

Принципы феминистской терапии в повседневных практиках

Людмила Хорунжая

психолог, независимая феминистская исследовательница,
активистка Ассоциации феминистской терапии

<https://www.facebook.com/femtherapy.org/>

Дискуссия о феминистской терапии на IV Семейной конференции*

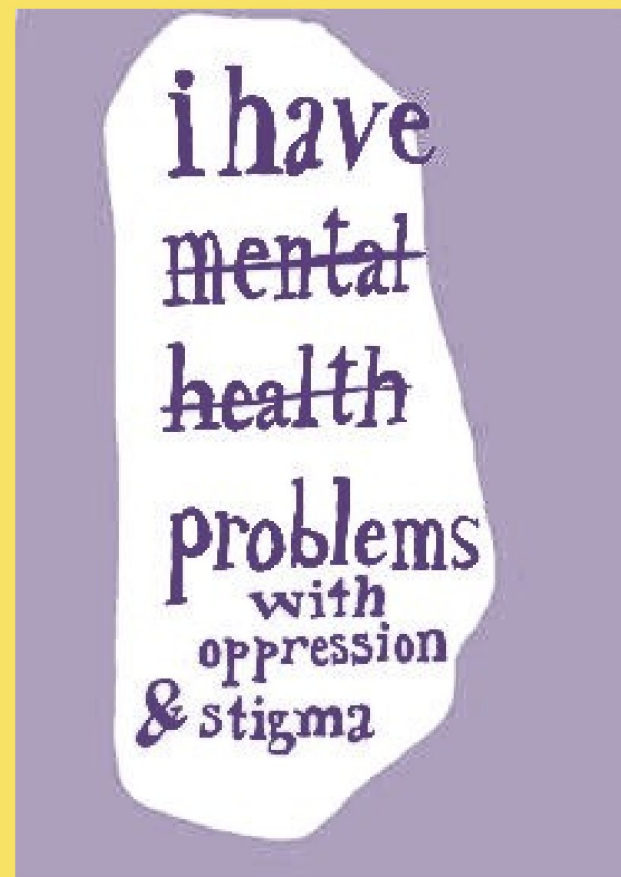
«Фем-френдли» психолог:

- Гарантирует безопасность клиенткам-феминисткам: принимает инаковость, не навязывает представления о правильном
- Сохраняет объективность: не навязывает патриархальный дискурс (и феминистские взгляды тоже)
- Владеет феминистской оптикой
- Артикулирует феминистскую позицию и феминистские ценности

* http://russianfeministidentity.ru/following_the_discussion_on_feminist_therapy/

Основные положения, США, 1993 г.

- Причина психологических проблем – различные формы дискриминации, угнетения и исключения
- Направленность на социальные изменения
- Мультикультурная перспектива и «голос угнетенных и маргинализированных»
- Психотерапия – процесс, нагруженный ценностями, и может быть агентом патриархатного социального контроля



