

## ПСИХОЛОГІЯ

families. W. W. Norton & Company.

Gross, J. J. (Ed.). (2013). *The handbook of emotion regulation*. Guilford Press.

Kosenchuk, O. H. (2023). Ukrainian preschool education in the context of modern realities. *Zhytomyr Ivan Franko State University Journal. Pedagogical Sciences*, 1(116), 20-40.

UNICEF. (n.d.). *Widespread learning loss among Ukraine's children, as students enter fourth year of disruption to education*. <https://www.unicef.org/press-releases/widespread-learning-loss-among-ukraines-children-students-enter-fourth-year>

**O. Kosenchuk, N. Tarnavska**

### **MULTI-LEVEL MONITORING OF THE DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN IN EDUCATIONAL LOCATIONS USING THE “2 ON 2” MODEL AS THE BASIS OF STRATEGIES FOR SUPPORTING MENTAL HEALTH AND OVERCOMING EDUCATIONAL LOSS**

#### **Abstract**

*The article presents the results of a multilevel monitoring of preschool children's development under conditions of short-term attendance at educational locations based on the “2 on 2” model, implemented in Ukraine during the period from September 2024 to February 2025 (second wave). It is shown that the short-term organization of the educational process makes it possible to identify learning losses and gaps, plan psychological and pedagogical support, intensify the educational process, and increase its effectiveness.*

*The structure of the multilevel monitoring is outlined, encompassing three interrelated levels: (1) monitoring the child's development across key domains and indicators; (2) organizational and methodological support aimed at the development of programmatic and methodological resources, professional growth, and psychological support for project participants; and (3) assessment and strengthening of the resources of the educational environment, taking into account the specifics of the “2 on 2” model.*

*The research design, sample, and methods of data collection, aggregation, and interpretation are described. Statistical results of the baseline monitoring are presented, indicating the presence of systemic learning losses and gaps.*

*A comprehensive model for supporting and maintaining children's mental health and overcoming learning losses is introduced, integrating psychological-pedagogical, organizational, and environmental strategies. It is demonstrated that the implementation of this model contributed to positive developmental dynamics in children, as confirmed by the results of the final monitoring, and attests to its effectiveness under conditions of wartime crisis.*

**Keywords:** *preschool education; learning losses; multilevel monitoring; psychosocial support; “2 on 2” model; child development in conditions of war.*

**УДК 159.9:304**

**М. Лапіна**

### **ДОСЛІДЖЕННЯ СІМЕЙНИХ ІСТОРІЙ ЗА ДОПОМОГОЮ ГЕНОГРАМИ: ФОРМУВАННЯ НОВОЇ ЯКОСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ЧЕРЕЗ НАРАТИВНУ РЕКОНСТРУКЦІЮ КОНТЕКСТУ**

#### **Резюме**

*У статті аналізується проблема підвищення якості сімейних стосунків шляхом наративної реконструкції контексту родинних історій. У сучасних умовах війни українські сім'ї переживають значні трансформації, гострі кризи та вимушені зміни, що суттєво впливають на їхню цілісність та психологічну стійкість. За таких обставин особливо зростає значущість відновлення емоційних зв'язків, формування нових моделей порозуміння та осмислення сімейного досвіду як важливої умови збереження та відновлення психологічних ресурсів особистості.*

*Дослідження міжпоколінних зв'язків та переосмислення родинних наративів відкриває можливості для глибшого розуміння динаміки сімейних взаємин. Це, своєю чергою, сприяє більш успішному проживанню складних суспільних процесів, які переживає українське суспільство сьогодні, та формує підґрунтя для розвитку адаптивних і підтримувальних моделей взаємодії в родинях.*

**Мета дослідження** – проаналізувати, яким чином зміна контексту сімейних історій клієнтів сприяє наданню цим історіям нових смислів, що, у свою чергу, веде до відновлення або покращення взаємин у родині.

**Методи.** У дослідженні застосовано якісний підхід, заснований на аналізі психотерапевтичних випадків. Основним інструментом виступала генограма, яка дозволяла структурувати інформацію про міжпоколінні зв'язки та події, а також виявляти повторювані сценарії. Додатково використовувався нарративний підхід, спрямований на дослідження смислових конструкцій та їх трансформації в процесі терапії. Аналіз здійснювався у контексті теорії сімейних систем М. Боуена та конструктивістських ідей Л. Гофмана і В. Людвіга.

