

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. И.А. БУНИНА»

Л.Ю. Комлик, И.В. Фаустова

**ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ СЕМЬИ
И СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

Учебное пособие

Елец – 2017

УДК 159.9
ББК 88
К 63

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Елецкого государственного университета имени И.А. Бунина
от 31.01.2017, протокол № 1

Рецензенты:

О. А. Драганова, кандидат психологических наук
(ГАУДПО Липецкой области «Институт развития образования»);

В.С. Меренкова, кандидат психологических наук, доцент
(Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина)

Л.Ю. Комлик, И.В. Фаустова

К 63 Основы психологии семьи и семейного консультирования. – Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2017. – 87 с.

В учебном издании систематизирован теоретический материал, отражающий основные аспекты психологии семьи и основ семейного консультирования. Пособие нацелено на формирование у обучающихся адекватного представления о предмете и задачах психологии семейных отношений на современном этапе, о проблемах современной семьи, изучаемых в науке и практике, а также на знакомство с основными методами и приёмами работы семейного психолога-консультанта.

Пособие адресовано обучающимся направлений подготовки 37.03.01 Психология, 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

УДК 159.9
ББК 88

© Елецкий государственный
университет им. И.А. Бунина, 2017

ВВЕДЕНИЕ

Учебное пособие «Основы психологии семьи и семейного консультирования» позволит обучаемым разобраться в специфике материала, изучаемого в рамках таких дисциплин как «Психология семьи и семейного воспитания», «Психология семьи», «Основы консультативной психологии».

Целью пособия является формирование у обучающихся адекватного представления о предмете и задачах психологии семейных отношений на современном этапе, знакомство с основными теоретическими положениями отечественной и зарубежной психологии семьи, с проблемами современной семьи, изучаемыми в науке и практике, а также с основными методами и приёмами работы семейного психолога-консультанта.

Задачами данного курса являются:

- формирование знаний об основных понятиях и теориях отечественной и зарубежной психологии семьи; о проблемах современной семьи и тенденциях развития брачно-семейных отношений;
- формирование представлений о методах и приемах изучения супружеских отношений;
- формирование умений анализировать основные параметры семейной системы; эмоциональную и функциональную специфику отношений членов семьи друг с другом; находить причины семейных проблем и применять соответствующие методы и приёмы психологической помощи.

В учебном пособии системно приведен теоретический материал, полностью отражающий проблемы в области психологии семьи и основ семейного консультирования. В процессе освоения предложенного содержания студенты получают возможность подробно познакомиться с основными темами изучаемых дисциплин.

Пособие содержит также библиографический список и тестовые задания, которые позволят студентам получить объективные оценки уровня знаний по психологии семьи и основам семейного консультирования, выявить проблемы, возникающие при усвоении учебной программы.

Пособие будет полезно студентам в процессе самостоятельной работы, в ходе подготовки к контрольным работам и к сдаче зачетов или экзаменов, также обучающиеся могут применять полученные знания при выполнении выпускной квалификационной работы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Основные модули

Модуль 1. Семья как объект социально-психологических исследований.

Модуль 2. Брак и семья.

Модуль 3. Нарушения функционирования семейной системы.

Модуль 4. Семейное психологическое консультирование.

Темы и их содержание

Модуль 1. Семья как объект социально-психологических исследований.

Тема №1. Семья как социально – культурный феномен.

Социально-психологический подход в определении семьи и брака. Функции семьи. Характеристика современной семьи. Классификации семей по их структуре. Особенности семей разного состава. Связь семейной психологии с другими науками.

Тема №2. Характеристика семьи как целостной системы.

Семья как целостная система. Характер эмоциональных связей в семье. Ролевая структура семьи. Особенности межличностной коммуникации в семье. Жизненный цикл семьи. Стадии развития семьи. Сложности, возникающие на разных этапах развития семьи.

Модуль 2. Брак и семья.

Тема №3. Формирование супружеской пары.

Любовь как основа построения супружеских отношений. Теории выбора брачного партнера. Факторы семейного благополучия. Мотивы заключения брака.

Тема №4. Семья: родители и дети.

Семья как персональная микросреда развития ребёнка. Родительская любовь. Материнство как психологический феномен. Особенности эмоционального отношения ребёнка к родителям. Специфика семейного влияния и воспитания. Возрастная динамика детско-родительских отношений.

Модуль 3. Нарушения функционирования семейной системы.

Тема №5. Проблемы брака и семьи.

Нарушение общения в семье. Семейные ссоры и конфликты в семье. Проблемы детско-родительских отношений и благополучие ребёнка в семье. Проблема ревности. Типы ревности. Внебрачные связи. Мотивы вступления во внебрачные связи.

Тема №6. Разрушение брака и семьи.

Проблема разводов. Причины и мотивы разводов. Фазы дестабилизации супружеских отношений и стадии разводов. Послеразводная ситуация. Последствия разводов для детей, мужчин и женщин. Характеристика повторных браков.

Модуль 4. Семейное психологическое консультирование.

Тема №7. Семья в контексте консультирования.

Общие сведения о психологическом консультировании. Цель консультативной работы. Стадии психологического консультирования. Основные принципы и правила семейного консультирования. Социально-психологическая помощь и поддержка семей. Эффективность воздействия психологических методов на семьи. Противопоказания семейного консультирования. Причины и мотивы обращения за психологической помощью.

Тема №8. Консультирование семьи по поводу сложностей во взаимоотношениях.

Отношения психолога-консультанта с семьей. Профессиональный характер помощи. Индивидуальный подход. Индивидуальное добрачное и предбрачное психологическое консультирование. Техники работы психолога с семьей. Техника проведения первичного интервью: генограмма, циркулярные вопросы, семейный портрет. Консультирование родителей по поводу сложностей во взаимоотношениях с детьми. Консультирование в ситуации развода.

КРАТКИЙ КУРС ЛЕКЦИЙ

Модуль 1. Семья как объект социально-психологических исследований

Тема №1. Семья как социально – культурный феномен

Проблема определения понятия «семья» является одной из самых дискуссионных в отечественной и зарубежной социологии семьи и демографии. В частности, имеются различия в подходах к определению семьи как социального института и как малой социальной группы. Кроме того, всеми исследователями семьи признаётся, что к настоящему моменту получило широкое распространение настолько значительное число всевозможных семейных, околосемейных и осколочных форм, что стало практически невозможным дать исчерпывающее определение этого понятия, ограничившись рамками конкретной культуры либо отдельного научного направления. Отмечается также тесная зависимость формулировки определения понятия «семья» от отраслевой научной или национальной принадлежности её автора.

Семья как социальный институт

Семья как социальный институт это, прежде всего, - специфическая организация, обеспечивающая физическое и социальное воспроизводство новых поколений в обществе. В первую очередь именно с этой целью человеческое общество в процессе своей эволюции выработало свод социальных норм и санкционировало систему взаимоотношений и взаимодействий, приведших к возникновению самого древнего социального института – семьи и брака. Следовательно, на уровне малой социальной группы семьёй можно называть любое образование, потенциально способное на определённых стадиях своего развития осуществлять такое воспроизводство, а ядром семьи может считаться фактическая супружеская пара независимо от её юридического статуса.

Таким образом, семья как малая группа это – субъект физического и социального воспроизводства поколений. Поэтому определение понятия «семья» должно отражать отмеченные признаки семьи как малой социальной группы при одновременном указании на институциональный характер этого явления. Исходя из этого, наиболее удовлетворительным представляется определение А.Г. Харчева, согласно которому семья есть исторически конкретная система взаимоотношений и взаимодействий между супругами, родителями и детьми в малой социальной группе, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения.

Важно, что в приведённом определении:

- упоминаются две важнейшие функции семьи, репродуктивная и социализирующая («физическое и духовное воспроизводство населения»);
- отмечается, что эффективная реализация семьёй указанных функций является необходимым условием успешного функционирования самого общества, что и определяет его потребность в существовании данного социального института;

- подчёркивается историческая обусловленность семейной структуры;
- сочетаются и не противопоставляются друг другу признаки семьи как социального института и как малой социальной группы.

Семья как малая социальная группа

Отдельно следует обратить внимание на подход к определению семьи, являющийся реакцией на усиливающуюся тенденцию в отечественной и особенно западной социологии сводить суть семьи к многочисленным типам отношений партнёрства. Такая тенденция тем более заметна на фоне нарастающего одобрения всевозможных околосомейных форм как на Западе (особенно в США), так и в российском обществе. Соответственно подход, о котором идёт речь, предполагает наличие в семье одновременно отношений супружества, родительства и родства; группы же, где имеется только один или два из указанных видов отношений, собственно семьёй считаться не могут. Данную точку зрения в отечественной социологии семьи наиболее последовательно отстаивает А.И. Антонов, а в западной – в частности, М. Сасмен (США).

А.И. Антонов определяет семью как «основанную на единой общесемейной деятельности общность людей, связанных узами супружества-родительства-родства, и тем самым осуществляющую воспроизводство населения и преемственность семейных поколений, а также социализацию детей и поддержание существования членов семьи». О семье в строгом смысле слова можно, по мнению автора, говорить только, если полностью представлены отношения «супружества-родительства-родства». Прочие формы семьи, где имеются в наличии только один или два из трёх упомянутых видов отношений, он предлагает именовать «семейными группами».

В соответствии с правилами переписи населения СССР и Российской Федерации семьёй считается два и более человека, связанных родством (или свойством), проживающих в одном жилище и имеющих общий бюджет. С социологической точки зрения такой подход к определению понятия «семья» является чрезмерно широким, поскольку оставляет за его границами практически только одиноко проживающих людей. Более «социологичное» определение семьи принято в американской статистике. Бюро переписи населения США определяет семью как основанное на кровном родстве, браке или усыновлении объединение людей, проживающих в одном доме, связанных общностью быта и взаимной ответственностью за воспитание детей. Данное определение содержит указание на институциональный характер отношений в семье (указание на брак) и вообще является наиболее распространённым (с незначительными расхождениями) определением семьи как в западной социологии, так и в отечественной.

Важно отметить, что даже при отношениях партнёрства, под которыми понимается юридически не зарегистрированный брачный союз, вполне возможно успешное осуществление основных функций семьи, в частности репродуктивной, которая и представляет особенный интерес с точки зрения предмета исследования современной социологии семьи. В результате, такие образования

попадают в поле её зрения наряду с традиционными формами семьи, хотя создаются они вряд ли с целью «осуществления репродуктивной функции».

Если социальные институты призваны удовлетворять важнейшие потребности общества, то конкретно институт семьи – прежде всего потребность в его биологическом воспроизводстве. Кроме того, современному обществу недостаточно только биологического воспроизводства населения, новые поколения должны быть физически, социально, духовно и экономически полноценны. Поэтому семья как социальный институт представляет собой систему: социальных норм, ценностей и ожиданий, регулирующих взаимоотношения и взаимодействия индивидов в добрачной (или предбрачной), брачно-семейной, сексуальной и репродуктивной сферах; социального контроля, обеспечивающего соответствие перечисленным регуляторам поведения и включающего формирование господствующих брачно-семейных, репродуктивных и сопутствующих им ценностных ориентаций среди категорий населения, ответственных за воспроизводство поколений в обществе.

Функции семьи. Специфические и неспецифические, индивидуальные и социальные функции

Критерии оценки эффективности функционирования семьи как социального института к настоящему времени достаточно разработаны. Например, польский социолог Я. Щепаньский выделяет следующие критерии:

- 1) прочность брака;
- 2) субъективное ощущение счастья у обоих супругов;
- 3) исполнение ожиданий более широких групп;
- 4) полное развитие личности супругов, их способностей и активности, воспитание способных и активных детей;
- 5) достижение полного приспособления, внутренней интеграции супругов, отсутствие конфликтов и кризисов, вызванных противоречиями между членами семьи.

В программе исследования «Семья как фактор воспроизводства социальной структуры социалистического общества» (А.Г. Харчев, М.С. Мацковский) рассматриваемая категория включала следующие составляющие:

- 1) характер и степень выполнения социальных функций;
- 2) характер и степень выполнения индивидуальных функций;
- 3) степень удовлетворённости супругов отношениями между ними и между другими взрослыми членами семьи (включая субъективное ощущение счастья, характер и частоту конфликтов и т.д.);
- 4) степень стабильности брака (субъективная оценка вероятности развода);
- 5) степень и характер влияния семьи на развитие личности каждого из взрослых членов. Важно, что первой из составляющих категории «успешность функционирования семьи» называется «характер и степень выполнения социальных функций», важнейшей из которых является репродуктивная.

Репродуктивная функция семьи и воспроизводство населения

Большинство отечественных исследователей отмечают, что простым и достаточным индикатором эффективности выполнения институтом семьи репродуктивной функции является среднее число детей в семьях в соотношении с показателем детности, необходимым для простого либо расширенного воспроизводства населения. Поскольку семья является единственным социальным институтом, обеспечивающим воспроизводство населения, то демографический критерий оценки эффективности выполнения семьёй репродуктивной функции – рождение в среднем не менее, чем 2,1 ребёнка одной замужней женщиной. С учётом показателей смертности надёжным критерием эффективности выполнения репродуктивной функции является рождение в среднем не менее 2,6 ребёнка на каждый брак. Это число, которое необходимо обществу для избежания депопуляции.

Но детность семей – лишь конечное внешнее проявление сложного процесса формирования репродуктивных планов индивидов и их реализации. В реальности семья как институт воспроизводства населения связана с репродуктивными ценностными ориентациями индивидов, реализующих институционализированные взаимодействия в сфере предбрачных, брачно-семейных, сексуальных и сопутствующих им отношений, поскольку именно на основе этих ценностных ориентаций осуществляется репродуктивное поведение данных индивидов. Характер, направленность и интенсивность преобладающих репродуктивных ценностных ориентаций категорий населения, ответственных за воспроизводство поколений, определяют в итоге преобладающее число детей в семьях. В свою очередь, основным компонентом репродуктивных ценностных ориентаций является репродуктивная потребность.

Поэтому чтобы с уверенностью говорить об устойчивом неэффективном функционировании института семьи в обществе, следует убедиться, что не только среднее число рождений в семьях, но и средняя величина репродуктивной потребности находится ниже уровня простого замещения поколений (т.е. 2,6 ребёнка на каждый брак). Недостаточно, таким образом, фиксировать только внешние проявления репродуктивного поведения, необходимо учитывать также потребности, установки и мотивы в данной сфере.

По поводу выделяемых функций семьи в отечественной и зарубежной научной литературе не существует серьёзных разногласий. Как правило, выделяются репродуктивная, социализирующая, экономическая, хозяйственно-бытовая, первичного социального контроля, социально-статусная, сексуальная, эмоциональная функции. Различия – только в подходах к оценке «значимости» для общества тех или иных функций семьи. Если отечественными исследователями семьи функции физического воспроизводства населения уделяется, как правило, самое пристальное внимание (традиция, основоположником которой является А.Г. Харчев), то западными социологами она обычно лишь упоминается, а приоритет в исследованиях отдаётся социализирующей функции.

Необходимо отметить важное разграничение (которое не принято в западной социологии) специфических функций семьи, т.е. вытекающих из сущ-

ности семьи и отражающих её особенности как социального явления, и неспецифических (выполняемых семьёй только в определённых исторических обстоятельствах). К специфическим функциям А.Г. Харчев относит репродуктивную и социализирующую, А.И. Антонов помимо указанных двух – ещё экзистенциальную (функцию содержания детей).

Важно также обратить внимание на существующее разграничение социальных и индивидуальных функций института семьи. В частности, под репродуктивной функцией института семьи чаще всего понимается репродуктивная социальная функция, т.е. возложенные обществом на семью «обязанности» по полноценному количественному и качественному физическому воспроизводству поколений, но не репродуктивная индивидуальная, которая состоит в удовлетворении потребности в детях на уровне отдельной личности или семьи как малой социальной группы. Успешное выполнение институтом семьи репродуктивной индивидуальной функции, т.е. полная реализация потребности в детях большинством населения, не обязательно означает успешное выполнение данным институтом репродуктивной социальной функции, т.е. рождение в среднем числа детей в семье, обеспечивающего хотя бы простое воспроизводство поколений.

Конфликт между индивидуальными и общественными потребностями, который является обычным состоянием любого общества, разрешается в большинстве случаев за счёт подчинения частных интересов общим. Это обеспечивается социальным контролем, который может быть либо экзогенным, т.е. жёстко закреплённые обществом социальные нормы и образцы поведения, за отклонение от которых следуют негативные санкции, либо эндогенным, когда социальные нормы и ценности жёстко не навязываются личности посредством внешней регуляции, а интернализуются ей в процессе социализации, в результате чего возникает потребность соответствовать и следовать им.

Проблема классификации семей является в отечественной и зарубежной науке не менее дискуссионной, чем проблема определения понятия «семья». С точки зрения предмета исследования социологии семьи наиболее интересны классификации семей как субъектов воспроизводства населения. В рамках такого подхода разрабатывалась классификация семей для Всесоюзных переписей населения СССР в 1970 и 1979 гг.:

- 1) семьи с одной супружеской парой, с детьми и без детей;
- 2) семьи с одной супружеской парой, с детьми и без детей, с одним из родителей супругов;
- 3) семьи с одной супружеской парой, с детьми и без детей, с одним из родителей супругов (или без него), с другими родственниками;
- 4) семьи с двумя и более супружескими парами, с детьми и без детей, с одним из родителей супругов (или без него), с другими родственниками (или без них);
- 5) матери с детьми;
- 6) отцы с детьми;
- 7) матери с детьми, с одним из родителей матери или отца;

8) отцы с детьми, с одним из родителей матери или отца;

9) прочие семьи.

В основу данной классификации положен простой и единственный принцип – наличие либо отсутствие в семье брачной пары. При этом семьёй считаются два и более человека, постоянно проживающие совместно, связанные отношениями родства или свойства и общим бюджетом. Несмотря на то, что в зависимости от добавления к супружеской паре или её осколку детей, родителей и других родственников всего таким образом выделяется девять типов семей, можно сгруппировать их в три более крупных:

- семьи без супружеской пары, т.е. не способные осуществлять репродуктивную функцию (5-9-й типы);

- семьи с одной супружеской парой; т.е. условно способные выполнять репродуктивную функцию, поскольку не указывается возраст супругов (1-3-й типы);

- семьи с двумя и более супружескими парами; т.е. способные с высокой долей вероятности осуществлять репродуктивную функцию (4-й тип).