Принципы феминистской терапии



І. Личная и социальная идентичность взаимосвязаны

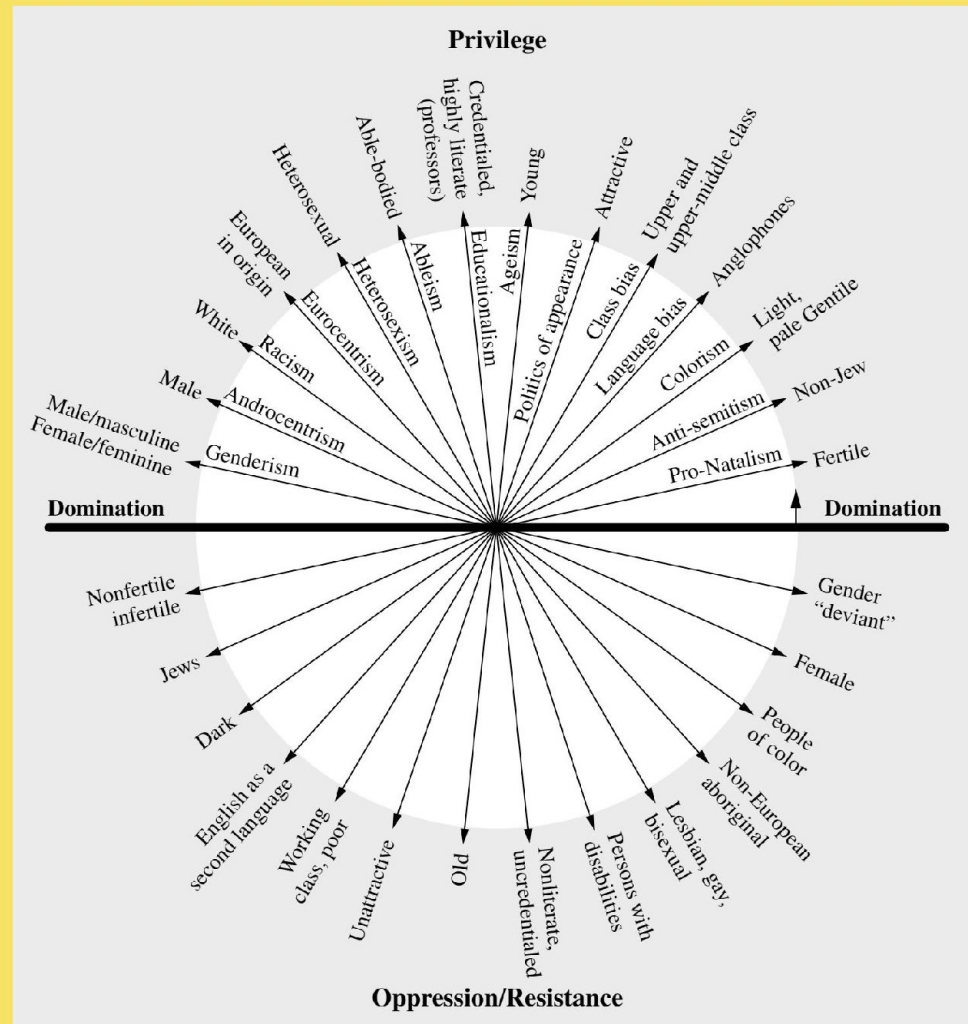


Исследование социальной идентичности

Кто я?/
Где я?

Intersecting axes of privilege, domination, and oppression.

Source: From *The Gender Question in Education: Theory, Pedagogy, and Politics*, by A. Diller, B. Houston, K. P. Morgan, and M. Ayim, 1996, Boulder, CO: Westview Press.



Практики

- Исследование своей социальной идентичности
- Повышение осведомленности о положении различных социальных групп
- Изучение их культуры, истории, ценностей
- Включение в социальную жизнь и деятельность этих групп

Цель – развитие социальной идентичности

Модель развития феминистской идентичности Нэнси Даунинг и Кристин Руш, 1985

Пассивное принятие

традиционных гендерных ролей, дискриминация не признается

Откровение

рефлексия своей идентичности и гендерных ролей в результате кризиса или опыта дискриминации; признание угнетения сопровождается чувствами гнева и вины

Интеграция и отдача

установление связи с другими женщинами, погружение в женскую культуру и сестринство

Синтез

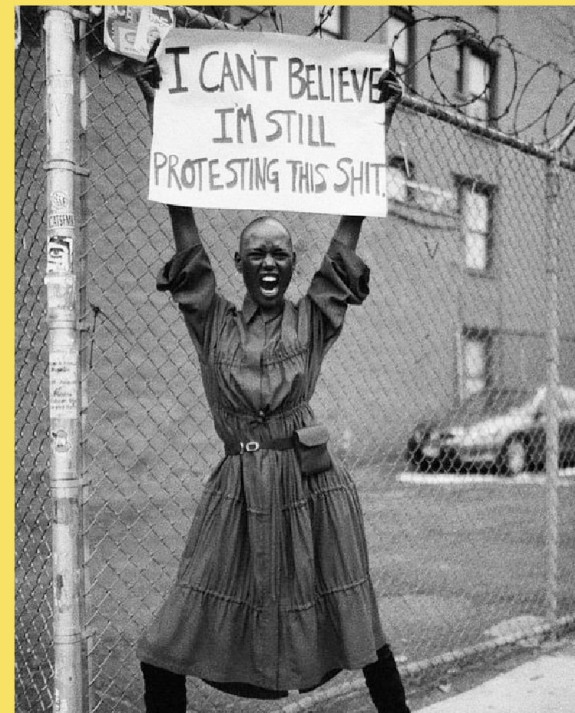
развитие интегрированной идентичности, не зависящей от гендерных ролей

