасилітувати створення рапорту із клієнтом чи сім'єю [5; 18]. Окрім того, Конноллі акцентує увагу на тому, що «про-

цес створення генограми, здійснюваний спільно, у співпраці клієнта з консультантом, може значно сприяти терапевтичному альянсу і збільшити силу генограми для клієнта» [5, с. 83]. На додачу до цього, Тейлор зі співавт. (Taylor et al., 2013) описали постмодерні та адаптовані генограми як інструменти, в яких клієнт постає як експерт свого життя /відносин, а психолог відіграє консультативну роль [17].

Сімейна генограма досліджує «сильні сторони сім'ї», вона «орієнтована на рішення», вимагає співпраці, стимулює розроблення та тестування гіпотез [15]. Підкреслюється, що генограми являють собою корисні інструменти, за допомогою яких можна збирати інформацію, діагностувати та підтримувати процеси сімейного консультування і терапії.

Показано, що в психотерапії генограми використовуються в різноманітних сферах Представлено як т.зв. *класичні* (виділено нами – І.В.) генограми, так і *адаптовані* [6]. Зокрема, до останніх відносять культурні генограми (Харді і Лажлоффі (Hardy & Laszloffy, 1995), кольорові генограми (Левіс (Lewis, 1989), сексуальні генограми (Хоф і Берман (Hof & Berman, 1986), генограми, орієнтовані на рішення (Куел (Kuehl, 1995), соціально сконструйовані генограми (Мілевські-Хертлейн (Milewski-Hertlein, 2001), генограми часової шкали (Фрідман та співавт. (Friedman et al, 1988), кар'єрні генограми (Гібсон (Gibson, 2005) та духовні генограми.

Аналіз літератури засвідчив, що традиційні генограми мають обмеження, а сучасні генограми передбачають можливість їхньої адаптації [3]. Між цими генограмами є схожість у форматі та символах, використанні опори на спільну історію, але суттєві відмінності в меті, теоретичній основі, обґрунтуванні збору даних та керівних принципах інтерпретації.

Клаусон і Берг (Clausson & Berg, 2008) стверджують, що сеанси сімейного втручання з використанням генограм сприяли процесу зцілення, зокрема зумовили афективні, когнітивні та поведінкові зміни у сімейному функціонуванні, при цьому сім'ї почали дедалі більше усвідомлювати свої ресурси та можливості для вирішення своїх проблем