Полученная таким образом классификация семейных групп имеет важное значение, т.к. подразделяет семьи в зависимости от их потенциальной способности к выполнению репродуктивной функции. Это вносит ясность в вопрос о том, что считать семьёй, а что – нет. Если семьёй считать малую группу, «социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения», то малая группа, не способная хотя бы потенциально к такому воспроизводству, семьёй считаться не может. Однако, если такое образование имеет все признаки семьи, кроме одного – потенциальной способности на определённых стадиях своего развития к осуществлению репродуктивной функции, более того, оно представляет собой результат распада семьи (вне зависимости от его причины), то в этом случае следует говорить о семейной группе.

Несколько иной смысл в понятие «семейная группа» вкладывает А.И. Антонов. Семейная группа, по его мнению, может считаться собственно семьёй только, если в ней полностью представлены отношения супружества-родительства-родства. В западной литературе для характеристики околосемейных образований, основанных на общем жилище и бюджете, чаще всего используется понятие «домохозяйство», но оно не тождественно понятию «семейная группа», поскольку может употребляться и по отношению к одиноко проживающим людям. Таким образом, семейной группой целесообразно называть двоих и более человек, связанных отношениями родительства, родства или свойства (но не супружества), проживающих в одном жилище и имеющих общий бюджет.

Указанные девять типов семейных групп учитывались и в семейной разработке переписи населения 1989 г., а при микропереписи населения 1994 г. в отдельный демографический тип были выделены следующие семьи: супружеская пара старшего поколения (дедушка и бабушка), их дочь – вдова, разведённая или одинокая мать с ребёнком (детьми) или сын – одинокий отец. Но и

приведённый дополнительный тип семьи не привносит ничего принципиально нового в рассмотренную классификацию, поскольку также принадлежит к группе семей, не имеющих брачной пары и, соответственно, не способных выполнять репродуктивную функцию.

Социализирующая функция семьи и социальный контроль

Представляет также интерес классификация семейных групп по такому основанию, как юридическая регистрация брака. Исходя из этого критерия, выделяют:

- семьи, основанные на юридически оформленном браке;
- фактические семьи (внебрачные сожительства);
- оформленные юридически, но проживающие раздельно супруги.

Если рассматривать в качестве основания для типологии семейных групп юридическую регистрацию брака, то также можно выделить семьи, являющиеся субъектами воспроизводства населения (первые два типа) и семьи, не являющиеся ими (третий тип). Юридически не регистрируемые брачные союзы являются субъектами воспроизводства населения лишь условно, т.к. создаются они, видимо, не с целью рождения и воспитания детей. Тем не менее, в подобном союзе вполне возможно рождение детей, кроме того, сам факт такого рождения может привести к юридическому оформлению супружеских отношений.

По этой же причине представляет интерес классификация в зависимости от этапа жизненного цикла семьи. Этот критерий используется в основном в зарубежной литературе. В США наиболее распространена следующая типология:

- семьи молодожёнов без детей;
- семьи с первым младенцем;
- семьи, где первый ребёнок поступает в школу;
- семьи, где младший ребёнок поступает в школу;
- семьи пожилых супругов, от которых отделяется последний ребёнок;
- семьи бабушки и дедушки;
- семьи пенсионеров.

Если информацию о юридических и фактических отношениях супругов соотнести с их возрастом или этапом жизненного цикла их семьи, то также можно получить достаточно достоверные данные о количестве субъектов воспроизводства населения в обществе. Что касается приведённой типологии семей по этапам их жизненного цикла, обращает на себя внимание то, что потенциальными субъектами воспроизводства населения являются первые четыре типа семей. Можно выделить в данной типологии дорепродуктивный период в развитии семей, собственно репродуктивный и после – или пострепродуктивный, в результате чего она примет следующий вид:

- семьи молодожёнов от момента фактического образования брачного союза (вне зависимости от его юридического статуса) до рождения первого ребёнка;
- семьи от момента рождения в них первого ребёнка до наступления совершеннолетия последнего;

- семьи с момента наступления совершеннолетия последнего ребёнка (вне зависимости от того, проживают ли взрослые дети вместе с родителями) до смерти одного из супругов.

На первом этапе происходит процесс взаимной адаптации молодых людей друг к другу и взаимного восприятия специфических норм и ценностей, принесённых обоими супругами из родительских семей. В этот период завершается формирование брачно-семейных и репродуктивных ценностных ориентаций, причём возможно разрушение некоторых прежних социальных шаблонов и стереотипов, что можно считать частичной де- и ресоциализацией. Масовые дефекты социализации супругов в молодых семьях могут способствовать повышению разводимости, увеличению числа производимых абортов, снижению рождаемости в обществе. Далее наступает период собственно реализации репродуктивных планов, построенных на основе окончательно сформировавшихся репродуктивных ценностных ориентаций.

Литература

1. Мацковский М.С. Социология семьи: Проблемы теории, методологии и методики. – М., 1989.

2. Гавров С.Н. Историческое изменение институтов семьи и брака // Учебное пособие по специальностям «Социология» и «Социальная антропология»// <http://www.bibliotekar.ru/gavrov-2/index.htm>

Тема №2. Характеристика семьи как целостной системы

Жизнь семейной системы подчиняется двум законам: закону гомеостаза и закону развития. Закон гомеостаза гласит: всякая система стремится к постоянству, к стабильности. Для семьи это означает, что она в каждый данный момент своего существования стремится сохранить status quo. Нарушение стабильности всегда болезненно для всех членов семьи, несмотря на то, что события могут быть и радостными, и долгожданными, например – рождение ребенка, распад мучительного брака и т. п.

Одновременно действует закон развития: всякая семейная система стремится пройти полный жизненный цикл. Было замечено, что семья в своем развитии проходит определенные стадии, связанные с некоторыми неизбежными объективными обстоятельствами. Одним из таких обстоятельств является физическое время. Возраст членов семьи все время меняется и обязательно меняет семейную ситуацию. Как показал Эрик Эриксон, каждому возрастному периоду в жизни человека соответствуют определенные психологические потребности, которые человек стремится реализовать. Вместе с возрастом меняется и отношение к жизни вообще и к близким людям в частности. Это определяет стиль общения и, соответственно, саму семью. Рождение ребенка, смерть старого человека – все это существенно меняет структуру семьи и качество взаимодействия ее членов.

Семейная система – это открытая система, она находится в постоянном взаимообмене с окружающей средой. Семейная система – это система самоорганизующаяся, то есть поведение системы целесообразно, и источник преобра-

зований системы находится внутри ее самой. Отсюда следует, что люди, составляющие семью, совершают поступки под влиянием правил функционирования данной семейной системы, а не под влиянием своих потребностей и мотивов.

Семья – это естественная группа, в которой со временем возникают стереотипы взаимодействий. Эти стереотипы создают структуру семьи, определяющую функционирование ее членов, очерчивающую диапазон их поведения и облегчающую взаимодействие между ними. Та или иная жизнеспособная структура необходима для выполнения главных задач семьи – поддерживать индивидуальность, в то же время, создавая ощущение принадлежности к целому.

Как правило, члены семьи не ощущают себя частью этой семейной структуры. Каждый человек считает себя самостоятельной единицей, неким целым, взаимодействующим с другими самостоятельными единицами. Каждый член семьи знает, что дозволено, какие силы противодействуют нарушению правил, что представляет собой система контроля и насколько она эффективна.

Семья как система выполняет свои функции с помощью определенных механизмов:

- структуры семейных ролей;
- структуры семейных подсистем;
- внешних и внутренних границ между ними.

К параметрам семейной системы относятся также:

- гласные и негласные правила жизни в семье;
- особенности (стандарты, стереотипы) взаимодействия;
- семейные мифы;
- семейная история (тема);
- семейные стабилизаторы.

Структура семейных ролей. Структура семейных ролей предписывает родственникам, что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, вступая друг с другом в отношения. Повторяющиеся взаимодействия устанавливают определенные стандарты, которые, в свою очередь, определяют, с кем и как вступать во взаимодействие. В нормально функционирующих семьях структура ролей целостная, динамичная и позволяет использовать альтернативные варианты. Под «ролью» в психологии и социальной психологии чаще всего понимаются «нормативно одобренные формы поведения, ожидаемые от индивида, занимающего определенную позицию в системе общественных и межличностных отношений» (Петровский, Ярошевский, 1985). Кроме самого поведения, в понятие «роль» включаются также «желания и цели, убеждения и чувства, социальные установки, ценности и действия, которые ожидаются или приписываются человеку, занимающему в обществе определенное положение» (Петровский, Ярошевский, 1985).

При неудовлетворении потребностей членов семьи в рамках сложившейся структуры они прилагают усилия к поиску альтернативных вариантов выполнения ролей. Под патологизирующими семейными ролями понимают такие,

которые в силу своей формы и содержания оказывают психотравмирующее воздействие на членов семьи.

Кроме перечисленных моментов (действительное поведение; ожидаемое поведение; чувства; цели, к которым должен стремиться человек, выполняющий определенную социальную роль), роль включает также санкции и нормы. Нормы – это «определенные правила, которые выработаны группой, приняты ею и которым должно подчиняться поведение ее членов, чтобы их совместная деятельность была возможна». Нормы определяют, что конкретно должно выполняться носителем роли: мать должна помогать детям в овладении различными умениями и навыками, контролировать их поведение, в случае необходимости – наказывать. Санкция – это реакция на выполнение или невыполнение роли. Особую роль играют внутренние санкции – наказание или поощрение за выполнение своей роли, исходящее от самого индивида.

Важное значение для исследования семейных ролей имеет дифференциация конвенциональных и межличностных ролей. Конвенциональные роли – это роли, определенные правом, моралью, традицией для любого человека. Например, права и обязанности любой матери по отношению к детям и детей по отношению к матери закреплены законодательно, они конкретизируются моралью и традицией. В результате самые общие требования и права установлены для любой матери, вне зависимости от ее личных особенностей, склонностей, способностей. Иное дело – межличностные роли (например, «любимчик»). Особенности роли в немалой степени зависят от конкретной семьи и индивида. Определяя разницу между конвенциональными и межличностными ролями, известный социальный психолог Т. Шибутани пишет: «Конвенциональные роли стандартизованы и безличны; права и обязанности остаются одинаковыми, независимо от того, кто эти роли исполняет. Но те права и обязанности, которые устанавливаются в межличностных ролях, целиком зависят от индивидуальных особенностей участников, их чувств и предпочтений». Как конвенциональные, так и межличностные роли в семье складываются под влиянием широкого круга обстоятельств: право, обычаи, моральные установки, а для межличностных ролей еще и особенности личности членов семьи, условия, в которых семья живет. Однако какие бы факторы ни участвовали в возникновении роли, необходимо, чтобы сама она и вся система ролей в данной семье соответствовали определенным требованиям.

1. Они должны обладать цельностью. Если ожидания, направленные на определенную роль, противоречивы, появляются серьезные трудности в ее выполнении (например, когда мать требует от сына, чтобы он был нежным, мягким, послушным и одновременно – мужественным, независимым).

2. Совокупность ролей, которые человек выполняет в семье, должна обеспечивать удовлетворение его потребностей в уважении, признании, симпатии. Так, роль мужа возлагает на мужчину не только обязанность материально обеспечивать свою жену, но также дает ему право ожидать от нее любви, привязанности, удовлетворения сексуально-эротических потребностей.

3. Важно, чтобы выполняемые роли соответствовали возможностям члена семьи. Когда требования непосильны, возникает нервно-психическое напряжение и тревога (как следствие невозможности справиться с ролью). Примером тут может служить «ребенок, исполняющий роль родителя» в ситуации, когда из-за отсутствия старших или их личностных нарушений ему приходится брать на себя их обязанности.

4. Система должна удовлетворять потребности не только носителя конкретной роли, но и других членов семьи. Ролевая структура, при которой отдых одного человека обеспечивается за счет непомерного труда его близких, а разрядка эмоционального напряжения достигается с помощью «вымещения на другом», легко может стать психотравмирующей.

Распределение ролей всегда связано с ценностями и верованиями относительно того, как члены семьи должны себя вести. Оно во многом определяется условиями воспитания самих родителей.

Выделяют *три типа распределения семейных ролей*:

- централистический (или авторитарный, с оттенками патриархальности), когда во главе стоит один из супругов (нередко жена), которому принадлежит верховная власть в решении основных вопросов семейной жизни;
- автономный – муж и жена распределяют роли и не вмешиваются в сферу влияния другого;
- демократический – управление семьей лежит на плечах обоих супругов приблизительно в равной мере.

Выделяют также два способа распределения ролей. В одних случаях роль приписывается человеку автоматически, с учетом его пола и возраста; это может быть роль матери, отца, сына или дочери. В других случаях роли выбираются исходя из социального положения и личных особенностей человека. Это относится к ролям лидера, ведомого, «козла отпущения» и другим. Сочетание предписанных и выбранных ролей в той или иной семье формирует их определенный набор и отражает семейную структуру.

Каждый член семьи ведет себя в соответствии с определенной системой ролей и может одновременно играть несколько ролей. Роли могут ограничивать человека или могут способствовать его личностному росту и развитию. Роли членов семьи относятся к трем основным уровням:

- индивидуальные роли на уровне семьи;
- роли на уровне подсистем, например, на уровне подсистемы родитель – ребенок, подсистемы сиблингов и т. д.;
- роли, которые семья в целом играет в обществе.

Структура семейных подсистем. Семья – сложная система, состоящая из многих людей, однако сама она представляет собой подсистему больших систем – расширенной семьи, группы, общества в целом. Взаимодействие с этими большими системами порождает значительную часть проблем и задач семьи, а также системы ее поддержки.

Кроме того, в семье существуют дифференцированные подсистемы. Такую подсистему представляет собой каждый человек или диада, например муж

и жена. Более обширные подгруппы образуют поколения (подсистема сиблингов), половые группы (дед, отец и сын) или функциональные группы (родительская подсистема). В рамках семейной системы особое значение, помимо индивида, имеют три подсистемы: супружеская, родительская и подсистема сиблингов.

Семейные подсистемы, или холоны (от греч. «холос» – целое – с суффиксом «он», что означает частицу или часть), – это более дифференцированная совокупность семейных ролей, которая позволяет избирательно выполнять определенные функции и обеспечивать жизнедеятельность. Один из членов семьи может быть участником нескольких подсистем – родительской, супружеской, детской, мужской, женской и др. Однако одновременное функционирование в нескольких подсистемах обычно малоэффективно.

Индивидуальный холон. Понятие об индивидуальном холоне предполагает представление о «собственном „Я“ в контексте». Оно включает в себя личностные и исторические детерминанты собственного «Я», а также текущее влияние социального контекста. Специфические взаимодействия с другими людьми создают и усиливают те аспекты личности, которые соответствуют контексту. В свою очередь, индивид оказывает влияние на других людей, которые так или иначе взаимодействуют с ним, поскольку его реакции вызывают и усиливают их реакции. Происходит постоянный круговорот взаимных влияний и реакций, поддерживающий определенный стереотип. В то же время и индивид, и контекст способны проявлять гибкость и изменяться.

Супружеский холон. Началом существования семьи принято считать тот момент, когда объединяются двое взрослых, мужчина и женщина. Соглашение о создании семьи не теряет силы и в тех случаях, когда оно не оформлено юридически. У каждого из новых партнеров есть свой набор ценностей и ожиданий, как осознанных, так и бессознательных, начиная с ценностей, связанных с самоопределением, и кончая тем, следует ли по утрам завтракать. Чтобы сделать совместную жизнь возможной, эти два набора ценностей со временем надо привести в соответствие. Каждый из супругов должен отказаться от части своих идей и склонностей, теряя индивидуальность, но приобретая чувство принадлежности к семье. В ходе этого процесса формируется новая система.

Постепенно рождающиеся при этом стереотипы взаимодействия обычно не осознаются как таковые. Они просто существуют, составляя фундамент жизни – необходимый, но не замечаемый. Одна из жизненно важных задач супружеской подсистемы – выработка границ, которые ограждают каждого из супругов, оставляя ему территорию, необходимую для удовлетворения собственных психологических потребностей без вмешательства родственников, детей и других членов семьи. Адекватность таких границ – один из важнейших аспектов жизнеспособности семейной структуры.

Супружеская подсистема имеет жизненно важное значение для развития ребенка. Она предоставляет ему модель интимных взаимоотношений, проявляющихся в повседневных взаимодействиях. В супружеской подсистеме ребенок видит примеры того, как выражать привязанность и любовь, как относиться

к партнеру, испытывающему стресс, и как преодолевать конфликты на основе равноправия. То, что видит здесь ребенок, становится частью его ценностей и ожиданий, когда он вступает в контакты с внешним миром.

Родительский холон. Родительский холон связан с функциями ухода за детьми и их воспитания. Однако взаимодействия, в которых участвует ребенок в рамках этой подсистемы, сказываются и на многих других аспектах его развития. Здесь ребенок знакомится с тем, чего он может ожидать от людей, располагающих большими, чем он, возможностями и силами. Он учится воспринимать власть как нечто разумное или же как проявление произвола. Он узнает, будут ли удовлетворены его нужды, и усваивает наиболее эффективные способы выражать свои желания так, как это принято в его семье. В зависимости от того, как реагируют на него старшие и соответствует ли такая реакция его возрасту, у него формируется ощущение своей адекватности. Он узнает, какие виды поведения поощряются, а какие нет. Наконец, внутри родительской подсистемы ребенок усваивает свойственный его семье способ разрешения конфликтов и стиль переговоров.

Состав родительского холона может варьировать в широких пределах. Он может включать в себя деда или тетку. Или один из родителей может туда практически не входить. Он может включать в себя ребенка с родительскими функциями – ребенка – родителя, которому делегировано право оберегать и наказывать своих сиблингов.

Холон сиблингов. Сиблинги образуют первую группу равных, в которую вступает ребенок. В этом контексте дети оказывают друг другу поддержку, получают удовольствие, нападают, избирают «козлов отпущения» и вообще учатся друг у друга. Они вырабатывают собственные стереотипы взаимодействий – ведения переговоров, сотрудничества и соперничества. Они обучаются дружить и враждовать, учиться у других и добиваться признания. Как правило, в этом постоянном процессе взаимообмена они занимают различные места, что укрепляет в них как ощущение принадлежности к группе, так и сознание возможностей индивидуального выбора и наличия альтернатив в рамках системы. Эти стереотипы приобретут большое значение впоследствии, когда дети будут переходить во внесемейные группы равных, в систему школы и позже – в мир работы.