**Висновки.** Результати дослідження свідчать, що переосмислення та надання нових смислів сімейним історіям у межах системної сімейної терапії є ключовим механізмом терапевтичних змін. Цей процес сприяє покращенню або відновленню взаємин у родині, підвищенню рівня диференціації та формуванню більш гнучких, адаптивних моделей сімейної взаємодії.

**Ключові слова:** сімейна терапія, генограма, сімейні історії, контекст, смисли, міжпоколінна передача, системний підхід, конструктивізм.

**Вступ.** Сучасні суспільні реалії характеризуються високим рівнем невизначеності та зростанням кількості психосоціальних викликів, що постають перед індивідом. В умовах повномасштабного збройного вторгнення значна частина українських сімей переживає хронічний стрес, спричинений постійною емоційною напругою, повітряними тривогами, небезпекою та обмеженими ресурсами. Ці фактори істотно впливають на якість міжособистісних взаємин між партнерами, батьками й дітьми та іншими членами сімейної системи. У зв'язку з цим сім'ї дедалі частіше звертаються по допомогу до фахівців із сімейної психології, що актуалізує потребу у пошуку ефективних методів психотерапевтичної підтримки.

Одним із рекомендованих підходів у роботі з сім'ями є системний підхід, важливим інструментом якого виступає нарративна методологія. Аналіз сімейної історії, зокрема подій минулих поколінь, дозволяє виявити значні ресурси та зрозуміти, яким чином предки справлялися зі складними життєвими ситуаціями, зберігали стійкість і забезпечували подальше функціонування родової системи.

Наративний вимір сімейної терапії, як зазначав В. Бьокхорст (Boeckhorst, 1994), дозволяє реконструювати історії сім'ї в контексті її унікальної традиції розповіді. У подальших дослідженнях наголос було зміщено з поведінкових проявів на систему ідей та переконань, що формуються як на особистісному, так і на колективному рівнях (Hoffman, 1996).

Згідно з нарративним підходом, кожна сімейна система створює власні історії, які можуть передаватися як вербально, так і невербально (через рисунки, пантоміму, жести тощо). Ці історії можуть узгоджуватися між собою або суттєво відрізнятись, формуючи множинні версії сприйняття реальності. Таким чином, вони виконують функцію конструювання смислів. За Бьокхорстом (Boeckhorst, 1994), інтерпретація реальності ґрунтується на спільній системі визначень та переконань, яка формує «нарративну традицію» сім'ї.

Родинні історії, що передаються між поколіннями, впливають не лише на самоусвідомлення індивіда, але й на моделі його взаємодії з оточенням. Через обмеженість дитячого досвіду контекст окремих подій лишається недоступним, що зумовлює виникнення нерозуміння, образ та внутрішніх конфліктів, які можуть впливати на подальші стосунки з партнерами та власними дітьми. Надання контексту дозволяє дорослому клієнтові переосмислити поведінку своїх батьків та інших членів сімейної системи, змінити ракурс сприйняття, а відтак – трансформувати нарратив минулого.

У своїй теорії Н. Луман підкреслює вирішальну роль смислу у міжособистісній комунікації. Смысл, за Луманом (1984), є нестабільним, формується в момент взаємодії та виконує функцію зниження соціальної комплексності шляхом вибору однієї з можливих інтерпретацій. Дослідження смислових вимірів – предметного, часового та соціального – дозволяє розкрити механізми конструювання значень у родинних взаєминах. «Він завжди з'являється в той момент, в який він створюється, він виникає тільки в часі та є нестабільним. Будь який смисл в наступний момент може стати іншим. Він є нематеріальним та змінним, тому його треба розглядати за допомогою так званих смислових вимірів: предметного, часового та соціального». (Luhmann, N., 1984)

Така спільна робота з психологом може сприяти змінам у стосунках з власними батьками, сиблінгами, родичами. Можливість сприймати дійсність крізь призму історій, на які події минулого людина звертає увагу, а на які ні; які історії розповідає людина своєму оточенню, а які себе самому.

## ПСИХОЛОГІЯ

Роль терапевта з позиції незнання з «безмірною цікавістю» знайомитися з сенсами клієнта (Anderson & Goolishian, 1992)

Дослідження сімейних історій, роздуми разом з клієнтом про вплив соціального оточення, подій, які відбувалися в різні періоди життя та вплив на членів родини допомагає клієнту подивитися на стратегії комунікації, на вибір поведінки родичів з іншого боку. Усвідомлення тих смислів, які клієнт чув в повідомленнях дорослих та погляд під іншим кутом, допомагає надати інший смисл життєвим подіям. Таке співтворення підтримує клієнта в процесі перегляду моделей комунікації та поведінки, засвоєних у сімейній системі.