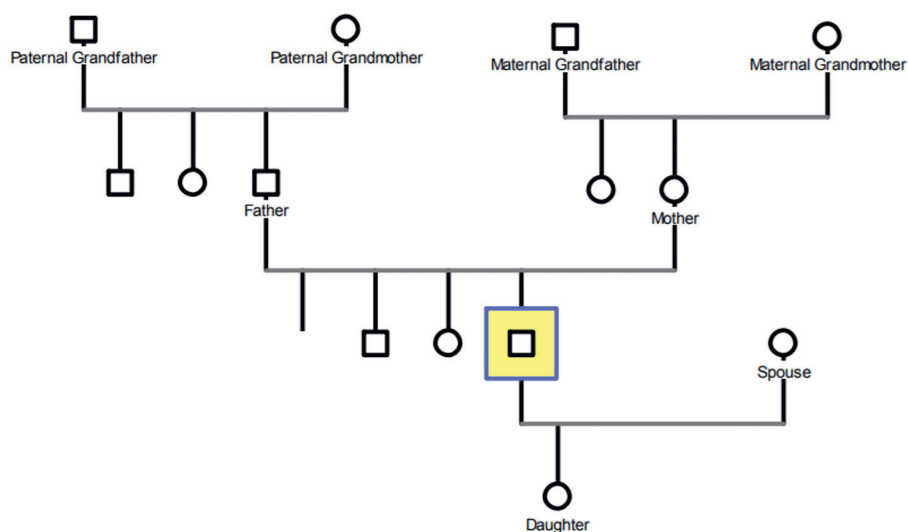


Рис. 1. Приклад генограми

зі здоров'ям [4]. Генограма може бути корисним інструментом для визначення сильних сторін сім'ї – духовності, релігії та розширеної мережі родинних зв'язків; доцільне використання генограм у вирішенні проблем, особливо з афроамериканськими сім'ями [12]. Використання міжпоколінного підходу дозволяє клієнтам дивитися на себе в ширшому контексті, чіткіше виявляти особисті упередження, що сприяє рефлексії та прийняттю (Халеві та Халеві – Halevy & Halevy, 1998) [9].

Клініцисти вважають генограми корисними у взаємодії з сім'ями, причому їх розглядають як безпечний терапевтичний інструмент, що зменшує потребу в зоровому контакті; центром уваги стає візуальна генограма, а не клієнт. Пападопулос та співавт. (1997) припускають, що при використанні з сім'ями генограми можуть бути засобом відволікання уваги від окремого члена сім'ї як «проблеми» або як людини, яка потребує змін, і приділяють увагу сімейній системі, а також подіям чи досвіду, якими члени сім'ї поділилися та, можливо, інтерпретували по-різному [15].

Вейсс та співавт. (2010) виявили, що адаптована генограма, яка поєднує підходи, орієнтовані на рішення, та підходи, засновані на сильних сторонах, допомагає виявити сімейні та реляційні моделі, одночасно сприяючи стійкості. Така генограма була корисною для розробки відповідних сімейних втручань [18]. Чавіс (2004) [12] і Гудман (2013) [8] зазначали, що підходи, орієнтовані на сильні сторони, є ключовими у використанні генограм практиками, що сприяло розвитку стійкості та зціленню через зосередження на індивідуальній, сімейній та громадській стійкості, подоланню перешкод та допомозі іншим у подоланні перешкод.

Хасс і Капулнік (Huss & Kapulnik, 2021) описали використання адаптованих генограм, вони зазначають, що обрана кольорова форма або символ були візуальним стимулом для пошуку слів, що пояснюють досвід клієнта, здатність забезпечити багатогранну та широку систему тем у родині [11]. Турецький дослідник Ісик (Isik, 2012) вказує, що візуальний характер генограми допомагає зрозуміти сімейні стосунки, особливо в різноманітному культурному контексті [19].

Один із адаптованих варіантів – це духовна генограма – карта, яка показує релігійні та духовні конфлікти, зв'язки, стосунки та події членів сім'ї протягом багатьох поколінь (Фраме, 2000). Духовна генограма була розроблена як допоміжний інструмент у сімейній терапії, щоб допомогти клієнтам зрозуміти

ти духовний та релігійний досвід їхнього сімейної системи та як цей досвід вплинув на поточні проблеми між клієнтом та його подружжям. Така генограма може бути використана як інструмент зцілення під час сімейної терапії. Створюючи її, клієнт разом із фахівцем досліджує духовну динаміку в своїй родині, що уможливорює розробку стратегії подолання труднощів у сімейній системі клієнта [16].

Досліджувалось також складання генограм у поєднанні з реляційною етикою (етикою відносин, relational ethics) у контекстуальній сімейній терапії, мета якого – сприяти розумінню того, як розподіляються довіра, справедливості та питання лояльності у багатопокілінній сімейній системі, сприяти прощенню та розумінню членів сім'ї (Кескін, 2017) [6]. Ключове поняття довіри вивчалось автором в межах адаптації роботи з генограмою, що вимагає значної кількості часу та саморозкриття.

У огляді літертури Мілевські-Хертлейн (Milewski-Hertlein 2001) визначає соціально сконструйовану генограму (адаптований варіант) як інструмент для розуміння ролі клієнта у сім'ї. Ця генограма корисна для визначення клієнтом сім'ї, дослідження систем та моделей відносин у сім'ї, а також проблемних аспектів [14].