Активная приверженность

активные действия, направленные на социальные изменения и прекращение угнетения

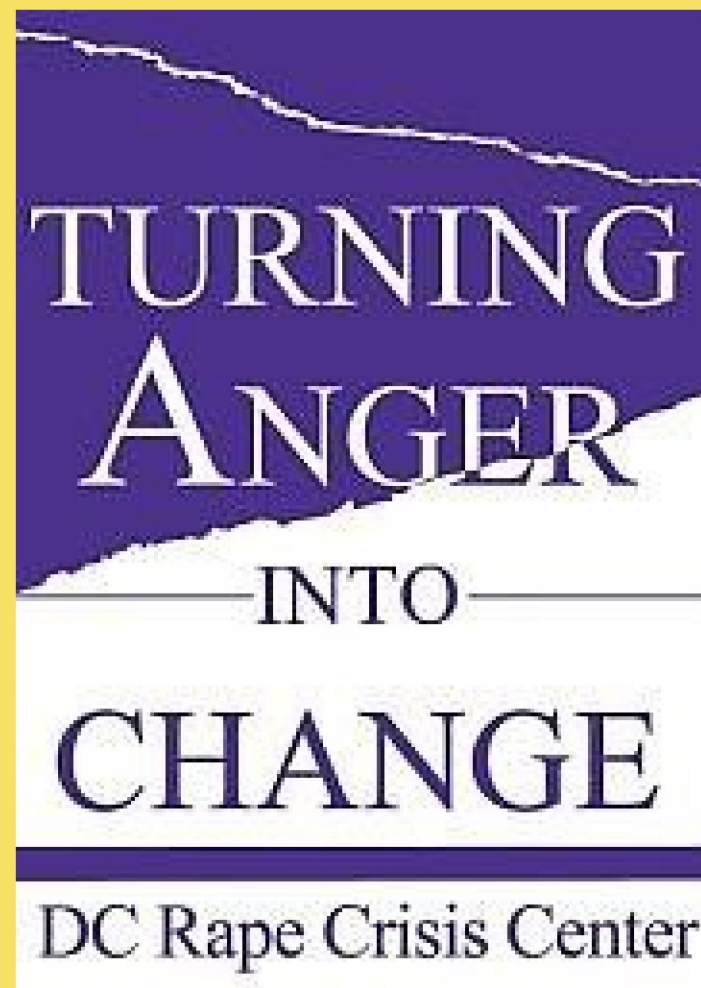
II. Личное – это политическое

- Основа феминистской терапии – признание социальных источников индивидуальных проблем женщин.
- «С женщинами все в порядке, не в порядке то, что с нами делают!» Кэрол Ханиш



Личные проблемы –
это политические проблемы

Техники феминистской терапии



Цель – повышение личной и социальной
власти

Рост самосознания

«Феминистское самосознание включает: осознание женщинами того, что они принадлежат к подчиненной группе и что как участницы этой группы они несправедливо страдают; понимание, что их подчиненное состояние не имеет естественных причин, а задается социумом; развитие чувства сестринства; самостоятельное определение женщинами целей и стратегии изменения своего положения и формирование альтернативного будущего»

Герда Лернер «Возникновение феминистского сознания», 1993

<http://womention.org/creation-of-feminist-consciousness/>

Практики

- Озвучивание и обсуждение «личных» проблем и их социальных детерминант
- Низовые инициативы
- Группы поддержки и группы роста самосознания
- Солидарные действия
- Взаимная поддержка
- Действия, направленные на социальные изменения