Методологічною основою дослідження виступає конструктивістська парадигма, яка розглядає реальність як продукт соціальної взаємодії, культурного та мовного контексту. Як зазначає М. Гоффман-Хеннессі «Все знання... виростає з простору між людьми, з області «загального світу»... Лише внаслідок непереривного та постійного спілкування з близькими людьми індивід отримує відчуття ідентичності або власного внутрішнього голосу». (Hoffman-Hennessy, 1992).

У межах цієї парадигми консульт працює з такими категоріями, як «історія», «метафора», «робота зі значеннями», «риторика та перемовини», тобто звертати увагу на те, яким чином в системі створюються та затверджуються загальні значення (Diessler et al., 1994), що відповідає принципам наративного підходу.

У системній сімейній терапії це означає, що значення подій, а також уявлення про себе, своїх батьків і стосунки формуються не «об'єктивно», а через історії, які людина розповідає собі та іншим. Відповідно, зміна історії – це зміна досвіду та способу буття у стосунках.

У системній сімейній терапії важливим інструментом є генограма – графічна модель, що візуалізує родинні зв'язки. Її використання було започатковано М. Боуеном, який розглядав сімейну діаграму як спосіб відображення емоційних процесів у системі. Більшу частину даних, які він отримував про ядерну сім'ю та про розширену сімейну систему, представляв у вигляді цієї схеми, в якою є позначки людей та зв'язків між ними у вигляді певної схеми.

М. Боуен розробив спосіб відображати сімейну систему в рамках теорії сімейних систем. За його словами, інформація яка є в сімейній діаграмі не має смислу без глибокого розуміння принципів функціонування емоціональних систем, а також емоціонального процесу в різних поколіннях. Сімейна діаграма, на думку Боуена наглядно демонструє емоційні процеси, які відбуваються в сім'ї. (M. Bowen, 1978)

Подальший розвиток ідей М. Боуена здійснила Ф. Каслоу, яка наголосила на міжкультурній та міжмовній універсальності генограми. Флоренс Каслоу зазначала: «символи для позначення членів сім'ї різних поколінь можуть бути або загальноприйнятими та знайомими більшості сімейних клініцистів (Mc Goldrick., & Gerson, R. 1985), або оригінальними, придуманими даним терапевтом та його пацієнтом. «Цей метод не має ані мовних, ані культурних, ані гендерних обмежень. Це одна з його привабливих рис» – додавала Ф. Каслоу. (Kaslow. (1996)

У рамках представленого дослідження генограма застосовується для реконструкції родинної історії та аналізу міжпоколінних патернів взаємодії. Наша гіпотеза полягає в тому, що переосмислення сімейних історій у контексті їх первинних умов формування сприятиме покращенню стосунків між членами сім'ї, а також дозволить клієнтам опанувати нові моделі комунікації та поведінки, більш адаптивні до сучасних умов.

У контексті наративної сімейної терапії цей підхід дозволяє встановити, що:

- родинні історії є не лише фактичними описами подій, але й способом інтерпретації реальності, що передається між поколіннями;
- реконструкція контексту та нове осмислення цих історій сприяють формуванню більш цілісної ідентичності клієнта;
- трансформація наративу відбувається через створення нових значень у діалозі терапевта та клієнта, а не шляхом простого аналізу минулого.

### Методи:

- якісний аналіз терапевтичних випадків;
- спостереження за динамікою стосунків клієнтів із батьками та партнерами (зі слів клієнтів);
- робота з генограмою;
- аналіз сімейних нарративів;
- аналіз динаміки терапевтичних сесій та самоусвідомлення клієнтів щодо власних емоційних станів.

**Результати.** У межах якісного аналізу психотерапевтичної практики було проаналізовано низку випадків, в яких клієнти досліджували власні сімейні історії шляхом побудови генограми.

Застосування цього методу дало змогу виявити повторювані патерни поведінки, та простежити вплив досвіду минулих поколінь на актуальне функціонування клієнтів. Зокрема, було визначено, що особливості взаємодії між батьками, між батьками та дітьми, між сиблінгами, а також між іншими членами сімейної системи відіграють значну роль у формуванні міжособистісного напруження та виборі стратегій поведінки у теперішньому.