Представимо кілька варіантів генограми докладніше. Трансгенераційна генограма травми та стійкості (transgenerational trauma and resilience genogram – TTRG) є динамічним інструментом для оцінки та втручання при компресійній травмі (Гудман, 2013). TTRG – це адаптація генограм, яка посилює культурну чутливість та чутливість до травм. Її використовують у межах травма-орієнтованої практики [8].

TTRG може забезпечити комплексну та культурно релевантну оцінку наявних труднощів клієнта, сприяти посиленню міжпоколінних сильних сторін та враховувати соціально-політичні та екосистемні проблеми, які можуть впливати на травму та відновлення [8]. На наш погляд, використання TTRG може бути корисним в умовах воєнних дій та травматизації. Консультантам та психологам рекомендується досліджувати часовий вимір травми з клієнтами, включаючи події, що сталися в минулому, та події, що відбуваються зараз (табл. 1, за [8]).

Гудман зазначає, що консультанти можуть сприяти стійкості та зціленню клієнта, зосереджуючись власне на способах, якими людина, сім'я чи громада (зараз або в минулому) витримували, долали перешкоди та допомагали іншим у подоланні перешкод (табл. 2) [8].

Таблиця 1

Питання для полегшення комплексного розуміння травми

Які події відбулися у вашому житті (або у вашій родині чи громаді), які були дуже стресовими або травматичними?
Яким чином ви, ваша родина чи ваша громада переживали прямий, непрямий, традиційний або екосистемний стрес чи травму? [Надайте психоосвіту за потреби.]
Що ви помічаєте щодо того, як ця подія (або ці події) вплинули на вас (або вашу родину чи вашу громаду)?* [Подальші дії: фізичні, психологічні та когнітивні (включаючи пам'ять) симптоми для окремої людини, сім'ї та громади. Надайте психоосвіту щодо симптомів за потреби.]

* Ці питання орієнтовні, вони не є вичерпним переліком способів оцінки травми.

TTRG є гнучким інструментом, тобто він може та повинен відображати культурну перспективу клієнта в процесі його створення. Очікується, що консультанти та психологи інтегрують культуру в свою роботу з клієнтами (табл. 3, за [8]). Гудман підкреслює, що важливо врахувати міркування про соціальну справедливість, оскільки історично консультування зосереджувалося на внутрішньопсихічних факторах, ігноруючи важливі екосистемні фактори.

Вейсс та співавт. (2010) описали військову генограму як інструмент, що використовується з метою оцінювання та надання допомоги фахівцем клієнту-військовослужбовцю і його /її сім'ї. Військо-

ва генограма, зокрема, спрямована на всебічне розуміння військовослужбовця та його /її сім'ї, з урахуванням особливостей культури військових і концентрується на пошуку рішень [18]. У табл. 4 подано основні питання для укладання генограми соціальним працівником /консультантом (за [18]).

Окрім оцінки сімейних ролей та меж, фахівець може використовувати генограму для оцінки додаткових факторів ризику (як-от потенційної можливості жорстокого поводження з дітьми, самогубства, домашнього насильства тощо). Психолог /терапевт може використовувати питання військової генограми з табл. 5 (за [18]), щоб зрозуміти сприйняття родиною військової культури та способу життя клієнта.

Таблиця 2

Запитання, спрямовані на дослідження сильних сторін клієнта / сім'ї

Розкажіть мені про себе (або свою сім'ю чи свою громаду) до події(й).
Які ваші сильні сторони (або сильні сторони вашої родини чи вашої громади)?
Які труднощі ви (або ваша сім'я чи ваша громада) подолали?
Як ви (або ваша сім'я чи ваша громада) зберегли свої сильні сторони, вашу культуру чи свою громаду перед обличчям цих стресових факторів? Чи є внутрішні або особистісні характеристики, характеристики сім'ї або характеристики громади, які допомогли?