**Выход за пределы кабинета и занятие
гражданской позиции**

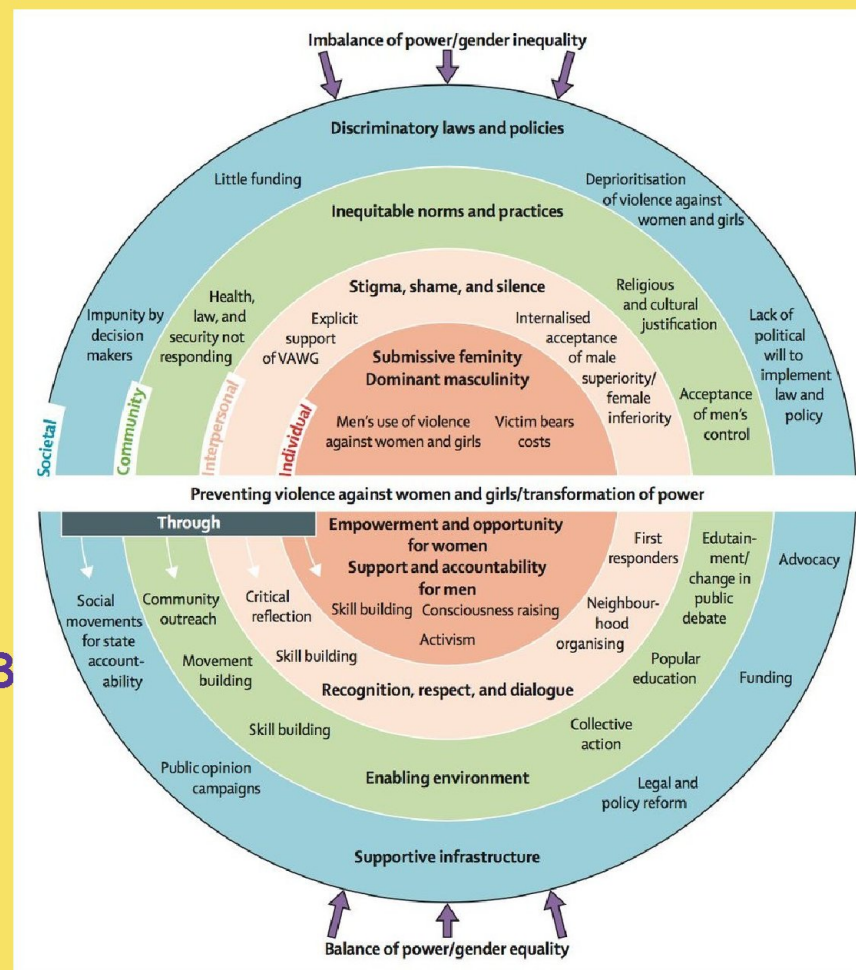
III. Эгалитарность отношений

Цели

- устранение дисбаланса власти в общественных и межличностных отношениях
- противодействие негативному влиянию иерархических отношений в обществе

Transformation of power across the ecological model

Source: Michau, L., et al. (2014) *Prevention of violence against women and girls: lessons from practice*. The Lancet, A Special Series on Violence against Women and Girls.



Способы достижения эгалитарности в терапевтических отношениях

Терапия как совместный процесс

- Клиентка выступает как экспертка по себе и своей жизни.
- Экспертность терапевтки основана на специальной подготовке и личном опыте.

Экспликация ценностей терапевтки

- Сводит к минимуму навязывание ценностей

Демистификация процесса терапии

- Обучение клиентки теории и процессу феминистской терапии
- Информирование об альтернативных и дополнительных видах помощи
- Использование письменных и устных контрактов
- Обсуждение процесса терапии
- Фокус на интересах, потребностях и желаниях клиентки

Уменьшение дисбаланса власти

- Селективное самораскрытие (self-disclosure) и включенность терапевтки (self-involving)