Інтеграція контекстуальних даних у сімейні наративи сприяла переосмисленню окремих аспектів минулого. Частина історій отримала нове значення, а окремі спогади були інтерпретовані клієнтами з іншої, менш емоційно навантаженої перспективи. Це, у свою чергу, покращило розуміння обставин, які протягом тривалого часу зумовлювали комунікативні бар'єри та емоційне відчуження в сім'ї.

Аналіз зазначених випадків дає підстави стверджувати, що зміна контексту сприйняття родинних історій сприяє відновленню емоційного контакту між членами сімейної системи, зниженню рівня міжособистісної напруги та формуванню більшої чутливості у взаємодії. Крім того, такий підхід полегшує ідентифікацію та розуміння патернів, успадкованих із минулого, які відтворюються у взаєминах клієнтів із власними дітьми та партнерами.

Описані приклади демонструють характерні етапи терапевтичного процесу – від початкового конфліктного сприйняття та фрагментованого бачення ситуації до поступового прийняття, усвідомлення та інтеграції родинного досвіду у структурар власного життєвого наративу.

**Випадок 1.** Клієнтка (Кл. 1), 46 років прийшла с запитом про важкі стосунки з матір'ю. Вона скаржилась що відгороджується від матері, іноді поводить себе «як підліток», бо категорично сприймає висловлювання матері, її питання та поради. Батько клієнтки має хворобу, яка його обмежує у повноцінному житті. Матір дбає про батька, прив'язана до нього через його обмеження.

Клієнтка повідомила про наявність більш теплих емоцій до батька, зокрема співчуття через його стан здоров'я, попри те, що в дитячому віці він проявляв жорстоке ставлення: часто був у стані алкогольного сп'яніння, підвищував голос та застосовував фізичні покарання. Первинний запит клієнтки стосувався налагодження стосунків із матір'ю, оскільки існуюча між ними психологічна дистанція переживалася як значний емоційний тягар. При цьому клієнтка сумнівалася в можливості змін через накопичені з дитинства образи, особливо загострені у період її підліткового віку.

У процесі консультативної роботи з'ясувалося, що родина матері характеризується високим рівнем «злитості» та інтенсивними контактами між членами розширеної сім'ї. Натомість сімейна система батька відзначалася більшою дистанційованістю та автономністю у стосунках.

Під час роботи із генограмою було досліджено історії роду та моделі взаємодії між поколіннями. Клієнтка пригадала, що в дитинстві мати поведилася суворо, проявляла контроль та інколи могла застосовувати фізичні покарання. Натомість бабуся вирізнялася теплим і турботливим ставленням. Аналізуючи генограму й пригадуючи відомі родинні історії, клієнтка змогла уточнити соціальний та емоційний контекст, у якому формувалася її матір. Зокрема, з'ясувалося, що мати клієнтки росла у складних обставинах: її та брата-близнюка розлучили одразу після народження через тяжкий стан здоров'я їхньої матері. Також стало відомо, що бабуся клієнтки пережила досвід перебування у концтаборі. Було висунуто припущення, що ці травматичні події могли вплинути на подальші моделі поведінки та стратегії емоційної близькості в родині, зокрема на прагнення бабусі утримувати родинну систему у стані максимальної згуртованості.

Доданий контекст дав змогу клієнтці глибше зрозуміти страхи та поведінкові реакції матері, пов'язані з надмірним контролем та складністю встановлення психологічної дистанції. Подальше дослідження генограми охоплювало й історії з боку батька, що також впливали на формування сімейних сценаріїв.

У ході терапевтичної роботи клієнтка почала активно цікавитися історіями свого роду, частіше спілкувалася з матір'ю, ставила запитання про минуле та значення подій для життя сім'ї. Цей процес клієнтка описувала як «цікаву подорож для обох», що сприяло зменшенню дистанції між нею та матір'ю.

Також клієнтка усвідомила наявність спільних для жінок роду поведінкових патернів, зокрема тенденцію до надмірного контролю та прагнення бути «сильною». У межах терапії було визначено функції цих патернів у минулому та їхню неефективність у сучасному житті клієнтки, що дало змогу переосмислити власні стратегії взаємодії з партнерами.