Таблиця 3

Запитання, спрямовані на розширене обговорення культури в межах TTRG

Коли хтось у вашій родині чи громаді засмучений (або поранений, або зазнав сильного стресу), що вони роблять (або з ким вони розмовляють, або куди вони звертаються за допомогою)?
Які типові способи, якими ви (або ваша родина чи ваша громада) зцілюєтеся або одужуєте після чогось складного?
Як для вас (або вашої родини чи вашої громади) виглядає «бути здоровим»? Що означало б для вас (або вашої родини чи вашої громади) зцілитися?
Які історії ви чули від своєї родини чи громади про історію вашої родини чи громади? Як це вплинуло на те, як ви бачите себе чи світ?

Таблиця 4

Основні питання генограми для розгляду фахівцем

Хто є членами сім'ї та їхній склад (імена, вік та професія)?
Чи є якісь біологічні/зведені зв'язки? Якщо так, то які їхні стосунки? (порушені, заплутані, триангульовані тощо)
Які проблеми присутні?
Хто є ідентифікованим клієнтом?
Хто є цапом-відбувайлом сім'ї? Сімейний герой?
Яка динаміка влади між членами сім'ї? Як батьки здійснюють владу в домогосподарстві?
Яка динаміка шлюбу? Як це впливає на решту сім'ї?
Які обов'язки (ролі) дорослих членів сім'ї? Як вони впливають на функціонування сім'ї та стосунки?
Які фактори ризику в сім'ї щодо проблем зі здоров'ям, зловживання психоактивними речовинами, психічних захворювань, жорстокого поводження з дітьми, домашнього насильства, черепно-мозкової травми, суїцидальних та/або саморуйнівних ідей та попередньої історії спроб?

Таблиця 5

Додані елементи для генограми з родинами військових

Оцінити сімейний анамнез: військова служба, звання, вислуга років, відзнаки, стан звільнення, характер звільнення.
Як найближчі родичі ставляться до армії?
Яке ставлення родини до армії?
Яке культурне ставлення родини до військової служби? Ставлення до війни?
Члени сімей військових були мобілізовані чи пішли добровольцями?
Чи служили члени сім'ї військовослужбовцями під час війни? Якщо так, то коли? Яка війна?
Чи переживали члени сім'ї військових коли-небудь воєнні травми? Якщо так, то що? Чи вплинуло це на їхнє функціонування? І якщо так, то яким чином?
Чи втратив військовослужбовець на війні друзів чи товаришів? Якщо так, то скільки? Які були обставини?
Яке ставлення клієнта до служб психічного здоров'я? Який рівень саморозкриття військовослужбовця щодо різноманітного військового досвіду? Чи був військовослужбовець свідком або пережив травматичні події?
Який сьогодні соціально-політичний клімат і як він впливає на сім'ю?

Для фахівця важливо розуміти погляд родини на військову службу та власні упередження щодо військових та щодо питань контрпереносу, які можуть впливати на динаміку сеансів [18]. Питання з Табл.5 доцільно використовувати для побудови генограми та розуміння зв'язку родини клієнта з військовою культурою. Ці питання для оцінки військової генограми було обрано, щоб навчити консультантів /терапевтів тому, як родина сприймає військову діяльність та який вплив військової служби на сім'ю, а також вплив військових поколінь на функціонування сім'ї. Підкреслено, що психолог повинен бути чутливим до почуттів військовослужбовця щодо послуг психічного здоров'я [18].

Покажемо варіанти генограм, що враховують особливості клієнтів, – дітей та підлітків. Тейлор зі співавт. (Taylor et al., 2013) підкреслили, що вивчення механізму створення генограм може бути складним для дорослих і підлітків [17]. Деякі психологи-практики модифікували базову генограму, використовуючи кодування кольорами (Левіс, 1989), інші використовують соціограму (Ленг і Сілбелінг, 2006), сімейну скульптуру (Перкінс, 2000), екокарти (Марчетті-Мерценз зі співавт., 2000), аби зібрати інформацію про взаємовідносини в сім'ї.