В хорошо функционирующих семьях правила взаимодействия в родительской и детской подсистемах отличаются от правил в родительско-детских подсистемах. Так, родительские диады в целом показывают более высокую степень сплоченности, чем подсистемы родитель – ребенок.

Внешние и внутренние границы. Границы между подсистемами – это правила, которые определяют, кто и каким образом выполняет семейные функции в определенном аспекте семейной жизни. Любая система имеет свои границы, задающие ее структуру и динамику функционирования. Внешние границы в норме способствуют формированию идентичности семьи. Внешние границы – это границы между семьей и социальным окружением. Они проявляются в том, что члены семьи ведут себя по-разному друг с другом и с внешним окру-

жением. Внутренние границы – структурированию психологического пространства семьи, что в конечном итоге дает сильный импульс к развитию. Внутренние границы семьи задаются посредством разницы в поведении среди членов различных подсистем. Границы бывают жесткие, размытые и проницаемые.

Другим принципом, используемым специалистом при системной оценке семьи и тесно связанным с понятием границ, является определение степени открытости семейной системы и того, с какой интенсивностью протекают процессы энергоинформационного обмена внутри системы, а также аналогичные процессы между ней и окружающей средой. Границы семьи всегда в той или иной степени проницаемы, благодаря чему она может расти и развиваться. Чем в большей мере семейная система закрыта для поступления новой энергии и информации, тем меньше ресурсы, необходимые для удовлетворения ее постоянно растущих потребностей. Оценка степени открытости семьи сопряжена с определением возможности ее роста и удовлетворения потребностей ее членов, а также ее следования внешним требованиям. Подобная оценка предполагает получение сведений о том:

- насколько гибкими являются границы семьи;
- каким образом осуществляется «фильтрация» информации – как входящей в семью, так и исходящей из нее;
- кто из членов семьи является источником новой информации или занимается ее обработкой и передачей;
- каким образом семья поддерживает свою целостность.

В нормально функционирующих семьях границы между подсистемами ясно очерчены и проницаемы. В дисфункциональных семьях наблюдаются либо слишком жесткие, либо размытые границы. В первом случае коммуникация между подсистемами резко ограничена; не происходит обмена информацией. Во втором – стрессы, переживаемые в одной подсистеме, легко иррадиируют в другие.

Если внешние границы жесткие (семья живет очень замкнуто, гости приходят редко, по конкретным поводам и только по приглашению), то у членов семьи нередко возникает страх перед окружающим миром, не формируются навыки общения с другими людьми. В результате внутренние границы между подсистемами становятся размытыми. Например, в таких семьях родители могут посвящать детям много времени и нередко берут на себя ответственность за их дела. Возникает поведенческое оформление размытых границ: мама делает с ребенком уроки, и поэтому он за них не отвечает. И если ребенок получит двойку, то это не его двойка – это двойка мамы.

Существует определенная закономерность: чем в большей степени закрыты внешние границы семейной системы, тем в большей степени открыты границы внутрисемейных подсистем. Расстановка границ семейных подсистем определяет коалиции, существующие в семье. Недостаточно четкие границы между подсистемами не только тормозят развитие семьи и взросление ее членов, но также способствуют образованию коалиций – объединений между родствен-

никами. Коалиции, как правило, предполагают наличие триангуляции – использования третьего лица для решения конфликта между двумя другими членами семьи.

Функциональные коалиции – это супружеская подсистема и детская подсистема. Остальные варианты коалиций, как правило, дисфункциональны. Дисфункциональные коалиции, указывающие на наличие проблем в семье, – это, например, подсистема мамы и детей, с одной стороны, и папы – с другой. Или мама с одним ребенком против папы с другим ребенком. Или жена со своими родителями в коалиции против мужа с его родителями. Семейные коалиции указывают на структуру и иерархию в семье, а также на семейную проблему.

Семейные правила. Семью можно рассматривать как систему, функционирующую по определенным правилам. Ее члены ведут себя в соответствии с организационной моделью повторяющихся действий. Некоторые семейные правила *устанавливаются открыто*, например: «Дети не должны разговаривать, когда говорят взрослые», «Стучи перед тем, как открыть дверь», «Нельзя есть продукты из холодильника без разрешения мамы», «Никогда не повышай голоса», «Нельзя бить девочек» и т. д. Другие правила *скрытые*, они обычно выводятся из повторяющихся ситуаций, которые происходят в семье. Скрытые правила очень сильны, так как они устанавливаются негласно и создают ощущение загадочности: «Не говори ни о чем сексуальном, это расстроит маму», «Девочки должны приучаться к обязанностям по домашнему хозяйству, в то время как мальчики должны выполнять мужскую работу».

Правила, заданные социумом и культурой, разделяют многие семьи, а бывают правила уникальные для данной семьи. Культурные правила семейной жизни известны всем: например, все знают, что родители не должны заниматься любовью на глазах у детей. Уникальные правила известны только членам семьи.

Правила касаются самых разных сторон семейной жизни – от распределения ролей, функций и мест в иерархии до распорядка дня и позволения открыто выражать свои мысли и чувства. Правила показывают, что в семье можно делать, а что нет, что считается хорошим и плохим, то есть они представляют собой элемент семейной идеологии.

Правила передаются в новую семью – правила ведения хозяйства, семейного бюджета, разрешения конфликтов.

Правила возникают на разных стадиях жизненного цикла, нередко противоречат друг другу, и поэтому близкие постоянно должны о них договариваться. Бывает и так, что своим неконструктивным поведением члены семьи провоцируют установление правил, их не удовлетворяющих.

Закон гомеостаза требует сохранения семейных правил в постоянном виде. Их изменение – болезненный момент для всех членов семьи. Если кто-то из семьи или посторонних людей (гость, учитель) нарушит правило, он может стать нежелательной персоной и даже врагом семьи.

Ригидные (жестко заданные и трудно изменяемые) правила нарушают семейное функционирование. Там, где их можно менять, где можно заново договориться, – семейная дисфункция наступает реже. Отсутствие семейных правил и норм также представляет серьезную опасность для психического здоровья. Многие дети и подростки с делинквентным поведением – выходцы из таких семей. Нечеткость правил и норм, их противоречивость, непроговоренность способствуют росту тревоги, вызывают замешательство, ведут к неустойчивости личности и семьи.

Семейные правила взаимосвязаны и в совокупности составляют систему семейных взаимоотношений – стандарты взаимодействия.

Стандарты (стереотипы) взаимодействия – это устойчивые способы поведения членов семьи, их поступки и сообщения, которые часто повторяются. Примерами стандартов взаимодействия может служить подшучивание членов семьи друг над другом, подчеркнутое уважение, постоянное выражение недовольства и пр. В таких стереотипах, как правило, доминирует определенное эмоциональное отношение к члену (членам) семьи: обвинение, раздражение, принятие, восхищение, презрение, отчуждение, страдание, тревога и пр..

Стандарты взаимодействия членов семьи проявляются в общении; под общением здесь понимается абсолютно любое событие, происходящее в семье. Опоздание и умолчание, откровенные разговоры и общее веселье, покупки и приготовление еды – все это информативное, особенное, уникальное для данной системы общение. Даже, казалось бы, отсутствие общения, молчание есть мощное информативное сообщение.

При этом стандарт поведения одного члена семьи нередко тесно связан со стандартом другого и даже управляет им (циркуляция информации). В семье происходит много повторяющихся событий, и каждое из них является определенным сообщением для всех ее членов.

Все стандарты взаимодействия можно рассматривать как акты семейной коммуникации, которые включают в себя определенные сообщения, то есть имеют определенный смысл для членов семьи. Коммуникация подразделяется на ряд этапов, обеспечивающих процесс обмена информацией между близкими: 1) выбор содержания сообщения, 2) его кодировка, 3) передача, 4) декодировка, 5) выбор содержания ответного сообщения.

Послания могут быть одноуровневыми и многоуровневыми. Звук захлопнувшейся двери – одноуровневый, он передается только по слуховому каналу. В непосредственном общении между людьми послания всегда двухуровневые – вербальные и невербальные. Они являются конгруэнтными, если их содержание, передаваемое по двум каналам, совпадает. Порывистые, резкие движения, хлопанье дверью, грохот кастрюль выражают без слов и душевное состояние человека, и то, что он хочет, чтобы члены его семьи знали об этом состоянии. Возможно, это призыв к помощи, жалоба или упрек: «Посмотрите, до чего вы меня довели» и т. п. Если это будет сопровождаться соответствующим текстом, то картина станет полной и завершенной. Вербальная и невербальная части сообщения дополняют друг друга, находятся в гармонии. Однако нередко бывает

так, что эти части сообщения вовсе не находятся в гармонии, более того, противоречат друг другу.

Стандарты взаимодействия могут охватывать широкий поведенческий диапазон и временные рамки. Некоторые из них играют важную роль в генезисе нарушений психического и соматического здоровья, тогда их называют патогенными стандартами взаимодействия. Многочисленные исследования показывают, что стиль эмоционального общения в семье, в котором доминируют негативные эмоции, постоянная критика, унижение, устрашение партнера, неверие в него, ведет к снижению самооценки и самоуважения, к росту внутреннего напряжения, тревоги, агрессии и, как следствие, к невротическим и психосоматическим расстройствам. Еще одним патогенным стандартом взаимодействия является полное или частичное сокрытие какой-либо информации (наличие «семейного секрета»), что неизбежно вызывает рост тревоги и напряжения, способствует развитию депрессии и разобщенности у членов семьи.

Семейные мифы. Семейные правила составляют внешнюю основу «семейных мифов». Этот термин, предложенный А.Х. Феррейрой, обозначает определенные защитные механизмы для поддержания единства в дисфункциональных семьях. Т.М. Мишина ввела понятие «мы» или «образ семьи», под которым понимается целостное интегрированное образование – семейное самосознание. Одной из наиболее важных функций семейного самосознания является регуляция поведения семьи, согласование позиций отдельных ее членов. Адекватный образ «мы» определяет стиль жизни семьи, в частности супружеских отношений, характер и правила индивидуального и группового поведения. Неадекватный образ «мы» – это согласованные селективные представления о характере взаимоотношений в дисфункциональных семьях, создающие для каждого члена семьи и для семьи в целом внешний образ в глазах публики – «семейный миф». Цель такого мифа – закамуфлировать семейные конфликты и неудовлетворенные потребности и согласовать идеализированные представления членов семьи друг о друге.

Под «семейным мифом» многие исследователи также понимают определенное неосознаваемое взаимное соглашение между членами семьи, функция которого состоит в том, чтобы скрывать от осознания отвергаемые образы (представления) о семье в целом и о каждом ее члене. Вот некоторые наиболее распространенные мифы:

- счастливые супруги не спорят, большинство людей находят удовлетворение всех своих потребностей в системе семьи;
- пространственная близость необходима для сплоченности семьи. Этот миф создает огромные проблемы в тех случаях, когда отсутствие кого-либо из членов семьи является неизбежным в случае вступления в брак, смерти, поступления детей в учебные заведения и т. д.;
- в благополучных браках супруги всегда все рассказывают друг другу;
- люди, которые действительно любят друг друга, должны знать о всех желаниях и потребностях партнера;

- появление ребенка, любовной связи или получение развода разрешит все проблемы.

Миф задает норму чувствования. Миф порождает правила и ритуалы. Нарушение правил, особенно систематическое, может разрушить миф. Миф – это знамя, под которое собирается семья, это девиз, это вера. Если кто-то в семье не разделяет семейного мифа, он не может быть членом этой системы, система его изгоняет. Единственный случай, когда это возможно, если у семьи есть миф о бунтаре. Тогда несогласие с основным мифом подтверждает другой миф, и система остается без изменений.

Семейный миф – это некая формообразующая и объединяющая всех членов семьи идея или образ, это знание, разделяемое всеми членами семейной системы. Это ответ на вопрос: «Кто мы?» Например, частый ответ такой: «Мы дружная семья». Это значит, что в данной семье не может быть открытых конфликтов и уж тем более при детях. Сор из избы не выносят никогда; отношения не выясняют открыто, все противоречия замазывают. Принято всюду бывать вместе, так как миф требует распространения в обществе, своего рода «издания». Любое поведение членов семьи по отношению друг к другу, каким бы оно ни было, понимается как проявление добрых чувств.

Для «дружной семьи» характерны трудности отделения подростков от родителей. Дети в таких семьях часто включены в обслуживание психологических потребностей родителей и именно поэтому не могут начать жить своей жизнью, оставаясь все время «на посту».

Другой пример семейного мифа – миф о спасителе: «Что бы мы делали без...». В семье обязательно должен быть человек, который держит всю семью на руках. Понятно, что, для того чтобы всем помогать, необходимо, чтобы окружающие были в какой-то мере инвалидами, а то получится, что спаситель никому не нужен. Это может быть «спасение» как моральное, так и физическое, иногда – и то и другое вместе.

В последнее время часто наблюдается еще один семейный миф. Этот миф особенно ярко проявляется в тех семьях, где высоко ценят образование, творчество, созидательный труд. Дисфункция часто проявляется у детей в виде школьной дезадаптации. Миф называется «Мы – люди». Идея мифа состоит в том, что человек должен совершать в течение всей жизни определенные действия для того, чтобы подтверждать свою специфическую человеческую сущность. Если этого не делать, то автоматически происходит «оскотинивание и озверение».

Миф необходим тогда, когда границы семьи находятся под угрозой. Это бывает в тех случаях, когда посторонний человек входит в семью, когда семья меняет социальное окружение, или в моменты каких-то серьезных социальных перемен. Кроме того, семейный миф ярко проявляется в случае семейной дисфункции. Жесткая семейная идентичность, выраженная в мифе, наряду с симптоматическим поведением идентифицированного пациента – самое мощное средство поддержания патологического гомеостаза семейной системы.

Предполагается, что существует некая закономерность смены мифа. Например, миф о «героях» в следующих поколениях нередко преобразуется в миф о «спасателях». Передача семейных мифов из поколения в поколение позволяет изучать эволюцию семейного контекста в виде семейной истории.

Семейная история (тема). Все перечисленные выше параметры семейной системы рассматриваются в контексте истории становления семьи. Семейное прошлое складывается из прошлого опыта жизни членов семьи, из того, что они пережили в семье своих родителей и в прошлых браках или во внебрачных отношениях. Из прошлого человек привносит в свою семью, во-первых, правила и мифы своей родительской семьи – в неизменном виде или в негативном отображении, во-вторых, ожидания и потребности, которые сформировались под влиянием прошлого опыта.

Семейная история (тема) – это специфическая, несущая эмоциональную нагрузку проблема, вокруг которой формируется периодически повторяющийся в семье конфликт. Тема определяет способ организации жизненных событий и внешне проявляется в стереотипах поведения, которые воспроизводятся из поколения в поколение. Этот параметр впервые начал изучать Мюррей Боуэн, который показал, что со временем в семье происходит накопление дисфункциональных паттернов, что, в конце концов, приводит к патологии ее членов. Для записи семейных историй Боуэн предложил метод генограммы.

От идеи трансмиссии Боуэна берет начало также понятие «семейного сценария» – устойчивых паттернов структурной организации и микродинамики семьи, повторяющихся из поколения в поколение. История семьи может быть связана с непредсказуемыми жизненными событиями, такими как смерть одного из родственников, внезапная болезнь, рождение внебрачного ребенка, развод родителей, вынужденная перемена места жительства. Эти события обозначают термином «системная травма». Эффект подобных происшествий может быть разрушительным для семьи, несмотря на ее попытки к ним приспособиться. Если в роду имела место системная травма, то под влиянием семейной темы и механизма идентификации кто-то из рожденных позже неосознанно начинает подражать «герою» семейной истории и тем самым «реанимирует» чужую судьбу. Причем этот путь сознательно не выбирают, в нем не отдают себе отчета и поэтому ему не сопротивляются.

Изучение семейной истории позволяет лучше понять:

- что лежит в основе выбора брачного партнера;
- как способ взаимодействия супругов между собой и с детьми соотносится с моделями взаимоотношений в их родительских семьях;
- какие изменения претерпели структура нуклеарной семьи и характер коммуникации в ней в ходе исторического развития и какие события оказали на семью наибольшее влияние;
- какие события предшествуют актуальному семейному кризису и почему семья пришла на прием к психотерапевту именно сейчас;
- место и функции симптоматического поведения в более широком семейном и историческом контексте.

Семейные стабилизаторы. Семейный стабилизатор – это то, что скрепляет систему, что помогает людям держаться вместе. Все описанные выше параметры являются стабилизаторами, особенно семейный миф. В определенном смысле семья – это группа людей, разделяющая общий миф. Общий миф или общие мифы – условие необходимое, но недостаточное для существования семьи. В разные периоды жизни семьи работают разные стабилизаторы. Общие дела: хозяйство, распределение функций, общий бюджет, общие дети, страх одиночества – это обычные стабилизаторы, которые естественно присутствуют в каждой семье. Внешняя макросистема – также неплохой стабилизатор, особенно в тех обществах, где общепризнана ценность брака, где одинокие женщины или одинокие мужчины воспринимаются как неудачники. Там сам факт развода воспринимается как негативное явление и общественное мнение является стабилизатором семьи.

Стабилизаторы выступают как важные факторы интеграции семьи. К стабилизаторам также можно отнести общее место проживания, общие материальные и духовные ценности, традиции и ритуалы, совместные занятия и развлечения, эмоциональные отношения между членами семьи и даже болезни и проблемы. Стабилизаторы бывают функциональными и дисфункциональными. В первом случае они способствуют удовлетворению потребностей семьи, во втором – препятствуют реализации ее функций.

Общее место проживания на первых этапах жизненного цикла семьи стабилизирует семейную систему, позволяет комплексно осуществлять все ее функции. Однако когда дети вырастают и образуют свои семьи, совместное проживание с родителями может вносить напряжение в отношения между поколениями, препятствовать развитию и автономии новой семейной системы (Эйдемиллер и др., 2003).

Дети стабилизируют брак, объединяя своих родителей в общем деле – заботе и воспитании. Однако затем дети вырастают и уходят из семьи. И тогда брак нередко нарушается, потому что вдруг оказывается, что у супругов нет ничего общего, кроме родительских обязанностей.