Робота з клієнткою тривала близько року та включала опрацювання інших запитів. Результатом стала позитивна динаміка у стосунках із матір'ю: частота й якість спілкування зросла, з'явилися нові теми для діалогу, знизився рівень дратівливості щодо поведінки матері. Зміна

## ПСИХОЛОГІЯ

комунікативних стратегій клієнтки позначилася й на реакціях матері, що підтвердило принцип циркулярності в міжособистісній взаємодії. На рисунку 1 представлено генограму клієнтки.

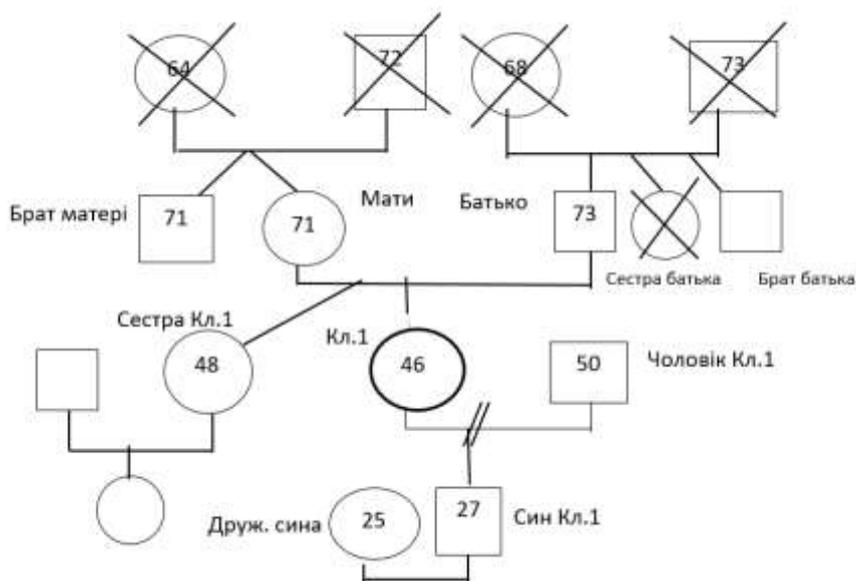


Рисунок 1. Генограма клієнтки ( Кл.1)

На пізніх етапах роботи клієнтка зазначила, що переосмислення сімейних сценаріїв, додавання контексту й зміна погляду на досвід минулих поколінь сприяли також трансформації її романтичних стосунків: підвищилася усвідомленість власної цінності в стосунках та здатність будувати психологічно більш зрілі й збалансовані партнерські взаємини.

**Випадок 2.** Клієнтка (Кл. 2) 38 років звернулася із запитом: «Хочу краще зрозуміти себе. Хочу більше для себе, бо я завжди для інших».

У процесі консультативної роботи з клієнткою значна увага приділялася аналізу її особистої історії та функціонування сімейної системи. З раннього дитинства клієнтка виконувала роль «сильної» дитини, на яку покладали відповідальність за молодшого брата, оскільки батьки були зайняті роботою. Такий ранній перехід до дорослих ролей сприяв формуванню у неї стійкого відчуття зобов'язаності та необхідності підтримувати інших.

У ході роботи стало очевидним, що найбільш складними для клієнтки є взаємини з матір'ю. Попри те, що вони мешкали окремо протягом тривалого часу, мати зберігала значний емоційний вплив на життя клієнтки. У стосунках із матір'ю клієнтка переживала амбівалентні почуття: образу, злість, водночас — тривогу за її здоров'я та страх не бути поруч у момент, коли мати потребуватиме допомоги. Втрата батька, з яким у неї були теплі взаємини, додатково посилювала емоційне навантаження.

Аналіз генограми дозволив виявити низку сімейних наративів, що мали суттєвий вплив на формування ідентичності клієнтки. Однією з ключових тем, притаманних її роду, була тема героїзму та подолання труднощів. У різних поколіннях існували історії про «героїчні» вчинки, які задавали модель поведінки для нащадків. Бути «сильною», «витривалою», «той, хто завжди рятує», — формувалося як цінність та норма родинної культури. На цій основі клієнтка усвідомила власну схильність постійно виконувати роль «героя», відсуваючи власні потреби на другий план.

У ході деталізованого дослідження сімейної історії клієнтка виявила низку розбіжностей між почутими в дитинстві наративами та реальними подіями. Зокрема, розповіді про події, пов'язані з Другою світовою війною, не узгоджувалися між різними джерелами. Це спонукало клієнтку до додаткових розмов із родичами, включно з матір'ю. Зіставлення фактів дозволило по-новому інтерпретувати окремі події та зрозуміти, як формувалися трансгенераційні уявлення про цінність страждання, труд подолання, необхідність самопожертви.