Виходячи з мети генограми (картографування сімейних констеляцій і збір інформації про сімейну систему), Тейлор та співавт. вказують, що створення генограми може бути творчо розширене, аби відповідати потребам молодших клієнтів, і при цьому використовуються матеріали і техніки, що більшою мірою узгоджуються із їхнім рівнем розвитку [17].

Окрім того, вказано, що практичні методи та варіації генограм (на базі наративної та орієнтованої на рішення терапії) можуть допомогти дітям та підліткам описати свої стосунки з членами сім'ї та значущими іншими [17]. Це дає змогу фахівцям показати і обговорити, яких змін діти та підлітки очікують і які рішення можна запропонувати сімейній системі.

Поєднання наративного підходу із використанням генограми у консультуванні сім'ї допомагає клієнту побачити себе не як проблему, «але як дещо окреме та відмінне» від проблеми (за Фрідманом і Комбсом). Побудувавши генограму, клієнт і консультант екстерналізують те, що є емоційно зарядженим, це дає змогу об'єктивувати проблему, отримати нове бачення контексту, допомогти визначити можливі ресурси і сильні сторони сім'ї [17].

Зокрема, Гіл та МакГолдрік (Gil & McGoldrick et al, 2008) показали, як можна творчо використати мініатюри, щоб представити членів сім'ї та створити уявні або бажані варіанти майбутнього і відносин, при цьому зберігаючи стандартну структуру генограми. Спочатку консультант і клієнт (або сім'я) малюють генограму на папері для різьблення або картоні для плакатів, використовуючи стандартні символи. Потім клієнта просять вибрати мініатюру, щоб помістити на коло або квадрат, який представляє кожного члена родини.

Оскільки мініатюри часто мають символічне значення, під час створення генограми виявляються сімейне функціонування та особливості стосунків. Гіл та співавт. (2008) зазначили, що «гра дозволяє активно взаємодіяти з фантазією, подібно до візуалізації» [7, с. 261]. В результаті клієнт /сім'я може краще зосередитись на проблемі та обговорити її цілеспрямовано [7].

Висновки. Таким чином, генограма у сімейному консультуванні /терапії вважається цінним інструментом для вивчення емоційних зв'язків, історії сімейних відносин, трансгенераційної передачі патернів поведінки тощо. Вона має значний терапевтичний ефект і широкі можливості застосування у консультуванні та терапії клієнтів різного віку. Представлено як традиційну, так і адаптовані варіанти генограм, що покликані посилити її сильні сторони. Подано переваги генограм: здатність фасилітувати створення рапорту, посилювати роль клієнта у консультативній роботі із запитом, досліджувати сильні сторони сім'ї тощо. З'ясовано особливості використання та укладання трансгенераційної генограми травми та стійкості, військової генограми, адаптованих генограм, які створюють діти чи підлітки. Вказано на доцільність проведення наступних досліджень для встановлення ефективності використання генограм у сімейному консультуванні та терапії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Alexander J. H., Callaghan J. E. M., Fellin L. C. Genograms in research: participants' reflections of the genogram process. *Qualitative research in psychology*. 2018. P. 1–21. DOI: <https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1545066> (date of access: 25.06.2025).
2. Bowen M. *Family Therapy in Clinical Practice*. Rowman & Littlefield Publishers, Incorporated, 1993.
3. Butler J. F. The Family Diagram and Genogram: Comparisons and Contrasts. *The American Journal of Family Therapy*. 2008. Vol. 36, no. 3. P. 169–180. DOI: <https://doi.org/10.1080/01926180701291055> (date of access: 04.07.2025).
4. Clausson, B. Family intervention sessions one useful way to improve schoolchildren's mental health. *Journal of Family Nursing* 2008. Vol. 14 no. 3. P. 289–313.
5. Connolly C. M. Discovering "Family" Creatively. *Journal of Creativity in Mental Health*. 2005. Vol. 1, no. 1. P. 81–105. DOI: https://doi.org/10.1300/j456v01n01_07 (date of access: 04.07.2025).
6. Exploring the therapeutic effectiveness of genograms in family therapy: A literature review / B. Joseph et al. *The Family Journal*. 2023. Vol. 31, no. 1. P. 21–30. DOI: <https://doi.org/10.1177/10664807221104133>.
7. Family play genograms / E. Gil et al. *Genograms: Assessment and intervention* / ed. by M. McGoldrick, R. Gerson, P. Suili. New York, NY, 2008. P. 257–274.
8. Goodman R. D. The transgenerational trauma and resilience genogram. *Counselling Psychology Quarterly*. 2013. Vol. 26, no. 3–4. P. 386–405. DOI: <https://doi.org/10.1080/09515070.2013.820172>.