Традиции и ритуалы – важный фактор стабилизации семейной системы, опорный элемент, укрепляющий ее и редуцирующий тревогу у ее членов. Совместным ритуалом может быть празднование дня рождения всех членов семьи, посещение двоюродной бабушки на Пасху и Рождество, обязательные новогодние подарки. Семьи с дефицитом традиций, как правило, разобщены, а их члены страдают от изоляции и тревоги. В то же время излишний ритуализм может быть дисфункциональным.

Семейные ценности – это выработанный, открыто одобряемый и культивируемый семейным сознанием идеал, в котором содержатся абстрактные представления об атрибутах должного в различных сферах жизнедеятельности. Семейные ценности входят в психологическую структуру личности каждого члена семьи как важный источник мотивации его поведения (быть образованным и культурным, социально успешным, материально обеспеченным и пр.). Однако любая ценность, выраженная чрезмерно или не подкреплённая физиче-

скими и психологическими возможностями членов семьи, как правило, усиливает риск нарушения их психического и соматического здоровья, поскольку они не могут соответствовать высоким стандартам жизни и деятельности.

Общие занятия и увлечения – один из наиболее мощных стабилизаторов семьи. Родителей объединяет забота о детях, профессиональные интересы. Всех членов семьи связывает совместный отдых, посещение театра, просмотр кинофильмов и телепередач, увлечение музыкой и пр. Однако в ряде случаев обязательное участие в общих занятиях вызывает напряжение, протест и конфликты.

Семью стабилизируют эмоциональные отношения, в первую очередь – отношения любви и привязанности. В то же время слепая любовь матери к ребенку или чрезмерная привязанность взрослой дочери к родителям неизбежно приведет к дисфункциям на уровне личности и семьи.

Однако соматические расстройства и поведенческие нарушения у члена семьи нередко являются прямым следствием того, что он принадлежит к дисфункциональной (ригидной) семейной системе. Вне зависимости от изменения внешних и внутренних условий она упорно старается сохранить привычные стандарты взаимодействия между элементами своих подсистем и другими системами. В результате такая семья может блокировать актуальные потребности самого слабого члена (чаще всего ребенка или подростка). И тогда у него возникает какое-либо заболевание (соматическое, психосоматическое, психическое) или поведенческое отклонение.

Ребенок как «носитель симптома» позволяет семье сохранять прежде сложившиеся отношения. Например, если у него часто болит живот, членам семьи позволено его опекать, ограждать и жалеть. Если он употребляет наркотики – семья должна его постоянно держать в центре внимания и строго контролировать. Такое симптоматическое поведение является непроизвольным, неосознанным и не поддается регуляции со стороны пациента. Оно оказывает сильное влияние на других людей и может быть выгодно не только пациенту, но и его близким. Носитель симптома выступает как «идентифицированный пациент» – член семьи, клинико-психологические и поведенческие проблемы которого заставляют родственников объединиться и обратиться за психологической помощью. Однако, если рассматривать семью как саморегулирующуюся систему, а симптом – как механизм регуляции, понятно, что в случае устранения симптома вся система потеряет стабильность и будет вынуждена перейти на другой уровень функционирования. Специфика дисфункциональной семьи – это ригидность, желание сохранить статус-кво, поэтому нередко она неосознанно сопротивляется изменениям и старается сохранить симптом, несмотря на свое обращение к специалисту за помощью.

Литература

1. Карабанова О. А. Психология семейных отношений: Учебное пособие. — Самара: Издательство СИОКПП, 2001. — 122 с. [Источник: <http://psychlib.ru/mgppu/kps-2001/kps-001.htm#hid44>]

2. Семья как система. Параметры семейной системы.
<https://studfiles.net/preview/6171367/page:1,2/>

3. Классификация семейно-брачных отношений
<https://studfiles.net/preview/5862520/page:5/>

Модуль 2. Брак и семья

Тема №3. Формирование супружеской пары

В формировании супружеской пары различают два периода: добрачный (до принятия парой решения о вступлении в брак) и предбрачный (до заключения брачного союза).

Эмпирически доказано, что источником трудностей в семейной жизни могут стать особенности выбора партнера, характер добрачного и предбрачного ухаживания, принятие решения о вступлении в брак.

При исследовании супружеской пары (брачного союза), обратившейся в психологическую консультацию, необходимо понять, что свело супругов вместе и до настоящего времени поддерживает их брак, каким образом проходил процесс формирования супружеской пары, как каждый из них выбирал партнера – на основании одного лишь сходства с собой или опираясь на более сложные эмоциональные и средовые факторы.

Теории выбора брачного партнера

Одним из первых стал размышлять над причинами вступления в брак основатель классического психоанализа З. Фрейд. Его психоаналитическая теория опирается на предположение о влечении, которое дети испытывают к родителям противоположного пола. Благодаря сложному бессознательному процессу они могут переносить любовь, испытываемую ими к этому родителю, на другие, общественно одобряемые, объекты – на своих потенциальных супругов. Вероятно, поэтому многие юноши хотели бы встретить будущую спутницу жизни, похожую на их мать, и очень часто девушки обращают внимание на юношей, похожих на их отцов.

Желание объяснить механизм брачного выбора привело к созданию ряда концепций.

Наибольшее распространение и популярность в зарубежной социальной психологии получили теории комплементарных потребностей Р. Уинча, теория «стимул-ценность-роль» Б. Мурстейна, инструментальная теория подбора супругов Р. Сентерса, теория «фильтров» А. Керкгоффа и К. Дэвиса, «круговая теория любви» А. Рейса.

Теория комплементарных потребностей (дополняющих потребностей) Р. Уинча основывается на старом, как мир, принципе, гласящем, что противоположности притягиваются. Р. Уинч пишет, что в выборе супруга каждый индивидуум ищет того, от кого ожидает максимум удовлетворения потребностей. Влюбленные должны обладать сходством социальных черт и психологически дополнять друг друга. Удовлетворение, вознаграждение и удовольствие рассматриваются как силы, способствующие сближению будущих супругов. Эта

теория не утверждает, что каждый может найти супруга, который бы полностью удовлетворил его потребности. Она помогает разобраться, почему каждый считает только некоторых из всего «поля избранников» привлекательными. Согласно этой теории, например, привлекательной для властного мужчины может быть кроткая женщина, а спокойному и мягкому мужчине нравятся энергичные и прямые женщины.

Инструментальная теория подбора супругов, разработанная Р. Сентерсом, также уделяет первостепенное внимание удовлетворению потребностей, но при этом утверждает, что одни потребности более важны, чем другие, некоторые из них более присущи мужчинам, чем женщинам, и наоборот. Согласно Р. Сентерсу, человека влечет к тому, чьи потребности схожи с его собственными или дополняют их.

Теория «стимул-ценность-роль», или «обмен и максимальная выгода», Б. Мурстейна получила, пожалуй, наибольшее распространение среди исследователей. Она основывается на двух важнейших посылах. Первая заключается в том, что на каждой ступени развития взаимоотношений партнеров прочность отношений зависит от так называемого равенства обмена. Иными словами, происходит своеобразный учет плюсов и минусов, активов и пассивов каждого партнера. В результате, хотя партнеры могут и не осознавать этого, устанавливается некоторый баланс позитивных и негативных характеристик каждого. Если активы, или стимулы вступления в брак, превышают пассивы, то принимается решение о заключении супружеского союза. Вторая посылка состоит в том, что брачный выбор включает в себя серию последовательных стадий, через которые должны пройти молодые люди. Тот, кто не соответствует условиям каждой стадии, выбывает из «игры».

Первую стадию Б. Мурстейн назвал «стимул». Когда мужчина и женщина видят друг друга впервые, складывается первоначальное мнение по поводу внешности другого человека, его ума, умения держаться в обществе, а также происходит восприятие и оценка тех собственных качеств, которые могут быть привлекательными для другого человека. Если между партнерами возникла аттракция – первое впечатление было привлекательным, то пара переходит ко второй стадии – сравнению ценностей. Партнеры обсуждают свои взгляды на жизнь, брак, мужские и женские роли в семье, на воспитание детей и т. п. Мужчина и женщина либо укрепляют взаимные симпатии, либо, поняв, что у них мало общего, порывают друг с другом. Если взаимная привлекательность, возникшая на первой стадии, подкрепляется сходством ценностей, то взаимоотношения партнеров переходят в третью стадию – ролевую.

На третьей стадии – ролевой – партнеры проверяют, соответствует ли ролевое поведение одного ожиданиям другого. Конечно, есть люди, которые, влюбившись друг в друга, вступают в брак после непродолжительного знакомства, без всяких тревог и опасений, повинувшись лишь чувству. Однако большинство партнеров стараются осознать как достоинства, так и недостатки друг друга и, тщательно взвесив все «за» и «против», принимают окончательное решение.

Идея существования нескольких стадий в процессе выбора брачного партнера лежит и в основе теории «фильтров» А. Керкгоффа и К. Дэвиса. Схематично данный процесс можно представить как последовательное прохождение через серию фильтров, которые постепенно отсеивают людей из множества возможных партнеров и сужают индивидуальный выбор. Первый фильтр – место жительства – отсеивает тех потенциальных партнеров, с которыми человек никогда не сможет встретиться. Затем фильтр гомогамии исключает тех, кто не подходит друг другу по социальным критериям. На этом этапе человек вступает в контакты с людьми, которые кажутся ему привлекательными. На последующих стадиях устанавливаются сходство ценностей и совместимость ролевых ожиданий. Результатом прохождения через все фильтры является вступление в брак.

«Круговая теория любви» А. Рейса объясняет механизм выбора брачного партнера через реализацию четырех последовательных, взаимосвязанных процессов.

1. Установление взаимосвязи. Имеется в виду легкость общения двух людей, иными словами – насколько «в своей тарелке» они чувствуют себя в обществе друг друга. Это зависит как от социально-культурных факторов (социального класса, образования, религии, стиля, воспитания), так и от индивидуальных способностей человека вступать в контакт с другими людьми.

2. Самораскрытие. Ощущение взаимосвязи с другим человеком рождает чувство расслабления, доверия и облегчает раскрытие себя перед другим. Здесь также большое влияние оказывают социально-культурные факторы.

3. Формирование взаимной зависимости. Постепенно у мужчины и женщины возникает и развивается система взаимосвязанных привычек, появляется чувство необходимости друг другу.

4. Реализация основных потребностей личности, какими, по мнению А. Рейса, являются потребности в любви, доверии, стимуляции кем-либо ее амбиций и др. Развитие чувства любви идет в направлении от первого процесса к четвертому. Безусловно, что пропуск одного из них негативно сказывается на развитии или стабильности любовных отношений.

Немецкий ученый Р. Зидлер также считает, что намерению вступить в брак у большинства людей в европейских промышленно развитых странах предшествует длительный процесс ориентации и социокультурной настройки человека на брак и семью.

Выбор брачного партнера можно представить, по мнению Р. Зидлера, как процесс фильтрации. Сначала определяется категория социально подходящих партнеров. Это происходит почти «незаметно» для человека в социальной среде, где он вращается. Затем осуществляется специфический выбор из «совокупности» возможных партнеров в соответствии с психологическими, сексуально-эротическими и эстетическими механизмами. При этом большое значение придается впечатлениям, вынесенным из родной семьи, образованию и ранней профессиональной карьере молодых людей.

Определенные стадии выбора партнера выделяет и американский социальный психолог Д. Адаме, который изучал прочные студенческие пары на протяжении шести месяцев. По мнению ученого, первичное влечение основано на внешних особенностях, таких, как физическая привлекательность, общительность, уравновешенность и общие интересы. Завязавшиеся отношения укрепляются благодаря реакциям окружающих, получению статуса пары, ощущению уюта и спокойствия в присутствии друг друга и действию других подобных факторов. Затем пара вступает в стадию взаимных обязательств и близости, что еще больше притягивает партнеров друг к другу. Связав себя взаимными обязательствами, они изучают взгляды и ценности друг друга. На этой стадии пара часто готова к тому, чтобы принять решение о вступлении в брак.

В отечественной психологии проблема выбора партнера, как и специфика добрачного и предбрачного периодов, крайне редко являлась предметом теоретического и практического исследований. Отдельные ее аспекты освещались в работах Б.Ю. Шапиро, А.Н. Волковой, В.И. Штильбанс, Л.Я. Гозмана, Л.П. Панковой, В.А. Сысенко, М.А. Абалакиной.

Так, М.А.Абалакина обосновала теоретическую модель соотношения процессов межличностного восприятия и динамики добрачных отношений. Автор выделяет три стадии позитивного развития отношений в брачной паре. На первой стадии происходит встреча партнеров и формирование первых впечатлений друг о друге. Вторая стадия начинается, когда отношения переходят в устойчивую фазу, т.е. и сами партнеры, и окружающие воспринимают диаду как достаточно стабильную пару. Отношения становятся более или менее интенсивными и характеризуются высокой эмоциональностью. Третья стадия возникает после решения партнеров о вступлении в брак. Снижается степень идеализации, возрастает удовлетворенность отношениями с партнером. В промежутке между первой и второй стадиями стимульные, чисто внешние параметры, в частности физическая привлекательность, уступают место сравнению мотивационно-потребностной, ценностной или ролевой сфер личности партнера.

Зарубежные и отечественные теории выбора брачного партнера, на наш взгляд, объединяются в основном двумя идеями. Во-первых, почти все они базируются на принципе социально-культурной гомогамии. Во-вторых, механизм выбора партнера представлен как система фильтров (стадий). Они последовательно сужают круг возможных избранников, отсекая неподходящих. Таким образом, на заключительном этапе остаются лишь те пары мужчин и женщин, которые теоретически должны хорошо подходить друг другу как супружеские партнеры.

Специфика добрачного периода

Результаты многих исследований показали: совокупность добрачных факторов, побудивших молодых людей заключить семейный союз, существенно влияет на успешность адаптации супругов в первые годы совместной жизни, на прочность брака или вероятность развода. Такими добрачными факторами являются:

- место и ситуация знакомства молодых людей;
- первое впечатление друг о друге (положительное, отрицательное, амбивалентное, индифферентное);
- социально-демографические характеристики вступающих в брак;
- продолжительность периода ухаживания;
- инициатор брачного предложения: юноша, девушка, родители, другие;
- время обдумывания брачного предложения;
- ситуация оформления брака;
- возраст будущей пары;
- родители и отношение последних к браку своих детей;
- динамические и характерологические особенности супругов;
- отношение в семье с братьями и сестрами.

Установлено, что благотворно влияют на брачные отношения: знакомство на работе или в учебном заведении; взаимное положительное первое впечатление; период ухаживания от одного до полутора лет; инициатива брачного предложения со стороны мужчины; принятие предложения после непродолжительного обдумывания (до двух недель); сопровождение регистрации брака свадебным торжеством.

Специальных компенсирующих мер требуют добрачные отношения, имеющие некоторые особенности.

Случайный характер знакомства. Исследования показали, что более 60% благополучных супругов познакомились на работе или студенческой скамье.

Отрицательное, амбивалентное и индифферентное первое впечатление.

Короткий (до шести месяцев) или долгий (более трех лет) период ухаживания. За непродолжительное время, как правило, молодые люди не могут глубоко узнать друг друга и проверить правильность своего решения вступить в брак, а на протяжении длительного периода ухаживания часто возникают монотонность общения, стереотипность в поведении партнеров, что может привести к охлаждению в отношениях – такая пара либо не создает семью, либо распадается.

Проявление прямой или косвенной инициативы заключения брака со стороны женщины (вынужденное или спровоцированное). В первую очередь речь идет о беременности. Исследования показали, что вероятность распада семей с добрачной беременностью примерно в 2 раза выше по сравнению с другими ситуациями. Это можно объяснить тем, что, во-первых, добрачная беременность нарушает процесс адаптации жениха и невесты к браку. Из нормального хода развития взаимоотношений мужчины и женщины практически выпадает важнейшая стадия развития семьи ~ освоение новых для себя супружеских ролей. Молодые люди сразу «перескакивают» на следующую стадию семейной жизни, связанную с рождением и воспитанием ребенка. Во-вторых, появление ребенка резко обостряет экономические проблемы, вызывая частые конфликты, напряженность супружеских взаимоотношений, провоцирует принятие решения о разводе. Европейские социологи К. Антилла и Я. Трост считают, что негативным (с точки зрения развода) фактором является не просто добрачная беремен-

ность, а так называемые вынужденные и поспешные браки, единственная причина заключения которых – скорое рождение ребенка.

Продолжительное обдумывание брачного предложения (более двух недель).

Возраст будущей пары. Это относится к тем молодым людям, которые спешат или вынуждены по разным причинам сразу после школы выйти замуж или жениться. В 18 лет девушка, как правило, способна стать матерью, ее организм полностью сформировался, она уже закончила школу и определилась в своей дальнейшей жизни. Но в этом возрасте, а тем более раньше (современное Российское законодательство разрешает заключение брака, начиная с 16 лет), вряд ли стоит торопиться выходить замуж. Наиболее приемлемое время для замужества, по мнению психологов, социологов, 22-23 года. Женская красота достигает своего расцвета, к этому времени закончена учеба, получена профессия.

Мужчине тоже вряд ли стоит жениться в 16-18 лет. Мужской организм созревает позднее женского: до 25 лет будут расти кости, мышцы, формироваться характер, темперамент. Кроме того, супружество – это начало регулярной половой жизни, часто непосильная нагрузка для неокрепшего мужского организма, и он преждевременно изнашивается. Прибавляются материальные проблемы, сложности быта – у 18-19-летнего мужа может наступить глубокое разочарование в семейной жизни. Ранний брак по плечу не каждому, но социально определившимся людям, зрелым личностям не следует надолго откладывать его заключение.

В последние годы отмечается тенденция к «взрослению» брачного возраста. Все больше молодых людей стараются получить образование, профессию, иметь материальный достаток и жилищные условия, а потому считают оптимальным для вступления в брак возраст после 25-27 лет. Однако эмпирически доказано, что поздний возраст вступления в брак также является добрачным фактором «риска».

Компенсирующих мер требуют и психологическая (темперамент), и социокультурная (различие в ценностных ориентациях, мировоззрении, установках, религии и др.) несовместимость молодых людей, а также отрицательное отношение родителей и других референтных людей к данному браку, серьезные ссоры во время ухаживания.