Одним із важливих відкриттів для клієнтки стало переосмислення власного почуття провини, пов'язаного з тим, що вона жила з партнером «не в шлюбі». Виявилось, що наратив «ганьба сім'ї» мав історичне походження та був пов'язаний із подіями в попередніх поколіннях, однак не відповідав

сучасним контекстам. Через аналіз історичних умов формування цих уявлень клієнтка змогла відокремити власні потреби й переконання від родових приписів.

Поступово клієнтка почала виокремлювати власні бажання та потреби від сценаріїв, пов'язаних із родовим патерном героїзації. Це дало змогу краще усвідомити власні емоції, зокрема почуття провини, відповідальності та обов'язку, а також змінити ставлення до поведінки матері. На певному етапі клієнтка відзначила, що її розуміння материнських страхів і мотивів стало значно глибшим, що позитивно позначилося на їхній поточній комунікації. Стосунки із братом також стали більш гармонійними.

Консультативний процес триває; загалом проведено понад 50 сесій. Зміни, що відбуваються у клієнтки, свідчать про підвищення рівня рефлексії, глибше розуміння сімейних сценаріїв та поступову переінтеграцію родинних наративів у власний життєвий досвід.

**Випадок 3** Клієнтка (Кл.3), 38 років звернулася із запитом сепарації від батьків та переживань що до стосунків з чоловіками.

Клієнтка вже певний час проживає окремо від батьків, однак продовжує відчувати виражену емоційну залежність від них. Це переживається нею як болісний стан, що супроводжується бажанням обмежити контакти, насамперед із матір'ю. За словами клієнтки, мати регулярно вдається до контролю, надає непрошені поради, висуває вимоги та використовує маніпуляції. Стосунки з батьком також є непростими: клієнтка відзначає його постійну емоційну відстороненість та дефіцит тепла, який вона відчувала з дитинства.

Другим аспектом запиту було бажання зрозуміти власні романтичні стосунки, оскільки клієнтка помічала схожість контролювальних поведінкових патернів у свого партнера з тим, як поводить її мати.

Робота з генограмою дозволила зануритися в історії попередніх поколінь. Було виявлено, що мати клієнтки була єдиною дитиною у своїх батьків. Її батько рано помер, а мати народила у пізньому віці та фактично залишилася без підтримки власної родини. Через це бабуся клієнтки вирізнялася високим рівнем контролю та тривоги, а її життя з донькою проходило у складних матеріальних умовах. У таких обставинах мати клієнтки засвоїла недовіру до світу, мала обмежене коло соціальних контактів та передала ці установки своїй доньці. Клієнтка пригадувала, що мати часто повторювала: «Моя сім'я – це друзі», підкреслюючи, що довіряти можна лише вузькому колу людей.

Під час дослідження батьківської лінії виявилось, що батько клієнтки походить із багатодітної родини, однак зростав у контексті домашньої агресії з боку власного батька. Емоційне дистанціювання виступало для нього способом безпеки, а також відповідало сімейним традиціям, де прояви почуттів вважалися слабкістю.

Врахування соціально-історичного контексту допомогло зрозуміти поведінку обох батьків. Зокрема, правила життя у селі, де не заохочувалось виділятися чи мати «забагато», а також економічні умови, сформували низку обмежувальних переконань, що передавалися наступним поколінням. Як зазначила клієнтка, додавання контексту ніби «легалізувало» поведінку батьків: те, що раніше сприймалося як «погане» чи «незрозуміле», набуло логічного пояснення.

У процесі терапії клієнтка почала помічати зниження інтенсивності власних емоційних реакцій. Її ставлення до контролю з боку матері стало менш різким: дзвінки та зустрічі перестали викликати напруження, з'явилося більше тепла та терпимості. За словами клієнтки, мати також змінила стиль взаємодії — стала менше критикувати, давала більше простору та проявляла інтерес до життя дорослої доньки.

Статус взаємин із батьком також покращився: клієнтка стала менше ображатися, навчилася витримувати його дистанцію та ініціювала більше контактів. Повільно, але стабільно їхня взаємодія ставала ближчою.

Клієнтка відзначила, що сепарація почала відбуватися природним, нетравматичним шляхом. Замість тотального розриву, якого вона одночасно прагнула й боялася, відбувалися поступові зміни, що сприяли збереженню та покращенню стосунків. Паралельно з цим клієнтка більше зосереджувалася на власному житті та будівництві автономності.