Аффирмация женщин

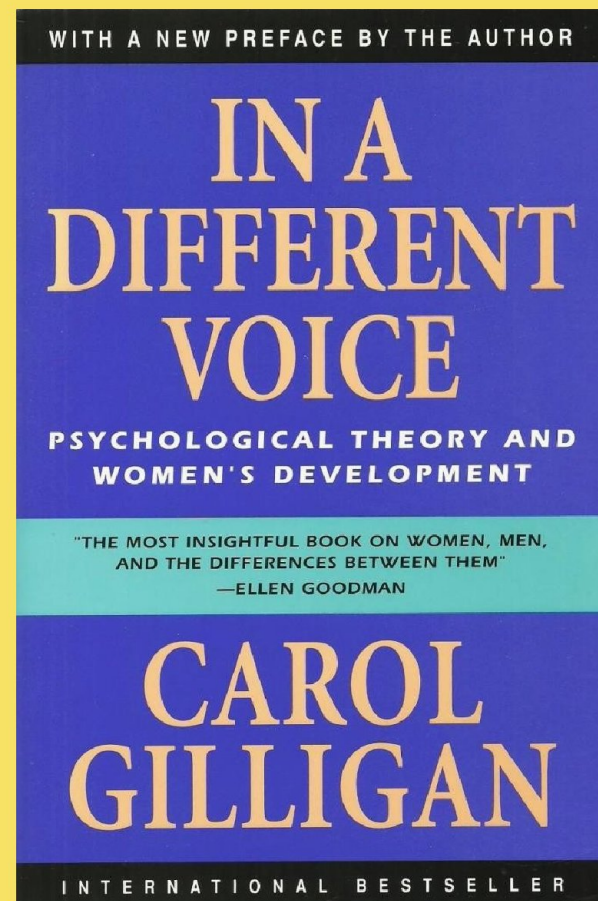
- Выявление сильных сторон клиентки

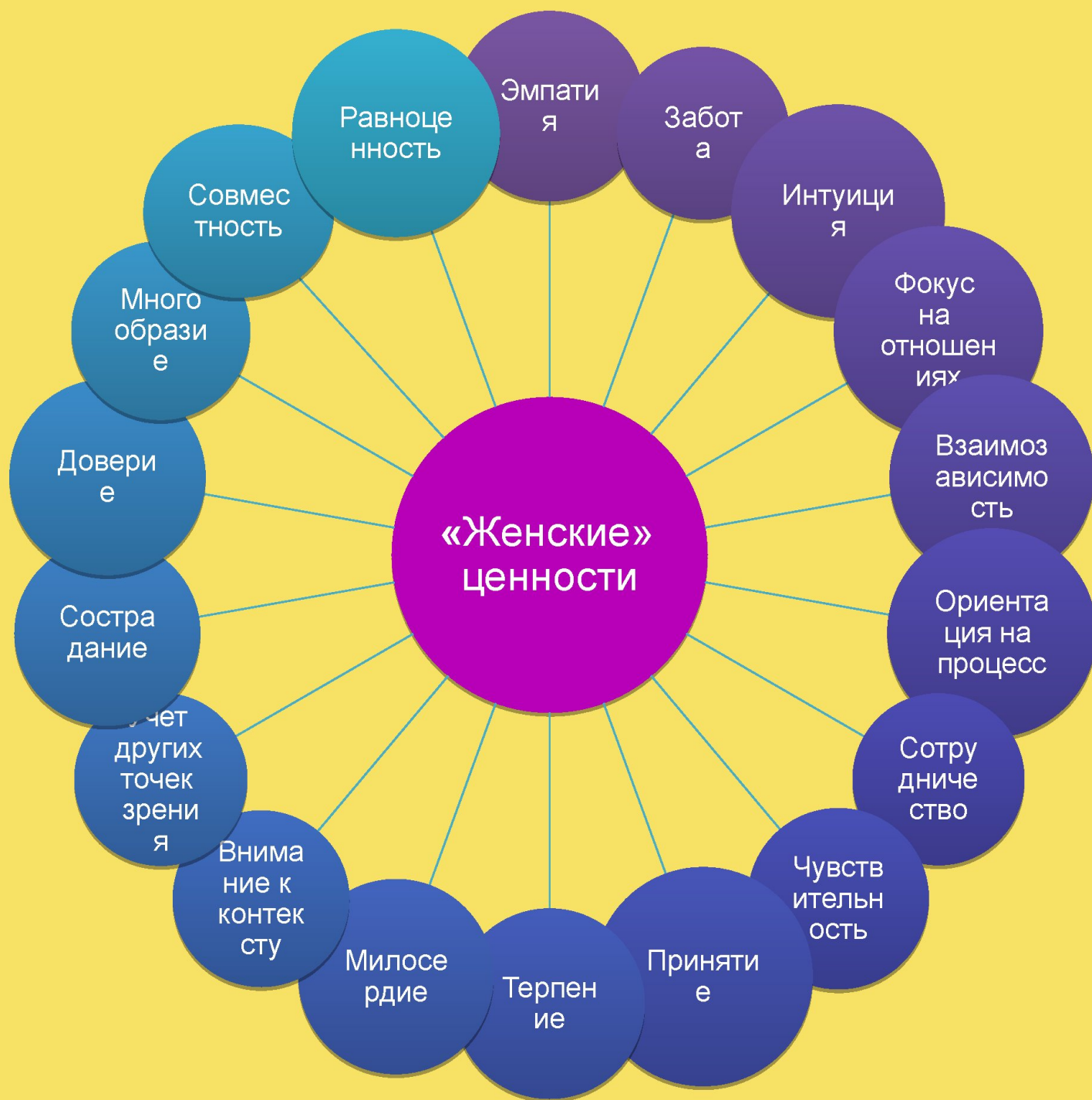
Практики

- Чувствительность к дисбалансу власти и стремление к его уменьшению
- Позиция «на равных» в отношениях
- Прояснение ценностей и содержания отношений
- Уважение личного опыта
- Сотрудничество и взаимное уважение
- Взаимная аффирмация

IV. Ценность женской перспективы

Цель -
реконструирование
гендерных концепций и
переоценка традиционно
феминных качеств,
утверждение их
ценности для всех
людей.