Следует отметить и такой фактор, как отношения молодых людей с братьями и сестрами. Существует концепция дублирования свойств братьев и сестер, в соответствии с которой человек стремится в новых социальных связях, к которым относится и супружеский союз, реализовать свои отношения к братьям и сестрам. Более устойчивые и удачные браки наблюдаются в тех случаях, когда отношения между партнерами строятся именно по такому принципу, естественно, с учетом половой принадлежности. В этом смысле супружеские отношения могут быть комплементарными (взаимодополняющими), если, например, муж имел младшую сестру, а жена – старшего брата. Некомплементарные отношения – если оба супруга были в родительской семье либо стар-

шими, либо младшими (в супружеской паре могут происходить ссоры по поводу распределения власти – кому из них быть главным, старшим, а кому младшим), а также если один или оба партнера имели только братьев или сестер. Особое место занимают молодые люди, которые не имели ни брата, ни сестры: у них в семье была только одна модель – родительский брак.

Детерминантами проблем в будущем могут быть и модели поведения молодых людей, взятые из родительской семьи. Существует концепция дублирования родительских свойств. Человек постигает мужскую и женскую роли в значительной мере от своих родителей и неосознанно использует в своей семье модель отношений родителей, порой независимо от того, нравится она ему или нет. Вот почему психологи рекомендуют в добрачный период чаще бывать в родительской семье избранника, это поможет глубже узнать будущего супруга.

Анализируя специфику добрачного периода, необходимо отметить такое явление, как идеализация партнера, которое также может негативно сказаться на межличностном общении до брака и в супружеских отношениях.

Существуют различные точки зрения на роль идеализации партнера в добрачном периоде.

1. Идеализация необоснованно завышает ожидания, предъявляемые к партнеру и к взаимодействию с ним. Осознание того, что реальный человек, с которым происходит взаимодействие, не соответствует идеализированному образу, играет деструктивную роль, приводит к глубокой неудовлетворенности партнером, собой, отношениями в целом и при неумении или нежелании наладить взаимодействие с учетом более реального образа партнера приводит к распаду отношений.

2. По мнению А. Маслоу, у самоактуализированных личностей, т.е. достигших самого высокого уровня развития, уровня реализации своих потенций, наиболее ярко выражена способность любить и быть любимым. Для их любви характерна полная спонтанность и естественность. Идеализация не свойственна им вовсе (гуманистическая психология).

3. Идеализация партнера является стимулом для развития его личности, определяет для него некоторую «зону ближайшего развития», т. е. как бы указывая, каким он может стать (конструктивная точка зрения).

Однако мы склонны относить идеализацию партнера к добрачным факторам риска наряду с ранним или поздним возрастом вступления в брак, романтичностью отношений, поверхностностью и кратковременностью общения, отсутствием братьев и сестер и т.д.

Анализ специфики добрачного периода позволяет сформулировать его функции:

- накопление совместных впечатлений и переживаний. На этом этапе создается своеобразный эмоциональный потенциал будущей семейной жизни, запас чувств, которые позволят более успешно и менее «болезненно» адаптироваться к ней;

- более глубокое узнавание друг друга и параллельно уточнение и проверка принятого решения о возможности семейной жизни;

- проектирование семейной жизни. Этот момент, как правило, не рассматривается будущими супругами или не осознается ими. Большинство психологов справедливо отмечают, что между партнерами необходим информационный обмен по таким вопросам, как ценностные ориентации и жизненные планы; детали биографии;

- представления о супружестве; ролевые ожидания и притязания;

- репродуктивные установки и др.

Принятие решения о вступлении в брак

Наиболее значимой для предбрачного периода является мотивация вступления в брак. Принятие решения нередко полимотивировано, можно выделить такие мотивы: любовь, долг, духовная близость, материальный расчет, психологическое соответствие, моральные соображения.

Любой из них может оказаться ведущим, однако молодые люди чаще всего на первое место ставят *любовь*.

В рамках психологической науки систематический анализ проблем любви начался в 40-е гг. XX в. Первые работы о любви были в основном теоретическими, в наши дни значительно больше эмпирических исследований.

В философской энциклопедии *понятие «любовь»* определяется как нравственно-эстетическое чувство, выражающееся в бескорыстном и самозабвенном стремлении к своему объекту. Специфическим содержанием этого чувства, с точки зрения философов, являются самоотверженность, самоотдача и возникающая на этой основе духовная близость.

Психологи считают любовь избирательным отношением к представителю противоположного пола как к уникальной целостной личности. Направленность на объект любви не должна быть односторонней, эгоистичной и предполагает отождествление себя с объектом любви, замену «я» на «мы» (но без потери своей индивидуальности).

В современной психологии существуют модели любви, которые условно разделены на «пессимистические» и «оптимистические».

Теоретики пессимистичного направления подчеркивают момент зависимости влюбленного от объекта его любви и связь любви с отрицательными переживаниями, прежде всего со страхом любви. Любовь, согласно авторам «пессимистических» моделей, делает человека тревожным и зависимым, мешает его личностному развитию. Один партнер как бы «растворяется» в другом, теряя свою индивидуальность. В такой паре не происходит замены «я» на «мы». В предельных случаях любовь может быть симптомом личностной патологии.

«Оптимистические» модели любви связаны с концепцией А. Маслоу и других представителей гуманистической психологии.

Любовь в этих моделях характеризуется снятием тревожности и полным психологическим комфортом. Краеугольным камнем «оптимистических» моделей является представление о независимости влюбленного от объекта любви, которая сочетается с положительной установкой на него. По мнению теоретиков «оптимистического» направления, такая любовь делает людей счастливыми и обеспечивает возможности личностного роста.

Л.М. Панкова выделяет три стадии любви.

Первая – интерес, симпатия, влечение. Мы говорим: «Он (она) мне нравится». Этого вполне достаточно для первого приближения, для появления дружбы между юношей и девушкой. Отношения эти могут быть длительными, недоговоренными, романтическими или будничными, но они всегда очень приятные, поднимают настроение, хотя пока ни к чему не обязывают. Когда есть человек, которому ты нравишься и который нравится тебе, повышается жизненный тонус, активизируются личные действия по самоусовершенствованию.

Вторая – восхищение, восторженность, влюбленность, страсть. Эти чувства уже создают определенную напряженность и накал, они всегда волнуют, но утомляют, выбивают из ритма, требуют своего разрешения. Жить в состоянии страстного возбуждения человеку трудно. Страсть либо должна погаснуть, либо получить удовлетворение. Если чувства одного подогреваются и поощряются другим, возможность превращения дружественных отношений симпатизирующих друг другу мужчины и женщины в любовный роман становится реальностью. Далее все зависит от воспитания, культуры, волевых компонентов, нравственных успехов и т.д., то есть от самой личности.

Третья – поклонение, уважение, преданность. Можно испытать страсть как наваждение, но любить, не уважая человека, нельзя. На этой стадии любовь приводит мужчину и женщину к принятию решения о вступлении в брак.

Любовь, прошедшая все три фазы развития, и есть индивидуальное чувство на всю жизнь.

Л.Я. Гозман считает, что возникновение эмоциональных отношений, в том числе и любовь, можно объяснить межличностной аттракцией (привлекательность одного для другого). Он использует результаты эмпирического изучения межличностной аттракции, которые показывают, что сильными детерминантами ее является сходство аттитудов и выражение объектом аттракции своего положительного отношения к субъекту при высокой самооценке каждого.

Однако в психологии имеются исследования, по результатам которых был сделан вывод, что браки по любви не лидируют в списке наиболее стабильных. Например, С.В. Ковалев считает, что семейные союзы, заключенные через службу знакомств, в несколько раз устойчивее, чем браки по любви. Более того, он приходит к выводу, что и ожидание любви, и даже самое ее существование в семье приводят к гибели супружества. Автор объясняет это тем, что, во-первых, взрослея, человек теряет свойственную детям и животным безошибочность эмоциональной оценки окружающего мира; во-вторых, неправильно отождествлять такие феномены, как любовь и брак, ибо любовь может быть без брака и брак без любви. Между браком и любовью нет ни полного совпадения, ни полного различия, в течение длительного исторического периода они существовали отдельно.

Автор считает, что любовь может даже препятствовать сохранению семейного союза, и приводит следующие аргументы.

В нетерпении любви мы ищем не супруга, а любимого, забывая о том, что одной любовью жив не будешь, ибо живем мы с человеком, который обладает

уникальным психологическим миром, образом своего «я», темпераментом, характером и другими личностными особенностями, отчего слияние двух «я» не всегда приводит к появлению одного «мы».

Под романтическим покровом любви мы очень часто забываем, что супруги обязаны выполнять обычные для каждой супружеской пары функции и что уже в медовый месяц у них возникнут вопросы по этому поводу. Материальное обеспечение, уход за детьми и т.д. приводят к гибели иллюзий, разрушению волшебства, что ведет к поискам любовного партнера вне брака и к супружеской неверности.

Фетишизация любви, желание быть и любимым, и любить заставляют нас нетерпеливо искать это прекрасное чувство.

С данной точкой зрения можно частично согласиться. Как показывает практика, очень часто страстная добрачная любовь не является залогом успешной семейной жизни в будущем. Сильные эмоции могут помешать ориентации партнеров на личностные характеристики или будут носить второстепенный характер, они уменьшают точность взаимоотношения и взаимопонимания, способствуют идеализации партнера.

Исследование мотивов вступления в брак в дисфункциональных семьях провели отечественные семейные психотерапевты Э.Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис. Им удалось выявить следующие мотивы: бегство от родителей, долженствование (вступление в брак из чувства долга), одиночество, следование традициям (инициативе родителей), любовь, престиж, поиск материальных благ, месть.

Мотив «бегство от родителей» часто означает пассивный протест против власти родителей, неспособность воспринимать жизнь во всей ее реальной полноте.

Заключение брака по мотиву «долженствование» очень часто означает, что партнерша забеременела или половая близость сопровождалась переживаниями вины.

Мотив «одиночество» встречается у людей, которые переехали на новое место жительства. Они заключали брак с теми людьми, которых знали ранее или которых рекомендовали сослуживцы («Ты живешь один, а у твоей хозяйки есть дочка в Казани. Она такая хорошая и одинокая, смотри...»). В других случаях одиночество было следствием переживания экзистенциальной пустоты.

Мотив «месть» означает, что один из партнеров был отвергнут и из мести отвергнувшему вступил в брак с другим человеком.

Мотив «любовь» также значится в шкале психологических причин формирования дисфункциональных семей. И все-таки любовь – это прекрасное чувство. На наш взгляд, именно любовь формирует предбрачную пару, а в последующем брачный союз, хотя при выборе партнера неизбежен компромисс, так как вероятность встретить человека, полностью соответствующего «эталону», мала.

Выделяются также различные состояния в отношениях предбрачной пары: любовь, влюбленность, частичная любовь. Любовь – это дружба, нежность,

узнавание внутренних достоинств, принятие и понимание индивидуальности партнера, детерминант личностного роста. Э. Фромм рассматривал любовь как умение, чувство и волевой акт: «Любви надо учиться, постепенно овладевать ее теорией и практикой». Зрелая любовь является одной из наиболее важных человеческих эмоций, означая единение при индивидуальных поступках. Любовь – это активная сила, характеризующаяся заботой о другом человеке, открытостью, уважением и пониманием другого человека. Эротическая любовь, для того чтобы быть действительно любовью, должна основываться на следующей предпосылке: надо любить исходя из своей сущности и переживать исходя из сущности другого. Любовь, прежде всего, должна быть волевым актом. Любовь – не только чувство, это и решение, и суд, и обет.

Влюбленность характеризуется концентрацией внимания на внешних данных партнера (влюбиться в глаза), его общественном положении и т.д.

В ситуации частичной любви отношения в паре строятся в основном на сексуальном влечении партнеров друг к другу.

Здесь уместно упомянуть о так называемых ловушках любви. Ловушки любви – это то, что человеком интерпретируется как любовное чувство, но на самом деле к любви не имеет отношения. Вот некоторые из них.

Ловушка неполноценности. Неуверенный в себе человек, неудачник в сфере межличностных отношений может интерпретировать чувство, возникшее к тому, кто хорошо к нему относится, проявляет внимание и заботу, как любовь. Но это скорее благодарность, а не любовь.

Ловушка жалости. На эту ловушку чаще всего «попадают» женщины и мужчины покровительствующего типа.

Сексуальный комфорт. Эта ловушка уготована тем, кто считает, что сексуальная гармония – основной детерминант супружеской гармонии. Гармонию в интимных отношениях они ошибочно интерпретируют как любовь.

Общность интересов особенно в значимых видах деятельности очень часто также может быть принята за любовь.

Литература

1. Карабанова О. А. Психология семейных отношений: учебное пособие. – Самара: Издательство СИОКПП, 2001. – 122 с. [Источник: <http://psychlib.ru/mgppu/kps-2001/kps-001.htm#hid44>]

2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под редакцией Е.Г. Силяевой. – М., 2002. [Источник: <http://uchebnik.biz/book/145-psixologiya-semejnyx-otnoshenij-s-osnovami-semejnego-konsultirovaniya/11-formirovanie-supruzheskoj-pary.html>]

Тема №4. Семья: родители и дети

Становление родительского поведения, приспособление к роли родителя – одно из главных направлений личностного развития взрослого человека. Трудность этой задачи в том, что она не может быть решена раз и навсегда: по мере роста, взросления ребенка родительская роль многократно

видоизменяется, наполняется все новым и новым содержанием. Вспомним, что главными характеристиками оптимальной родительской позиции считаются адекватность, гибкость и прогностичность. «Горячая и прочная привязанность членов семьи – это живительная почва, на которой расцветает личность ребенка. Прочные отношения, однако, совсем не то же, что неизменные. Отношения должны зреть, развиваться. Ребенок в своем развитии проходит через определенные стадии, но и его родители минуют один закономерный этап за другим, причем у каждого этапа своя специфическая задача, особенности, опасности, трудности. Важно, чтобы духовное развитие ребенка гармонизировало с жизненным созреванием его родителей и других воспитателей, чтобы эти процессы были ритмичными и слаженными», – отмечает чешский психолог З. Матейчек, глубоко исследовавший проблему психического здоровья детей.

Формирование родительской позиции в период ожидания ребенка. Родительская любовь, даже материнская, не является врожденной, инстинктивной. Родительские чувства начинают складываться задолго до рождения ребенка. Скорее всего, эти структуры образуются еще в детстве самого потенциального родителя на основе раннего опыта его взаимоотношений в собственной семье, далее развиваются на протяжении жизни, с учетом эротического опыта, характера супружеских отношений, уровня образования и сознательно принятых решений.

В период ожидания ребенка чрезвычайно важна та внутренняя работа, которая связана с осознанием своих новых жизненных задач. Формирование родительской позиции означает окончательное приобщение к взрослому поколению; принятие беременности обоими супругами; их готовность к изменению структуры семьи и освоению новой социальной роли, готовность к той высокой ответственности и тем многочисленным обязанностям матери, отца, которые она несет с собой; возникновение привязанности к будущему ребенку.

Становление родительства – тонкий, интимный, личностный процесс. Оно может быть осложнено или даже нарушено. Среди множества факторов, затрудняющих этот процесс, – психическое или соматическое нездоровье родителей, мотивационная, когнитивная, поведенческая неготовность матери к осуществлению родительской роли, личностные особенности, нарушения внутрисемейной коммуникации, приоритет других, например карьеристских, сексуальных, ценностей над родительскими и др. (О.Р. Ворошин, 1998).

Главным психологическим новообразованием благополучно протекающей беременности можно считать возникновение у будущей матери интрацептивного сенсорного опыта взаимодействия с плодом, чувства «мой ребенок», развитие позитивного образа ребенка.

Ситуация беременности, рассмотренная с психологической точки зрения, включает следующие структурные элементы: сознательную установку на беременность как на желанную или нежеланную; наличие или отсутствие спонтанного влечения к материнству (бессознательный компонент); оценку социальной ситуации как благоприятной или неблагоприятной для беременности.

В случаях предельно выраженного нарушенного материнского поведения, когда женщина отказывается от новорожденного ребенка (1-1,5% всех случаев рождения), обнаружены изменения всей психологической картины протекания беременности. Психологический анализ 150 случаев переживания женщиной «кризиса отказа» выявил (М.С. Родионова, 1997), что нежеланная беременность имеет специфические черты:

- структурные элементы ситуации беременности находятся между собой в конфликтных сочетаниях (например, существует конфликт между негативной сознательной установкой на беременность и спонтанным влечением к материнству, или конфликт установок между осознанной ценностью ребенка и другими актуальными потребностями – завершение образования, занятие новой должности, нерешенный жилищный вопрос);

- специфически искажается «чувственная ткань беременности» и внутренний образ ребенка – например, женщина игнорирует беременность, совершенно не изменяя привычного поведения; происходит блокировка развития привязанности, формируется инфантицидный комплекс (стремление «уничтожить этого ребенка» и одновременно защитное отрицание этого побуждения);

Содержательный психологический анализ причин, личностного смысла отказа от ребенка, значительно различающихся механизмов отклоняющегося материнства необходим для выбора направления оказания помощи матери и ее ребенку, который в противном случае оказывается жертвой неразрешенного кризиса.

Нежеланные дети, живущие в семье (их матери хотели прервать беременность, но им не разрешили), при неоднократных обследованиях характеризуются наличием множества мелких признаков плохой адаптации к школе, большими претензиями к ним со стороны родителей. Настораживает тот факт, что хотя иногда возможна полная позднейшая компенсация, но в большинстве случаев отклонения в развитии личности нежеланных детей скорее нарастают с возрастом, с течением времени (Й. Лангмейер, З. Матейчек, 1984).

Проблемные родительские позиции могут быть связаны с неадекватной мотивацией рождения ребенка: предписывание особой психологической задачи ребенку – связывание с его рождением надежды на решение каких-либо внутрисемейных проблем (удержание мужчины, скрепление семьи, возрождение супружеских чувств, осуществление мести прародителям за слишком строгое воспитание и т.п.) либо восполнение эмоционального дефицита – вакуума чувств, образовавшегося у женщины (Э. Ле Шан, 1990; А.С. Спиваковская, 1986).

Замечено, что позиция отца в своем формировании по времени несколько отстает по сравнению с материнской. Наибольшее значение для ее складывания имеет отношение к жене – любовь, уважение, нежность, разделенность чувств. Соучастие будущего отца традиционно связывается с созданием для женщины ощущения счастья, радости, безопасности, надежности. Однако все больше

современных отцов проявляют желание более активно участвовать в эмоциональном «вынашивании» ребенка, присутствовать при его рождении, видеть его в первые минуты после появления на свет, что, по признанию ученых и врачей, способствует укреплению семьи.