**Дискусія.** Аналіз отриманих результатів свідчить про ефективність впливу дослідження історій клієнтів з додавання в них контексту на відновлення або покращення стосунків між членами родини. Додавання ідей про правила та традиції часу в якому жили предки дає краще розуміння людям ситуацій в яких відбувалися події минулого, патернів поведінки всіх учасників історій.

Дослідження показало, що робота з сімейними історіями у форматі системної сімейної терапії створює умови для появи нових смислів, які змінюють сприйняття минулого досвіду та впливають на

## ПСИХОЛОГІЯ

характер стосунків у родині. Це підтверджує ідеї Лумана про нематеріальність та змінність смислу якій залежить від смислових вимірів, таких як час, соціальна ситуація та предмет.

Поступове включення ширшого контексту в дослідження історій роду може дозволити учасникам по-новому побачити події власної історії, виявити закономірності повторення сімейних сценаріїв та віднайти у них інші значення.

Отримані результати узгоджуються з ключовим положенням теорії сімейних систем М. Боуена, згідно з яким міжпоколінна передача емоційних процесів формує реакції та взаємини у теперішньому. Боуен підкреслював, що усвідомлення свого місця в родинній системі та розуміння закономірностей сімейної історії є основою для зниження емоційної напруги, підвищення диференціації та побудови зріліших взаємин. Виявлені у дослідженні зміни у сприйнятті та поведінці клієнтів підтверджують актуальність цього підходу: переосмислення контексту дозволяло зменшити інтенсивність реакцій, пов'язаних зі старими конфліктами, та по-новому бачити дії членів родини.

У контексті конструктивістської перспективи, яку розвивали Л. Хофман та В. Людвіг, зміна контексту інтерпретації подій розглядається як спосіб створення альтернативних наративів. Нові смисли, що виникали в процесі дослідження сімейних історій, сприяли переходу від фіксованих уявлень про «поганих» батьків або інших членів родини, взаємних звинувачень до розуміння, співпереживання та відновлення комунікації. Це дійсно може відбуватися тільки поступово, через процес опрацювання та проживання почуттів в терапії.

Таким чином, терапевтична зміна відбувається не через прямі поведінкові інтервенції, а через зміну рамки сприйняття родинних подій.

Генограма в цьому процесі виступала інструментом, який допомагав структурувати інформацію та візуалізувати системні зв'язки, проте центральним механізмом залишалось саме переосмислення контексту та надання нових смислів сімейним історіям. Вона допомагала здобувати втрачене, згадувати тих, хто був забутий, шукати ресурси в минулому. Завдяки цій схемі клієнти могли досліджувати і поза кабінетом психотерапевта. Цей процес виявився дуже цінним через можливість говорити та обговорювати сімейні зв'язки з членами родини, що дуже позитивно впливало на комунікацію між ними.

Процес дослідження та надання нових смислів створює умови для формування нової внутрішньої оповіді, у якій з'являється можливість для емоційної близькості та більш гнучкої взаємодії між членами родини.

Обмеженням дослідження є невелика кількість випадків та якісний характер аналізу, однак отримані результати демонструють потенціал контекстуально-наративного підходу у системній терапії та окреслюють напрямки подальших досліджень.

**Висновки.** Розглянуті випадки свідчать, що дослідження сімейних історій з використанням генограми створює простір для переосмислення досвіду минулих поколінь. Результати показують, що зміна контексту сприйняття подій минулого відкриває можливість надання їм нових смислів а також глибшого усвідомлення власного місця та стосунків в родинній системі. Саме цей процес стає основою терапевтичних змін – переходу від звинувачень і фіксованих уявлень до розуміння, прийняття та діалогу всередині родини. Поступове переосмислення історій роду сприяє відновленню зв'язків, формуванню емоційної близькості та створенню нових моделей взаємодії в сім'ї. Отримані результати узгоджуються з положеннями теорії сімейних систем М. Боуена щодо міжпоколінних емоційних процесів, а також з конструктивістськими ідеями Л. Хофмана і В. Людвіга, які підкреслюють значення контексту і смислової реконструкції для трансформації родинних стосунків.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Anderson, H., & Goolishian, H. A. (1992). Der Klient ist Experte. Ein therapeutischer Ansatz des Nicht-Wissens. *Zeitschrift für systemische Therapie*, 10, 176–189.
- Boeckhorst, F. (1994). Narrative Systemtherapie. *Systema*, 8(2), 2–22.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Hoffman, L. (1996). *Therapeutische Konversationen: Von Macht und Einflussnahme zur Zusammenarbeit in der Therapie*. Modernes Lernen.
- Hoffman-Hennessy, L. (1992). Für eine reflexive Kultur der Familientherapie. In J. Schweitzer, A. Retzlaff, & G. Weber (Eds.), *Systemische Therapie und Postmoderne* (pp. unknown). Welten der Kommunikation.
- Kaslow, F. W. (Ed.). (1996). *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns*. Wiley.