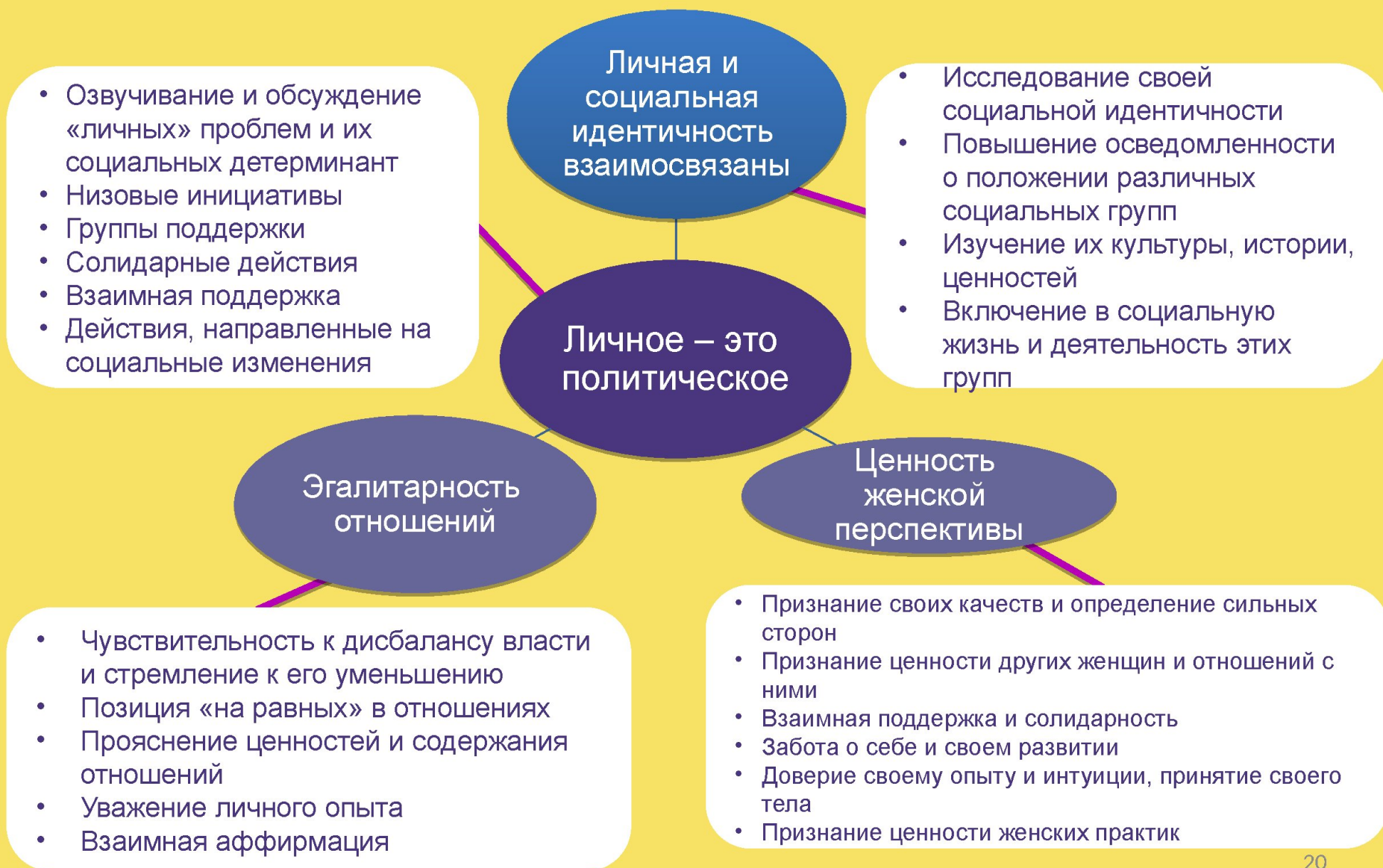
Практики переоценки женского в процессе терапии