Считать это отцовское желание совершенно новаторской тенденцией нельзя. Так, по свидетельству М. Мид, у горных арапе-шей признание вклада отца в само появление ребенка на свет и его участие в повседневном уходе за маленькими детьми «со всей его рутиной, утомительностью, с жалобным плачем, который очень трудно понять», – вполне естественно. «И признанием "материнских" забот отца звучит ответ на чье-либо замечание, что такой-то и такой-то мужчина средних лет хорошо выглядит. "Хорошо выглядит? Да? Но вы бы его видели до того, как он родил всех этих детей!"».

Позиции других членов семьи и близких родственников – старших братьев и сестер, бабушек и дедушек – также небезразличны для создания благоприятной ситуации развития малыша.

Оптимальная готовность прародителей – бабушек и дедушек – состоит в осознании своей собственной особой роли. Наряду с оказанием некоторой помощи – бытовой, материальной, они выступают в роли связующего звена между прошлым и настоящим семьи, передают традиции и проверенные ценности, окружают внуков поистине безусловной любовью (как два собственных Деда Мороза). Бабушки и дедушки понимают ценность внуков, появление которых означает новый этап их жизненного пути, повышает общественный престиж, удлиняет жизненную перспективу, создает новые источники удовлетворенности жизнью. Незрелость, неготовность прародителей выражается в том, что они вообще отказываются от новой позиции, защищаются против нее («ребенок ваш», «нам тоже никто не помогал») либо, напротив, «с восторгом и усердием» принимаются выполнять родительские обязанности.

Новорожденность. Некоторые психологи придают особое значение бондингу – раннему естественному контакту с ребенком сразу после рождения. Утверждается, что у человека существует врожденный механизм формирования привязанности к своим детям и критический (сензитивный) период в первые полтора часа после рождения. Взаимное пристальное «разглядывание», телесный контакт, поглаживание, прикосновение способствуют появлению у всех членов семьи особого теплого отношения к ребенку, которое отличается устойчивостью и оказывает развивающий эффект в долгосрочном плане.

На начальном этапе развития решающее условие выживания новорожденного – это взрослый человек, удовлетворяющий все его жизненные потребности. Период новорожденности критический: ребенок физически отделен от матери, но физиологически связан с ней, остро нуждается во взаимодействии.

Не нужно думать, что на такой ранней стадии взаимоотношения определяются всецело взрослым. Темперамент новорожденного (его раздражительность или спокойствие, гибкость приспособления к окружающей

ситуации), тональность плача (высокий голос при плаче, характерный для детей с различными отклонениями, – «сигнал выживания»), множество других поведенческих признаков влияют на отношение к нему родителей, на характер и скорость их реагирования.

Недоношенные дети нуждаются в специальных условиях выживания, что приводит к длительной послеродовой разлуке матери и ребенка. Они принадлежат к категории риска не только в медицинском смысле. Поведение недоношенных детей в первые месяцы характеризуется так называемым синдромом «дефицитарности ключевых сигналов»: дети избегают зрительного и эмоционального контакта; напрягаются и отстраняются при взятии на руки; они начинают улыбаться в более поздние сроки, причем улыбки обычно стертые, невыраженные; инициатива в контакте со взрослым отсутствует, а ответная реакция очень слаба; в первом полугодии жизни наблюдается доминирование отрицательных эмоций, быстрая истощаемость и высокая утомляемость ребенка при взаимодействии со взрослым, запаздывание в появлении и бедность вокализаций (О.Р. Ворошина). Такая «особенность» преждевременно рожденных детей увеличивает вероятность дисгармоничного материнского отношения, условно принимающего или даже отвергающего.

В норме в ответ на опережающую инициативу близких ребенок уже в конце первого – начале второго месяца жизни начинает реагировать зрительным сосредоточением на лице и глазах взрослого и так называемой «социальной улыбкой». Эмоциональное оживление, двигательное устремление к взрослому, вокализации, смех – все эти признаки детского поведения дают родителям и другим близким ощущение разделенности чувств, симпатии, укрепляют взаимную привязанность.

Младенчество. Родители на первом году жизни не только ухаживают за ребенком и удовлетворяют его основные жизненные органические потребности в еде, сне, тепле, комфорте и т. д. Непосредственно-эмоциональное общение со взрослым (прежде всего с матерью) составляет основу психического развития в младенчестве. Обмениваясь выражениями внимания, радости, интереса и удовольствия от взаимодействия, ребенок и родитель находятся в ситуации неразрывного эмоционального единства.

Необходима внимательность, чуткость в отношении признаков эмоционального неблагополучия ребенка, возникающего в условиях «дефицита общения», внимания и тепла. При неблагоприятных условиях в семье, когда взрослые заняты экономическими, материальными вопросами или собственными конфликтами, или в условиях, когда ребенок оказывается психологически «не принятым» матерью по какой-либо причине, например из-за несоответствия его пола ожидаемому, у ребенка возможны нарушения поведения, отставание в развитии как проявления «синдрома госпитализма». Возникают своеобразные искажения контакта со взрослым. При знакомстве такой ребенок слишком боязлив, длительно адаптируется, присматривается или, наоборот, мгновенно, некритично, даже навязчиво вступает во взаимодействие с незнакомым человеком. В дальнейшем наблюдаются разнообразные эмоциональные и

волевые нарушения, трудности установления избирательных контактов, любви и близости с людьми.

Гармоничное, эмоционально принимающее, поддерживающее родительское отношение, компетентное, уверенное и пластичное, способствует формированию у ребенка базового доверия к окружающему, интереса к материальному миру, к предмету, усвоению форм делового взаимодействия с другим человеком.

Сам взрослый выступает как наиболее привлекательный и удобный объект восприятия, отвечающий важнейшей потребности в новых впечатлениях, которую некоторые психологи считают врожденной, исходной для когнитивного развития. Родители заботятся о создании обогащенной среды для совершенствования восприятия ребенка, его зрительных и слуховых способностей, тактильной чувствительности: подбирают игрушки, помогают рассмотреть, пощупать, проследить движение.

Родитель эмоционально поощряет, стимулирует прогрессивные движения и действия ребенка – хватание, удержание, манипулирование игрушками, сидение, ползание и т.д. Взрослый специально переключает внимание ребенка с себя на предмет, показывает конкретные способы действий с вещами. Он выступает как «учитель» на подготовительном этапе речевого развития: обучает формам невербального общения, дает речевые, голосовые, интонационные образцы; создает ситуации наиболее ясного отнесения слова к предмету.

Родитель с пониманием относится к возникновению тенденций самостоятельного действования, к раздроблению эмоционального единства, к психологическому отделению ребенка от взрослого.

Ранний возраст. Родитель поддерживает и одобряет новые способности самостоятельного передвижения ребенка – ходьбы, бега, лазания и спуска по лестнице. На первых порах это трудные, волнующие, не всегда удачные для ребенка действия, и эмоциональная поддержка ему просто необходима. Расширение доступного пространства, стремление исследовать предметы по-новому ставят вопросы надежной физической и эмоциональной безопасности ребенка. Если родители не хотят удерживать ребенка часами в манеже или ежесекундно в поле зрения, то перед ними встает задача сделать дом «доброжелательным» для ребенка. Первым делом – убрать самые опасные колющие, режущие, ядовитые предметы и вещества, закрыть электрические розетки заглушками. Можно попытаться посмотреть на окружение глазами ребенка, опознать самое потенциально привлекательное: свисающие скатерти, шнуры и т.п.

Сидя за общим столом, ребенок пытается схватить вилку. Движения резкие, несоизмеренные. Мать касается зубца вилки подчеркнуто осторожно и тут же отдергивает палец, с усиленным мимическим выражением предостережения на лице, восклицая: «Нельзя! Остро! Больно будет». Она берет пальчик ребенка и слегка прижимает его к зубцам, так чтобы он ощутил остроту. Ознакомление с «опасностью» на конкретных примерах – горячее, острое, проливающееся – вряд ли заставит ребенка отказаться от

исследовательских намерений, но, по крайней мере, поможет ощутить обоснованность и осязаемость родительского «нельзя!». Особенно актуальны эти вопросы в связи с присущей поведению ребенка «ситуативностью», импульсивностью, неумением владеть собственными эмоциями.

Самые главные достижения в психическом развитии в раннем детстве связаны с освоением социальных функций и способов действий с предметами. Взрослый выступает как субъект ситуативно-делового общения, сотрудничества, как образец для подражания, руководитель, контролер, а также источник эмоциональной поддержки. В этот период родители должны внимательно присматриваться к тому, какую руку – правую или левую – предпочитает ребенок при еде, манипулировании объектами, рисовании, и деликатно предлагать ему (но не настаивать, не заставлять!) пользоваться правой.

На втором-третьем году жизни возникают новые виды деятельности ребенка – игровая, продуктивная. Родитель может помочь зарождению игры – подобрать игрушки и подходящие предметы, показать игровые (замещающие, символические) действия, проявить живой интерес, соучастие, посоветовать, как усложнить, разнообразить игру.

Родитель может способствовать становлению рисования, лепки, конструирования. Например, переход от стадии каракулей к началу собственно изобразительной деятельности можно подтолкнуть, обратив внимание ребенка на то, что «эта загогулинка очень похожа на солнышко, а эта – на домик».

Предметные действия, которые выполняют функцию внешней ориентировки (подбора и соединения предметов по их форме, величине, цвету, расположению в пространстве и т.п.), развивают восприятие ребенка и также могут стать предметом сотрудничества малыша и мамы. Самостоятельные пробы собирания матрешки, пирамидки, лепки куличиков могут быть дополнены показом ему наиболее эффективных способов.

Второй-третий годы жизни – сензитивный период для речевого развития. Важно создавать благоприятные условия для понимания чужой речи и формирования собственной активной речи ребенка: говорить четко и ясно, комментировать словесно бытовые ситуации, рассматривать и называть реальные предметы и их изображения, оставлять «место» для высказываний ребенка, обращаться к нему с просьбами, вопросами, требующими вербального ответа.

Необходимо поощрять активность, самостоятельность ребенка как субъекта общения и познания, его тенденцию к волевой форме поведения («Я сам»). Уже в первые годы родители сталкиваются с массой проблем при кормлении, приучении к опрятности, укладывании спать, усвоении ребенком приемлемых способов поведения, дисциплины и должны найти способы справляться с ними в рамках демократического стиля воспитания.

Дошкольный возраст. Ориентируясь на название возраста, многие современные родители считают, что главное – это подготовить ребенка к обучению в школе. А для этого нужно по возможности раньше начать его учить

– читать, писать, считать. Такое узкое понимание школьной зрелости уже давно отвергнуто в психологии и педагогике. Даже если иметь в виду цель добиться школьной готовности, то прийти к ее реализации можно лишь создав условия для полноценного проживания дошкольного детства, раскрытия его уникального потенциала.

Необходима не акселерация, а амплификация детского развития – широкое развертывание и обогащение содержания специфических детских форм игровой, практической, изобразительной деятельности, опыта общения со взрослыми и сверстниками, максимальное развитие «специфически дошкольных» и вместе с тем перспективных психофизиологических качеств.

Дошкольный возраст – сензитивный период развития образного познания окружающего мира: восприятия, наглядно-образного мышления, воображения. Дети любопытны, задают множество вопросов о жизни животных, о причинах природных явлений, о внутреннем устройстве предметов: «Что едят мухи? Где зимуют раки? Из чего делают стекло? Правда ли, что после смерти люди попадают на Луну?» Это попытки осмыслить законы физического и социального мира, это первая исходная форма теоретического мышления ребенка.

Родители должны бережно относиться к естественному любопытству ребенка, чтобы не заглушить его чрезмерно усложненными объяснениями или формальными отговорками, а способствовать формированию любознательности, любви к познанию.

При овладении сенсорным опытом нужно научить ребенка осуществлять действия, которые приводят к выделению качеств и свойств (таких, как форма, величина, цвет, вкус, запах, состояние предметов, положение в пространстве, отношения между предметами). Восприятие окружающего мира осуществляется через призму общественного опыта, через систему сенсорных эталонов (например, сенсорные эталоны формы предметов – геометрические фигуры: круг, треугольник, квадрат, овал, цилиндр и др.; эталоны цвета – семь цветов спектра, белый и черный). Измерение с помощью разного рода мер (единиц измерения) приводит к более глубокому и осознанному установлению количественных отношений. Моделирование звукового состава слова способствует формированию фонематического слуха и на его основе более эффективному овладению чтением и письмом.

Недопустимо отношение к детской игре как к пустому, ничемному занятию. Осознание незаменимого вклада игры в умственное, речевое развитие, развитие чувств, эмоциональной саморегуляции поведения, в формирование произвольности психических процессов (произвольного внимания, произвольной памяти) должно настроить родителей на уважительное отношение к игровой деятельности. Наблюдение за тем, какие сюжеты, какие роли привлекают ребенка, поможет родителям лучше понять его, подсказать новые возможности обогащения содержания сюжетно-ролевых игр. Это особенно актуально для единственных детей в семье, «домашних» детей, имеющих ограниченный, стереотипный игровой опыт.

Безусловно, необходимо поощрять и развивать и другие виды деятельности: продуктивную, трудовую и учебно-познавательную. Рисование, конструирование, лепка, бытовой труд важны еще и потому, что способствуют формированию направленности на получение результата, навыков самооценки, планирования и управления поведением.

Развитие любознательности, познавательных интересов, воображения, образного мышления лежит в русле основных возрастных тенденций и достижений. Складывание первой обобщенной картины мира невозможно вне особых типов общения со взрослым – внеситуативно-познавательного и внеситуативно-личностного. Взрослый сохраняет свое центральное положение в мире ребенка, который стремится подражать ему и одновременно испытывает потребность в уважительном и серьезном к себе отношении. Родитель выступает как эрудит, источник познания, партнер по обсуждению причин и связей в мире природы и техники; как целостная личность, обладающая знаниями, умениями, нравственными нормами.

Младший школьный возраст. Задача родителей – способствовать восприятию ребенком будущего поступления в школу как желанного и значимого события, свидетельства взросления; способствовать созданию реального образа школы и правильного отношения к учебной деятельности – отношения взятой на себя ответственности.

Переход к школьному обучению сопровождается существенной перестройкой всей социальной ситуации развития ребенка, расширением круга значимых лиц. Центральной фигурой в важной для ребенка области школьной жизни становится учитель, который выступает как представитель общества, предъявляющий обязательные для выполнения требования.

Школьная успешность сказывается на всей системе социальных отношений ребенка. Безусловная родительская любовь подвергается испытанию первыми многочисленными школьными трудностями. Близкие пристально следят за успехами и выражают недовольство, если не все идет гладко. Необходимо построить новую гармонию взаимоотношений родителя и ребенка-школьника, помочь ему в преодолении трудностей адаптации к началу школьного обучения (новому режиму дня; к новому, нередко первому, коллективу – школьному классу, ко всем перипетиям взаимоотношений со сверстниками; к своду школьных правил и ограничений; к новому неукоснительному уровню требований во взаимоотношениях с учителем и т.д.). Чтобы облегчить первокласснику освоение позиции ученика, нужно:

- с самого начала ввести в сферу жизни ребенка, связанную со школой, четкие правила;
- не делать домашние задания вместо ребенка, но и не требовать на первых порах полной самостоятельности и ответственности;
- придать сбору портфеля, подготовке к следующему учебному дню статус ритуала:
 - проявлять повышенный интерес к выполнению школьных заповедей;
 - не ревновать ребенка к учителю;

- с пониманием относиться к «вспышке конформизма», выражаемой словами «нам так сказали!» и связанной как раз с особой ценностью правил и норм для новоиспеченного школьника;
- сдерживать опасения по поводу несовершенства учителей и школьных программ;
- внимательно отнестись к недоразумениям, ко всем перипетиям взаимоотношений с одноклассниками, подсказать варианты реагирования на шутки, обзывания, подначивания;
- обратить внимание на вопросы ребенку после посещения школы – ведь именно ненароком, в свободном общении родители передают ему свои тревоги, ценности и эмоциональные акценты. Какие ценности преобладают? Познания, преодоления: «Что нового ты сегодня узнал? Чему научился? Что особенно понравилось на уроках? С чем труднее всего было справиться?», а может быть – послушания: «Тебя сегодня не ругали?», престижа: «А кто еще в классе получил пятерку?» или бытовые ценности: «Что давали на завтрак?»

День за днем, контролируя выполнение домашних заданий и влияя на круг чтения ребенка и выбор телепередач, не оставляя без внимания общекультурные познавательные интересы, увлечения ребенка, важно содействовать возникновению и развитию внутренней познавательной мотивации, истинного интереса к предмету изучения и потребности в саморазвитии, самосовершенствовании.

Оказывая помощь ребенку в решении одной из основных задач младшей школы – формировании «умения учиться», надо обратить его внимание на выделение учебной задачи (что именно необходимо освоить), использование подходящих учебных действий (способов, методов понимания и заучивания), навыков планирования, самоконтроля и самооценки.

Но при этом не предъявлять завышенных требований, не ждать стремительных результатов. А самое главное – избегать излишней центрированности семьи только на школьном аспекте жизни ребенка, не сводить свое отношение к нему преимущественно с точки зрения успехов в учебе; сохранять и поддерживать чувство безусловной любви и принятия.

Подростковый возраст. Этот возрастной период детей требует особого внимания родителей к тем переменам, которые происходят с растущим ребенком, особой гибкости их педагогической тактики, огромного терпения, взвешенности, умения видеть позитивное и истинное в вызывающем поведении подростка. Родитель должен учитывать сложность подросткового периода и для самого подростка, характерные для этапа гормональной перестройки организма неустойчивость настроения, физического состояния и самочувствия, ранимость, неадекватность реакций.

Теоретически признать новые потребности и новые способности взрослеющих детей родителям легко, но гораздо сложнее отказаться от «детских» форм контроля, подобрать взаимоприемлемые способы признания повзросления подростка. Передача ответственности и свободы действий ребенку – важная задача «раздвигания рамок» разрешенного поведения на

основе общности моральных ценностей. В связи с этим велико значение родительского примера как модели построения жизни (к примеру, «сначала карьера, потом – семья»), избираемых стратегий преодоления трудностей (избегание, компромисс, сотрудничество). Образцы взрослого мужчины, любящего супруга (или ловеласа), разумного отца (или деспота) небезразличны для подростка, хотя влияние может быть не только прямым – в виде подражания, но и по принципу «отрицательного подражания», т.е. следования противоположной модели поведения. От родителей требуется готовность по достоинству оценить ростки нового понимающего отношения к взрослому – появление эмпатии, стремление разделить переживания взрослых, помочь, поддержать. Открытости во взаимоотношениях с подростком в семье нельзя добиться силой, ее можно только заслужить. Необходимо способствовать формированию нового уровня самосознания, способности к познанию себя как личности и становлению избирательности интересов, выделению стержневых, постоянных личностных интересов, которые характеризуются «ненасыщаемостью».