Luhmann, N. (1984). *Soziale Systeme: Grundriß einer allgemeinen Theorie*. Suhrkamp.

Toman, W. (1961). *Family constellation*. Springer.

Toman, W. (1962). Family constellations of divorced and married couples. *Journal of Individual Psychology*, 18, 48–51.

## REFERENCES

Anderson, H., & Goolishian, H. A. (1992). Der Klient ist Experte. Ein therapeutischer Ansatz des Nicht-Wissens [The client is the expert. A therapeutic approach of not-knowing]. *Zeitschrift für systemische Therapie*, 10, 176–189.

Boeckhorst, F. (1994). Narrative Systemtherapie [Narrative systems therapy]. *Systema*, 8(2), 2–22.

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.

Hoffman, L. (1996). *Therapeutische Konversationen: Von Macht und Einflussnahme zur Zusammenarbeit in der Therapie* [Therapeutic conversations: From power and influence to cooperation in therapy]. Modernes Lernen.

Hoffman-Hennessy, L. (1992). Für eine reflexive Kultur der Familientherapie [For a reflexive culture of family therapy]. In J. Schweitzer, A. Retzlaff, & G. Weber (Eds.), *Systemische Therapie und Postmoderne* (pp. unknown). Welten der Kommunikation.

Kaslow, F. W. (Ed.). (1996). *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns*. Wiley.

Luhmann, N. (1984). *Soziale Systeme: Grundriß einer allgemeinen Theorie* [Social systems: Outline of a general theory]. Suhrkamp.

Toman, W. (1961). *Family constellation*. Springer.

Toman, W. (1962). Family constellations of divorced and married couples. *Journal of Individual Psychology*, 18, 48–51.

**M. Lapina**

### **RESEARCHING FAMILY STORIES USING THE GENOGRAM: FORMING A NEW QUALITY OF FAMILY RELATIONSHIPS THROUGH NARRATIVE RECONSTRUCTION OF CONTEXT**

#### **Abstract**

*The article examines the problem of improving the quality of family relationships through the narrative reconstruction of the context of family histories. Under current wartime conditions, Ukrainian families are experiencing significant transformations, acute crises, and forced changes that profoundly affect their cohesion and psychological resilience. In such circumstances, the importance of restoring emotional connections, developing new models of mutual understanding, and reinterpreting family experience as a crucial condition for maintaining and rebuilding individual psychological resources becomes especially pronounced.*

*The study of intergenerational ties and the reinterpretation of family narratives offer opportunities for a deeper understanding of the dynamics of family relationships. This, in turn, facilitates more effective coping with the complex social processes that Ukrainian society is undergoing today and provides the foundation for developing adaptive and supportive models of interaction within families.*

**Research aim.** *The aim of the study is to analyze how shifting the context of clients' family histories contributes to the emergence of new meanings, which subsequently leads to the restoration or improvement of family relationships.*

**Methods.** *The research employed a qualitative approach based on the analysis of psychotherapeutic cases. The primary tool was the genogram, which enabled the structuring of information about intergenerational connections and events, as well as the identification of recurring patterns. Additionally, a narrative approach was used to explore meaning-making processes and their transformation in the course of therapy. The analysis was conducted within the framework of M. Bowen's family systems theory and the constructivist ideas of L. Hoffman and W. Ludwig.*

**Conclusions.** *The findings indicate that reinterpreting and assigning new meanings to family histories within systemic family therapy serves as a key mechanism of therapeutic change. This process contributes to the improvement or restoration of family relationships, enhances the level of differentiation, and fosters the development of more flexible and adaptive models of family interaction.*

**Keywords:** *family therapy, genogram, family histories, context, meanings, intergenerational transmission, systemic approach, constructivism.*