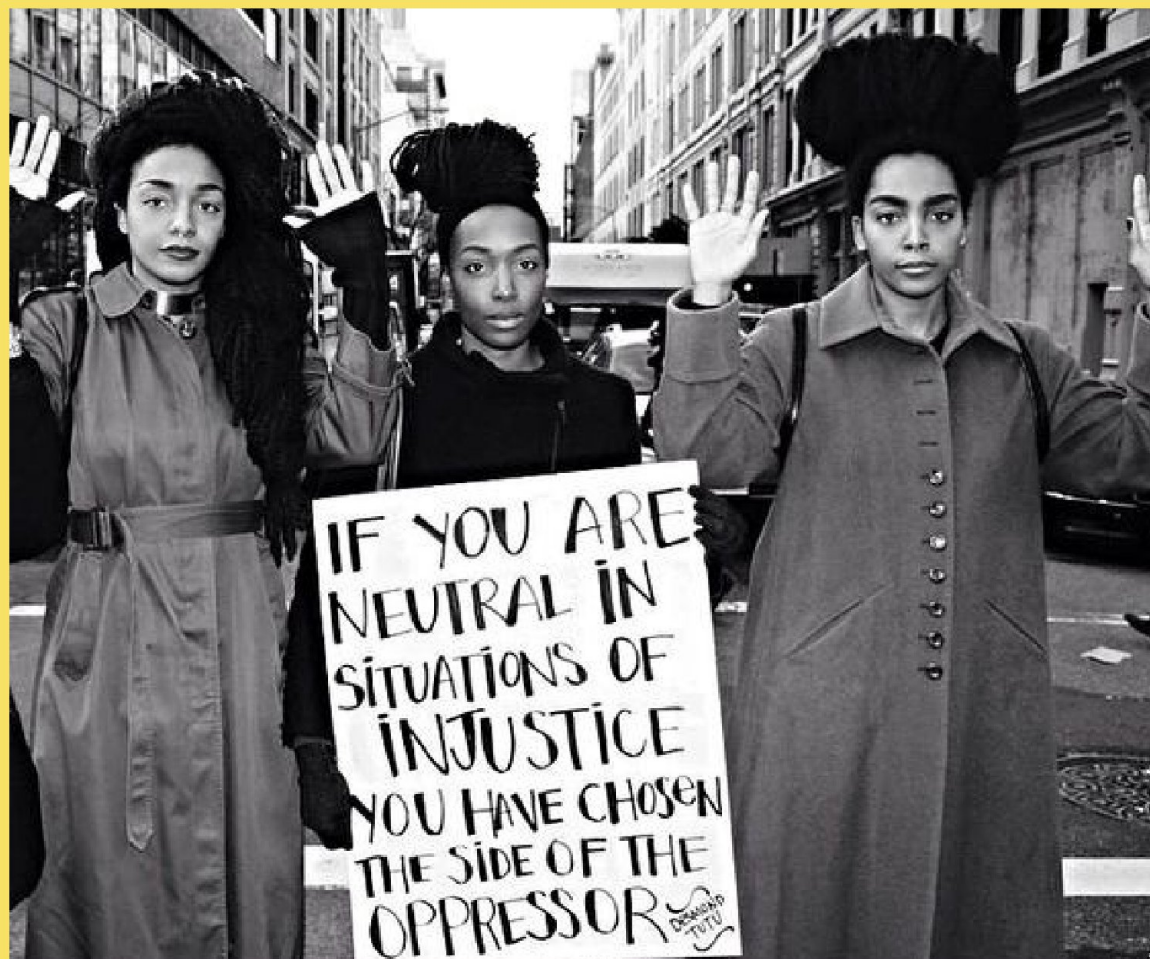
- Признание ценности субъективного опыта клиентки и терапевтки
- Фокус на потребностях клиентки
- Забота о развитии и благополучии клиентки
- Эмпатия
- Установление эгалитарных отношений сотрудничества

Практики переоценки для женщин

- Расширение репертуара ролей
- Признание своих качеств и определение сильных сторон
- Признание ценности других женщин и отношений с ними
- Взаимная поддержка и солидарность
- Забота о себе и своем развитии
- Доверие своему опыту и интуиции, принятие своего тела
- Признание ценности женских практик

Принципы феминистской терапии в повседневных практиках





Спасибо за внимание!