Родители должны помнить о таких существенных аспектах развития в переходный период, как:

- неравномерность физического и физиологического развития подростков и возможность болезненных переживаний из-за задержки или чересчур стремительного изменения пропорций тела;
- повышенная чувствительность подростка в отношении изменений собственной внешности, физического облика, которая требует корректности и осторожности в высказываниях по этому поводу;
- ярко выраженная потребность подростка быть «значимым» в глазах сверстников, утвердиться среди них;
- частое возникновение отклонений самооценки и уровня притязаний в сторону чрезмерного занижения или завышения;
- склонность к немотивированному риску, к неадекватному реагированию (вплоть до попыток суицида) по, казалось бы, незначительным поводам, неумение предвидеть последствия своих поступков;
- повышенная вероятность обострения или возникновения патологических реакций, психических заболеваний (именно в этот период наиболее часто манифестирует, например, шизофрения) (А.Е. Личко, 1990).

В современных сложных социально-экономических условиях наблюдаются новые негативные тенденции в отношении взрослых к подросткам – 10-15-летние дети стали восприниматься более взрослыми, чем они являются в реальности. Сами подростки стали не только более раскованными по отношению к взрослым, но и нередко снисходительно-презрительно относятся к родителям (особенно те, кто реально включен в процесс зарабатывания денег).

Остроумно пишет о родительских способах решения подростковой проблемы британский публицист С.Н. Паркинсон:

«Современный отец... подчас изобретает собственный доморощенный план, чтобы уберечь своих детей от соблазнов. Он предлагает какой-нибудь проект вроде строительства парусной лодки. Вначале все загораются энтузиазмом, и на заднем дворе разворачивается кипучая деятельность, которую отцу так хотелось видеть. ...В конце концов, они начинают понимать, что все это – ребяческая затея, вроде попытки взрослого человека вмешаться в детский хоровод; да и игра не из тех, которую они выбрали бы сами, добровольно. Отцу приходится заканчивать постройку лодки в одиночестве, и он понимает, что затея провалилась...

Единственный окончательный ответ – это дать молодым возможность расти, и чтобы при этом перед ними была перспектива – как можно раньше применить какие бы они ни были, но свои, личные таланты. Если им это не удастся, они отворачиваются от общества и решают навсегда остаться в мире - пятнадцатилетних. Однако начало может быть положено в любой семье, где поняли, что чувство ответственности необходимо. Секрет заключается в том, что родители должны поставить перед собой такую цель, для достижения которой им как раз чуть-чуть не хватает сил, и обратиться к детям за помощью, потому что без них ничего не добиться.

Юношеский возраст. Молодость детей. Социальная ситуация «порога взрослой жизни» требует от молодого человека решения важнейших, в прямом смысле судьбоносных вопросов профессионального и социального самоопределения. Далеко не все старшеклассники осознают значимость момента, поэтому направить их размышления в нужное русло, побудить присматриваться к тому, какие есть профессии: выбирай на вкус – первостепенная забота родителей. Важно обратить внимание на соответствие требований профессии и индивидуальности молодого человека, стимулировать и поддерживать в разработке жизненного плана, включающего не только конечный результат, но и способы, пути его достижения, объективные и субъективные ресурсы, которые для этого понадобятся. При этом родители не должны быть чрезмерно настойчивы в отстаивании своего мнения относительно будущего их сына или дочери. В динамичных условиях жизни современного общества старшие не могут быть абсолютно уверены в правильности своего понимания ситуации. Окончательный выбор должен быть сделан молодым человеком самостоятельно.

Этот период называют иногда временем «вырывания корней», некоторого дистанцирования молодежи от родителей, вынужденных с пониманием относиться к растущей эмоциональной независимости детей. Однако многочисленные исследования показывают, что и подростки, и юноши по-прежнему остро нуждаются в контакте со взрослым, более опытным человеком. Особенно настоятельна потребность в неформальном, нерегламентированном, доверительном общении со взрослым при определении перспектив будущего, при обсуждении моральных проблем (цель и образ жизни, долг, любовь, замужество, верность и др.). Диалог старших и младших должен продолжаться на основе взаимоуважения, растущего доверия и равенства.

Для родителей наступает подготовка к новому периоду жизни, связанному с отрывом взрослеющего ребенка от семьи, с его вступлением в реальную взрослость (вспомним стадию «опустевшего гнезда»). Необходимо заранее готовить себя к новой ситуации, когда супружеские отношения подвергаются определенной проверке, возникает шанс обновления или опасность разочарования. Общность интересов супругов, активное участие в профессиональной, общественной и культурной жизни не позволят жизни семьи стать скучной, бесцветной, когда дети выросли.

Отношения с детьми все более теряют иерархический характер, становятся взаимодействием между взрослыми равными людьми. Этот процесс может пройти с меньшими осложнениями, если родители настроены на принятие изменений, своевременно поощряют претензии подростка на самостоятельность и реальное продвижение в этом направлении. Иногда переход к отношениям взаимного равенства совершается в длительной борьбе родителей и детей, перемежается периодами отдаления, даже разрыва, пока обе стороны не смогут принять реалистически свои позиции.

Взрослость детей не всегда сопровождается уходом из родительского дома. Часто, напротив, семья увеличивается за счет новых членов, пришедших в нее через брачные связи. Создание благожелательной обстановки для всей расширенной семьи либо хороших отношений между собственной семьей и семьей взрослого ребенка, уважение самостоятельности и индивидуальности обеих семей – вот, пожалуй, те проблемы, над решением которых бьются сами люди и многочисленные специалисты (тещи и зятья, невестки и свекрови давно стали излюбленными героями анекдотов, что показывает почти хрестоматийный характер этой проблемы).

Взрослые дети, давно ставшие родителями сами, глубоко в душе несут надежду на то, что в любых жизненных ситуациях они всегда получают утешение и помощь под родительским кровом. Однако лишь родители, не превратившиеся в рабов и слуг своих детей, а состоявшиеся, реализовавшие себя как личности, живущие собственной полнокровной жизнью, смогут долгие годы быть нравственной опорой своих детей, незаменимыми и душевно близкими людьми.

Литература

1. Карabanова О. А. Психология семейных отношений: учебное пособие. – Самара: Издательство СИОКПП, 2001. – 122 с. [Источник: <http://psychlib.ru/mgppu/kps-2001/kps-001.htm#hid44>]

2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под редакцией Е.Г. Силаевой. – М., 2002. [Источник: <http://uchebnik.biz/book/145-psixologiya-semejnyx-otnoshenij-s-osnovami-semejnego-konsultirovaniya/11-formirovanie-supruzheskoj-pary.html>]

Модуль 3. Нарушения функционирования семейной системы

Тема №5. Проблемы брака и семьи

Исследование проблем, связанных с семьей, приобретает все большее значение, как в теоретическом, так и в практическом, жизненном плане.

Известно, что нестабильность брака и семьи, проявляющаяся в росте числа разводов, характерна практически для всех развитых стран мира. Это объясняется влиянием урбанизации и вызванной ею интенсивной миграцией населения, эмансипацией женщин, научно-технической революцией, причинами социально-экономического, культурного, этнического, религиозного характера. В настоящее время институт семьи переживает трудные времена. Отпали многие факторы, стабилизирующие семью извне: экономическая зависимость женщины от супруга, юридический, религиозный, моральный запрет или осуждение разводов. В этих условиях определяющее значение для стабильности брака приобретают внутренние факторы, присущие семье.

Многочисленные социологические исследования показывают: в основе развода в подавляющем большинстве случаев лежит конфликт между супругами, достигший такой степени, что разрешить его можно только путем расторжения брака.

Выделяются несколько уровней супружеских взаимоотношений, на которых могут происходить конфликты.

1. *Психофизиологический* уровень. Здесь дисгармония проявляется в нарушении сексуальной жизни. В целом явление это встречается довольно часто, однако как основную причину решения о разводе его отмечают лишь немногие.

2. *Психологический* уровень. В семье создается нездоровый климат, проявляющийся в постоянных ссорах, взаимных придирках, раздражительности, которая зачастую вымещается на детях.

3. *Социально-ролевой* уровень. Симптомы нарушения стабильности этого уровня - неправильное, неравномерное распределение семейно-бытовой нагрузки, хаотичность семейного уклада.

4. *Социокультурный* (духовный) уровень. Здесь конфликты приобретают форму непонимания супругами друг друга, неуважения, отсутствия интереса или неудовлетворенности общением с партнером, неприятия его жизненных ценностей, идеалов.

Причины, вызвавшие конфликт на том или ином уровне, могут быть самыми разнообразными. Но по времени возникновения их можно разделить на две большие группы. Это причины, возникшие непосредственно во время брака, во время совместной жизни и общего ведения хозяйства, и причины, которые объективно существовали до момента создания семьи. Последнюю группу причин называют *факторами риска*, так как наличие их в период добрачного знакомства уже таит в себе опасность будущего развода. Факторы риска связаны как с личностью человека, его происхождением, воспитанием, так и с условиями заключения брака. К факторам риска относятся:

- большая разница в образовании и в возрасте между супругами (особенно если намного старше женщина);
- склонность к алкоголизму одного из супругов;
- легкомысленное отношение к браку, семье вообще;
- слишком ранний возраст вступления в брак;
- вероятность скорого рождения ребенка;
- слишком малый срок знакомства;
- резкое несогласие родителей на заключение брака;
- брак по принуждению, без взаимного согласия.

Эти факторы дают о себе знать буквально в первые годы совместной жизни и во многом обуславливают то обстоятельство, что более трети разводов приходится на семьи, имеющие стаж совместной жизни от одного до трех лет.

Результаты опросов показывают, что значительная часть молодых людей (около 1/3) вступали в брак на основе мотивов, лежащих вне семейной сферы: желание уйти из родительского дома, совершить ответственный самостоятельный шаг, отомстить кому-либо или просто за компанию с другом (Камаева О.П., Кузнецова М.П., Шабанова О.А. Факторы дестабилизации брака. – Свердловск, 1984). Естественно, что такое поверхностное, несерьезное отношение к браку, отсутствие соответствующей мотивации приводит к тому, что перед супругами не встают задачи самоопределения семьи, выяснения супружеских ролей, внутрисемейного статуса каждого из них, их общих целей.

Каждый седьмой брак, заключенный в первой половине 80-х годов, – это брак между супругами, возраст каждого из которых не превышает 20 лет. В данном случае проявляется чаще всего психологическая неготовность к браку. Молодые семьи, как правило, не отделены от родителей и материально целиком от них зависят. В подобной ситуации встают такие проблемы, как обеспечение самостоятельности молодой семьи, лидерства в ней (зачастую на эту роль претендует кто-либо из родителей супругов), проблема взаимоотношений между членами молодой семьи и живущими с ними родителями, которые могут сложиться неблагоприятно и осложнить неизбежные в этом случае супружеские конфликты.

В России средний возраст впервые вступающих в брак вообще ниже, чем в Европе и США. Он составляет 21,7 года для женщин и 23 – для мужчин. В Западной Европе соответствующие показатели – 25,7 и 28,4. Это связано в первую очередь со спецификой западной системы образования. Причем тенденция к повышению возраста вступления в брак (так называемое взросление браков) у нас пока не наблюдается (См.: Семья на пороге третьего тысячелетия. М., 1995. С.23; ImBlickpunkt: Familienheute. Fr/M., 1996. S.156).

Среди причин разводов встречается такая, как разочарование в партнере и утрата на основе этого первоначального чувства любви. Эта опасность подстерегает в первую очередь тех супругов, срок знакомства которых до свадьбы был непродолжителен (от трех до шести месяцев).

Таким образом, мы видим, что ряд факторов, отрицательно влияющих на прочность брака, может быть выделен еще до создания семейного очага.

Однако большая часть разводов происходит, разумеется, из-за причин, возникающих (складывающихся) непосредственно в результате совместной жизни.

Наибольшее число расторгнутых браков приходится на возраст 25-30 лет, когда супруги становятся достаточно самостоятельными в материальном плане, успели неплохо узнать недостатки друг друга и убедиться в невозможности жить вместе. В то же время они достаточно молоды, чтобы создать новую полноценную семью и иметь детей. Также большое количество разводов приходится на возраст около 40 лет. Это связано с тем, что дети выросли и нет необходимости сохранять семью ради них, а у одного из супругов фактически имеется другая семья.

Максимальная доля разводов падает на первые пять лет супружеской жизни. Наличие в семье детей прямым образом влияет на прочность брака. В многодетных семьях, где количество детей более трех, процент разводов много ниже среднего уровня.

Причины, которые указываются как ведущие при разводе, можно сгруппировать в три блока.

1. *Бытовые* (жилищные условия, неумение или нежелание одного из супругов вести домашнее хозяйство, материальная необеспеченность, вынужденное раздельное проживание).

2. *Межличностные конфликты* (утрата чувства любви и привязанности, грубость, разные взгляды на жизнь, болезнь одного из супругов, ревность, мнительность). В этом блоке главным фактором являются грубость и неуважение супругов друг к другу. Для женщин-инициаторов развода эти причины чаще всего оказываются связанными с алкоголизмом супруга, откуда и проистекают грубость, побои, оскорбления, угрозы и т. д. Для мужчин же, как правило, грубость жены имеет принципиально другое содержание. Это, прежде всего, неуважение к мужу, неверие в его способности, нежелание считаться с его интересами, пренебрежение к производственным (профессиональным) успехам и неудачам, попреки, мелочная опека, нелюбовь к друзьям мужа и пр. С этим тесно смыкается такой фактор, как различие взглядов на жизнь – так называемое несходство характеров. Оно имеет гораздо большее значение для мужчин, чем для женщин.

3. *Внешние факторы* (измена, появление новой семьи или нового чувства у инициатора развода, вмешательство родителей и других лиц).

Конечно, все три группы факторов тесно переплетаются друг с другом. Так, измена может быть следствием невнимания, грубости, а грубость – результатом хозяйственных неурядиц и т. п.

Разные люди по-разному переживают распад своей семьи. По оценкам многих российских и зарубежных социологов, весьма распространенными последствиями разводов являются снижение трудовой активности, высокая вероятность нервных стрессов, психических расстройств. Для общества особенно тягостно, что ослабляется влияние родителей на воспитание детей и дети становятся предметом серьезных конфликтов между разводящимися

супругами, причем зачастую такие конфликты выходят далеко за рамки предразводной и разводной стадий и продолжаются в течение многих лет.

Итак, нестабильность брака создает острые проблемы как для тех, кто хочет создать семью, так и для тех, чья семья оказалась разрушенной. Вместе с тем развод нельзя рассматривать как всецело отрицательное явление, так как свобода расторжения брака – одно из средств обеспечения социальной справедливости в семейно-брачных отношениях, средство сохранения их моральных устоев. Принципиально неверны как злоупотребление свободой развода, так и огульно негативный подход к разводам независимо от индивидуальной ситуации.

Вместе с тем существенную роль в профилактике разводов могут сыграть службы семьи (об эффективности их работы в Москве говорит тот факт, что 2/3 супружеских пар, бывших на грани развода и обратившихся к специалистам, изменили свое решение и сумели урегулировать семейные отношения), улучшение организации бытового обслуживания, решение жилищной проблемы.

Можно выделить три основные «горячие точки» в современных семейно-брачных отношениях. Это проблема стабильности семьи, проблема рождаемости и проблема напряженности в сфере быта. Но даже высокий уровень разводов не означает распада брака как института и кризиса семьи вообще. Напротив, семья признается безусловной ценностью всеми возрастными категориями. Речь идет только о качестве семейных отношений, к которым люди предъявляют все более высокие требования.

Основные типы ревности

1. *Собственническая ревность.* Ее «девиз»: «Вещь всегда должна принадлежать своему хозяину». Обязательно связана с сильным переживанием измены партнера с угрозой разрыва отношений. Возможны следующие причины собственнической ревности: она может быть спровоцирована изменой или подозрительным поведением партнера, возможна от охлаждения чувств любимого, отсутствия информации о нем, разлуки, компрометирующей информации. Достаточно часто имеет место беспочвенная ревность, по поводу которой супруги обращаются в психологические консультации. Следует также иметь в виду, что не каждая ситуация даже реальной измены вызывает сильную ревность партнера, и тот факт, что ревность может существовать и без любви. Развитию собственнической ревности в сильной степени способствуют определенные черты характера, такие как властолюбие, эмоциональная холодность, неспособность прощать, педантическое упрямство, любовь к «порядку во всем» и просто неумение уважать личность другого человека.

2. *Ревность от ущемленности.* Обычно свойственна людям с тревожно-мнительным характером, неуверенным в себе, с комплексом неполноценности, со склонностью к преувеличению опасности. Ревности этого типа способствует низкая самооценка, которая, в свою очередь, может сформироваться уже до брака, а может быть вызвана неправильными действиями другого человека или переживанием своей сексуальной несостоятельности. Для людей, ревнующих

от ущемленности, характерно нежелание допустить сравнение с возможным соперником из опасения проиграть в глазах любимого человека. При собственнической ревности больше страдает тот, кого ревнуют, при ревности от ущемленности сомнения больше мучают самого ревнивца.

3. *Обращенная (отраженная) ревность.* Психологический механизм образования: ее источник – проекция собственной супружеской неверности, ненадежности на другого партнера. Логика такой ревности проста: если я могу стать объектом любви другого, то наверняка и мой брачный партнер на это способен. Так, неверные мужья и жены часто оказываются чрезмерно ревнивыми. Подобная ревность наиболее далека от любви (заведомо возможна измена для ревнующего).

Женщины в качестве основной, главной причины развода называют: - пренебрежительное отношение после рождения ребенка; - муж много времени проводит с друзьями, а не дома с женой; - мужская измена; - его невнимание и равнодушие; - отсутствие классного или хотя бы просто хорошего, регулярного секса; - алкоголизм, наркомания, житейский идиотизм и другие негативные черты характера супруга становятся причиной развода;

Мужчины в качестве основной причины разводов называют... банальную скуку. От скуки до развода, как говорится, один шаг. Скука от ежедневно повторяющихся ритуалов семейной жизни, от секса не в качестве награды, а в статусе «обязаловки».