9. Halevy J., Halevy J. A genogram with an attitude. *Journal of Marital & Family Therapy*. 1998. Vol. 24, no. 2. P. 233–242. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1998.tb01079>.
10. Hartman A. Diagrammatic assessment of family relationships. *Families in Society*. 1995. Vol. 76, no. 2. P. 111–122.
11. Huss E., Kapulnik E. Using creative genograms in family social work to integrate subjective and objective knowledge about the family: A participatory study. *Research on Social Work Practice*. 2021. Vol. 31, no. 4. P. 390–399. DOI: <https://doi.org/10.1177/1049731521992843>.
12. McCullough-Chavis A. Genograms and African American Families: Employing Family Strengths of Spirituality, Religion, and Extended Family Network. *Michigan Family Review*. 2004. Vol. 09, no. 1. P. 30–36. DOI: <https://doi.org/10.3998/mfr.4919087.0009.104> (date of access: 04.07.2025).
13. McGoldrick M., Gerson R. Genograms in family assessment. Norton, 2016.
14. Milewski-Hertlein K. A. The use of a socially constructed genogram in counselling practice. *The American Journal of Family Therapy*. 2001. Vol. 29, no. 1. P. 23–38. DOI: <https://doi.org/10.1080/01926180125996>.
15. Papadopoulos L., Bor R., Stanion P. Genograms in counselling practice: A review (Part 1). *Counselling Psychology Quarterly*. 1997. Vol. 10, no. 1. P. 17–28. DOI: <https://doi.org/10.1080/09515079708251408>.
16. Sahin Y. Using spiritual genograms in family therapies. *Spiritual Psychology and Counseling*. 2017. Vol. 3. P. 47–60.
17. Taylor E. R., Clement M., Ledet G. Postmodern and alternative approaches in genogram use with children and adolescents. *Journal of Creativity in Mental Health*. 2013. Vol. 8, no. 3. P. 278–292. DOI: <https://doi.org/10.1080/15401383.2013.821928>.
18. The military genogram: A solution-focused approach for resiliency building in service members and their families / E. L. Weiss et al. *The Family Journal: Counselling and Therapy for Couples and Families*. 2010. Vol. 18, no. 4. P. 395–406.
19. Use of genogram technique in counseling with Turkish families / E. Isik et al. *Journal of Family Psychotherapy*. 2012. Vol. 23, no. 2. P. 131–137. DOI: <https://doi.org/10.1080/08975353.2012.679903>.
20. Watts C., Shrader E. The genogram: a new research tool to document patterns of decision-making, conflict and vulnerability within households. *Health Policy and Planning*. 1998. Vol. 13, no. 4. P. 459–464. DOI: <https://doi.org/10.1093/heapol/13.4.459>.
21. Шестопалова Н. В. Генограма та сімейна історія: методичні рекомендації з вивчення історії своєї сім'ї. Харків, 2017.