Именно «устоявшиеся», как болото, семейные отношения толкают мужчину на измену, на поиск новых приключений и свежего глотка эмоциональных ощущений.

Мужчину может «добить» как полная прогнозируемость поведения жены и 100% предсказуемость совместного образа жизни, так и то, что благоверная в постели продолжает обсуждать подруг и начальство, а не занимается именно с ним здесь и сейчас классным, хорошим сексом.

Ссоры и яростные конфликты, если они слишком часты и носят деструктивный характер, тоже являются одной из лидирующих причин разводов, т.к. свидетельствуют не о буйстве характеров женщины и мужчины, а об их психологической, сексуальной или бытовой несовместимости.

Основные причины и мотивы внебрачных связей

1. *Новая любовь.* Эта причина характерна для браков, где любовь незначительна или вовсе отсутствует (рассудочные, рациональные или вынужденные браки, основанные на выгоде, страхе одиночества).

2. *Возмездие* – стремление отомстить за супружескую неверность.

3. *Поруганная любовь* – отсутствие взаимности, безответность чувства. Поиск любви в другом партнерстве, где возможна взаимность. Иногда сам изменяющий не любит нового партнера, но откликается на его чувство.

4. *Поиск нового любовного переживания,* как правило, характерен для супружеств со значительным стажем, либо это может быть в семьях с такой моралью, когда от жизни стремятся получить все возможное.

5. *Восполнение* – с помощью супружеской неверности пытаются

восполнить недостаток любовных отношений – из-за длительной разлуки, болезни супруга и иных ограничений на полноту любви в браке.

6. *Тотальный распад семьи*: измена – фактический результат создания новой семьи, когда первая воспринимается как нежизнеспособная.

7. *Случайная связь* – когда измена не характеризуется регулярностью и глубиной переживания (опьянение, настойчивость партнера, «удобный случай»).

По данным социологического опроса, мужчины чаще всего объясняют мотивы вступления во внебрачные связи – половой потребностью. Большей частью эта потребность, не связываемая с какими-то эмоциональными или духовными сторонами общения, удовлетворяется со случайными, малознакомыми партнершами (такие связи составили около 1/3 всех внебрачных контактов) либо в кратковременных, «мимолетных» связях с давними знакомыми, сослуживицами, женами друзей и т. д. (1/4 всех связей).

У женщин на первый план здесь выступило то, что для мужчин было сугубо второстепенным, — неудовлетворенность в браке. Значимость этого мотива для женщин подтверждается и другими данными: среди имевших внебрачные связи женщин только 1/3 удовлетворены браком, и 2/3 неудовлетворенных.

Литература

1. Карабанова О. А. Психология семейных отношений: учебное пособие. – Самара: Издательство СИОКПП, 2001. – 122 с. [Источник: <http://psychlib.ru/mgppu/kps-2001/kps-001.htm#hid44>]

2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования/Под редакцией Е.Г. Силяевой. – М., 2002. [Источник: <http://uchebnik.biz/book/145-psixologiya-semejnyx-otnoshenij-s-osnovami-semejnogo-konsultirovaniya/11-formirovanie-supruzheskoj-pary.html>]

3. Проблемы брака и прочность семьи. <https://studfiles.net/preview/5862520/page:6/>

Тема №6. Разрушение брака и семьи

Если члены семьи по-разному понимают свои роли и предъявляют друг другу несогласованные, отвергаемые; другими ожидания и соответствующие им требования, семья является заведомо малосовместимой и конфликтной. Ведь поведение каждого, отвечающее его индивидуальным представлениям о своей семейной роли, будет рассматриваться им как единственно правильное и желательное, а поведение другого партнера, не отвечающее этим представлениям, – как неверное, неумное и даже злонамеренное.

Молодежь чаще видит причины в несовместимости, новой любви, изменах и однообразии, старшие же возрастные группы – в ослаблении ценности семейной жизни для поколения нынешнего, а также в пьянстве.

Перечислим причины роста разводов:

- изменение функций семьи, а именно, хозяйственной (экономической) стороны. Женщина может зарабатывать больше, чем мужчина, и становиться как бы более независимой;

- успехи в борьбе за равноправие полов (феминизм);
- отсутствие негативных стереотипов у разведенных;
- освобождение от классовых, религиозных и национальных предрассудков;
- изменение темпа и стиля жизни в урбанизированном обществе;
- дифференцированность жизненного цикла;
- рост продолжительности жизни;
- усиление миграционных процессов;
- еще одна причина – снижение влияния родителей на выбор супруга.

Следствием чего является большое количество «ранних», поспешных браков.

Причинами развода могут быть не только напряженность отношений и тревожность в определенные кризисные периоды, но также много и других как прямых, так и косвенных (казалось бы, не имеющих к распаду семьи никакого отношения) проблем. Перечислим наиболее распространенные факторы, входящие в группу риска разводов и увеличивающие вероятность распада брачно-семейных отношений:

- конфликтные отношения (развод) родителей одного из супругов;
- совместное проживание с родителями одного из супругов на их жилплощади;
- поздний или ранний возраст вступления в брак;
- деидеализация партнера;
- высокая личностная конфликтность одного или обоих супругов;
- неравный уровень образования и социального статуса супругов;
- профессиональная занятость женщины, в том числе «бикарьерная семья»;
- вынужденное раздельное проживание супругов (командировки, разъезды, так называемая «дистантная» семья);
- измены, сексуальная неудовлетворенность в браке;
- отсутствие доверия в семейных отношениях;
- бесплодие одного из супругов, невозможность иметь детей;
- добрачная беременность (так называемые «стимулированные» браки);
- рождение ребенка в первые (1-2) годы брака;
- совместное проживание с родителями и пр.;
- употребление алкоголя и наркотиков.

Исследователи семейных отношений пришли к выводу, что бескризисное развитие семьи невозможно, однако не все причины ведут к разрушению. К «злу», которое может разрушить брак, относят:

1. Перегрузки и физическое истощение. В этом кроется серьезная опасность. Особенно это касается тех молодых людей, которые только начали свою профессиональную или академическую карьеру. Опасно братья за все сразу: учиться в институте, работать полную рабочую неделю, нянчить детей (один –

грудной младенец, другой – только начал ходить), ремонтировать квартиру и заниматься бизнесом. Злоупотребление кредитом и ссоры по поводу денежных трат.

2. Эгоистичность. В мире существует две группы людей: дающие и берущие. Брак между двумя дающими будет, скорее всего, счастливым. Частые трения неизбежны при браке между дающим и берущим. Но двое берущих за какие-нибудь полтора месяца раздерут друг друга в клочья! Таким образом, эгоистичность и брак несовместимы.

3. Вмешательство родителей. Некоторые родители с трудом представляют, что их дети – взрослые, самостоятельные люди, и они, если живут поблизости, часто вмешиваются в жизнь молодых, подрывая их отношения.

4. Нереальные ожидания. Некоторые люди на пороге брака ожидают чего-то поистине необыкновенного: коттеджи в розах, прогулки по дорожкам, усыпанным цветами, - ничем не нарушаемая идиллия. Неизбежное разочарование – это эмоциональная ловушка.

5. Пьянство и наркотики. Они убивают не только браки, но и людей. Их нужно страшиться, как чумы.

7. Все, что как бы «незаконно» внедряется в отношения супругов, способно встать между супругами (например, ревность, низкая самооценка и другое).

8. Порнографию, азартные игры, все дурные пристрастия вообще.

Иногда супруги пытаются сохранить брак, связав его большой численностью детей (от «троих не уйдет!»). Однако упрямые факты говорят, что стабилизировать брак количеством детей не удастся: оставляют и бездетных партнеров, оставляют и многодетных.

Основные причины разводов (соцпроблемы)

Несоответствие (несовместимость) характеров;

Нарушение супружеской верности;

Плохие отношения с родителями (вмешательство родителей и других родственников);

Пьянство (алкоголизм);

Вступление в брак без любви или легкомысленное вступление в брак;

Осуждение супруга к лишению свободы на длительный срок.

Семья в разводе

К такому типу проблемных семей относят следующие семьи:

– семьи, которые находятся на грани развода;

– семьи с разведенными родителями.

Все члены такой семьи переживают стрессовое состояние, связанное с необходимостью прерывать значимые отношения и нарушением стабильности.

Наиболее сильное влияние развод оказывает на детей. Для ребенка семья – это то, что существует вечно. Поэтому расставание родителей – это разрушение всех сфер привычной жизнедеятельности ребенка. В психологической литературе рассматриваются результаты влияния развода на детей разного возраста:

– дети в возрасте 3-6 лет часто испытывают чувство вины и самоунижения, т.к. думают, что причина того, что произошло, в них;

– дети в возрасте 7-8-9 лет чаще переживают чувства злости, обиды, особенно на отца;

– дети в возрасте 10-12 лет чувствуют себя заброшенными, сердятся на родителей, стыдятся своих семейных проблем;

– и только дети в возрасте 13-18 лет, испытывая чувство потери и обиды, все же способны достаточно адекватно представить себе причины и последствия развода; качество своих отношений с каждым из родителей.

С точки зрения А.И. Ташева переживания ребенка в ситуации развода усугубляют следующие обстоятельства:

– ссоры родителей, предшествующие разводу и неизбежное ухудшение отношений с ребенком;

– ощущение ребенком эмоционального отсутствия ушедшего родителя;

– восприятие ухода родителя как обесценивания самого ребенка;

– изменение интенсивности общения ребенка с оставшимся родителем, т.к. родитель находится со своими переживаниями, и увеличиваются бытовые нагрузки;

– возможное ухудшение отношений ребенка со сверстниками.

Неадекватные стратегии поведения супругов в ситуации развода тоже усиливают переживания ребенка. Рассматривают следующие неадекватные стратегии поведения супругов:

1. Использование ребенка для разрешения супружеских конфликтов.

Если конфликт принял затяжной характер, и супруги не разговаривают друг с другом, ребенок может выполнять роль «беспроволочного телеграфа».

2. Разделение с ребенком ответственности за развод.

При такой стратегии родители обращаются к ребенку с навязчивыми вопросами, типа:

– «Как ты думаешь, не будет ли лучше, если мы с папой (мамой) расстанемся?»;

– «Что лучше для твоего будущего, если мы будем жить плохо вместе или расстанемся?».

3. Манипулирование чувствами ребенка.

При данной стратегии ребенка могут использовать с целью: примириться; вернуть к себе почти утерянного супруга; обратить на себя внимание.

Например, мать говорит ребенку: «Скажи отцу, что я не переживу развода».

Одна из основных трудностей, с которой сталкиваются разводящиеся супруги, состоит в том, как сообщить ребенку об уже принятом решении, не нанося ему слишком сильной психологической травмы. Главное, необходимо отказаться от обвинительной стратегии поведения в конфликтной ситуации развода.

Отказ от обвинительной стратегии означает следующее:

- не обвинять супруга (супругу) при ребенке, для которого – он (она) не плохой муж (жена), а папа, мама;
- не обвинять в сложившейся ситуации других родственников (бабушек, дедушек, других родственников);
- не обвинять в происходящем самого ребенка (если бы ты себя хорошо вел, этого бы не случилось).

Реакция на неожиданное сообщение о разводе у ребенка может быть отсроченной во времени. В этом случае у ребенка проявляется синдром посттравматического стресса (или шока). Признаки посттравматического шока у детей разнообразны, например:

- 1) навязчивые мысли, яркие воспоминания об отце, его прикосновениях и запахах;
- 2) наоборот, избегание ребенком всего того, что связано с травмой развода: имени отца, упоминания о его профессии, о любимых совместных занятиях и т.п.;
- 3) ребенок может вообще забыть определенный период жизни (вычеркнуть его из памяти), связанный с разводом родителей. Впоследствии он не сможет вспомнить события данного этапа жизни.
- 4) ребенок может демонстрировать регрессивное поведение (перейти на более раннюю стадию психического развития):
 - в результате забыть определенные поведенческие навыки, которыми овладел раньше (забыть, как пользоваться горшком, завязывать шнурки и т.п.);
 - вернуться к более ранним играм, причем игры становятся более агрессивными;
- 5) проявляет сверхбдительность: постоянно проверяет, на месте ли игрушки, вещи, не исчезли ли они, так же как отец.

Родители такие странности в поведении ребенка часто объясняют его желанием позлить старших. На самом деле такое поведение ребенка можно объяснить неосознаваемым желанием привлечь к себе внимание родных.

Взрослым необходимо помнить, что ребенку в ситуации развода нужна соответствующая психологическая поддержка.

Повторный брак

По статистике в повторный брак вступает чуть менее половины разведившихся людей. В повторном браке могут возникать специфические проблемы, обусловленные грузом прежнего семейного опыта, то есть многие неразрешенные проблемы первых браков переходят в повторные браки. Эта тема недостаточно исследована и отражена в специальной литературе.

С. Кратохвилл выделил и исследовал следующие типы повторных браков:

1. Женитьба разведенного мужчины (среднего и пожилого возраста) на молодой, свободной и бездетной женщине.

Отношения супругов складываются гармонично при комбинации «родительского» и «детского» поведения супругов. Если жена отказывается играть роль ребенка, судьба брака будет зависеть от способности мужа изменить тип взаимоотношений с молодой и социально успешной женой.

2. Женитьба разведенного мужчины (дети которого живут с матерью) на разведенной женщине с одним ребенком или с несколькими детьми.

Проблемы возникают, если дети не признают отчима как полноправного члена семьи, что сказывается на супружеских отношениях. Супружеские отношения могут оптимизироваться при рождении общего ребенка. Однако, напряженность в семейных отношениях может усилиться, если возникают частые конфликты между «её» детьми и «их» детьми.

3. Женитьба вдовца на вдове.

Если прежние браки были благополучны, то проблемы могут возникнуть в ситуации, когда один из супругов сравнивает своего настоящего партнера с первым супругом, идеализируя при этом умершего.

С. Кратохвилл выделяет и некоторые преимущества повторных браков:

– супруги относятся к своему браку более рационально, что делает брак более устойчивым;

– партнеры более подготовлены к возможным семейным осложнениям;

– супруги с большей готовностью прилагают усилия для сохранения семьи.

В некоторых случаях повторные браки идентичны первым. Например, женщина, оставившая мужа алкоголика, опять выходит замуж за пьющего мужчину (возможно, эта женщина привыкла играть роль спасателя или преследователя).

В. Сатир исследовала повторные браки, в которых мужчина или (и) женщина имеют детей от первого брака. Такие вновь созданные семьи В. Сатир называет смешанными, выделяя следующие типы:

1) женщина с детьми выходит замуж за мужчину без детей;

2) мужчина с детьми женится на женщине без детей;

3) оба супруга имеют детей от предыдущих браков.

В. Сатир выделяет следующие распространенные проблемы смешанных браков:

1. Женщина со своими детьми создает коалиции, не доверяя отчиму воспитание детей. Это препятствует вхождению отчима в семейную систему.

2. Мужчина (отчим), не обладая ещё у детей достаточным авторитетом, активно включается в воспитание и начинает демонстрировать свою мужскую твердость, особенно по отношению к сыновьям. В результате семейные отношения нарушаются.

3. Вхождению нового супруга в семью препятствуют уже сложившиеся семейные правила и нормы. Невольно нарушая их, новый человек воспринимается чужим.

4. Супруги могут проецировать друг на друга ожидания, обусловленные прошлым семейным опытом. В результате контактируют с образом предыдущего партнера, а не с реальным супругом.

Литература

1. Карбанова О.А. Психология семейных отношений: учебное пособие. – Самара: Издательство СИОКПП, 2001. – 122 с. [Источник: <http://psychlib.ru/mgppu/kps-2001/kps-001.htm#hid44>]
2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под редакцией Е.Г. Силяевой. – М., 2002. [Источник: <http://uchebnik.biz/book/145-psixologiya-semejnyx-otnoshenij-s-osnovami-semejnego-konsultirovaniya/11-formirovanie-supruzheskoj-pary.html>]
3. Психология семейных отношений: Учебное пособие / Автор/создатель: Захарова Г.И. http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/022/73022/51243?p_page=5
4. Шнейдер Л. Б. Основы семейной психологии: Учеб. пособие. – М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2005. – 928 с.

Модуль 4. Семейное психологическое консультирование

Тема №7. Семья в контексте консультирования

В настоящее время семейное консультирование является широко востребованным видом психологической помощи среди населения России. Семейные консультанты работают в психологических центрах, в консультациях, ЗАГСсах, действующих в системе министерства социальной защиты и комитетов по охране семьи и детства, а также в других учреждениях.

Использование потребности в помощи. Консультативная модель психологической помощи предполагает работу с семьями и членами семей, которые не только объективно, но и субъективно испытывают трудности в семейном общении и семейном воспитании, т.е. мотивированы на принятие психологической помощи и добровольно обратились в консультацию. Это положение основано на том, полученном в опыте факте, что психологические методы воздействия эффективны только для семей, добровольно обращающихся к психологу.

На всем протяжении своей жизни семья может столкнуться и неизбежно сталкивается с разнообразными проблемами и кризисами.

Эти проблемы и кризисы имеют различную природу и происхождение.

Часть из них связана с прохождением семьи через различные стадии жизненного цикла, с теми обычными, естественными событиями, которые происходят в семьях и которые отделяют одну стадию жизненного цикла от другой. Любое «естественное» событие в жизни семьи (вступление в брак, рождение ребенка, поступление ребенка в школу, чья-то смерть или болезнь и т.д.) и его последствия с неизбежностью порождают в семьях те или иные проблемные ситуации, кризисы, требуют от семьи принятия соответствующих решений, мобилизации для этого необходимых ресурсов. Их принято называть «нормативными стрессами».

Другие проблемы и кризисы, с которыми приходится сталкиваться семье, порождаются такими событиями как преждевременная смерть, развод, потеря работы, арест, стихийное бедствие, инфляция, безработица, война.

Кризисные события и ситуации могут совершенно по-разному восприниматься и переживаться семьями, находящимися на разных стадиях жизненного цикла. Они имеют критическое значение для развития семьи, т.к. ведут или к конструктивному разрешению кризиса и развитию, или к семейной дезадаптации и последующему разрушению семьи. Исход зависит от характера восприятия текущих кризисных ситуаций и возможностей их разрешения семьей.

Семья может иметь выявленную и сформировавшуюся потребность в обращении к внешней поддержке для разрешения как нормативных, так и ненормативных кризисов, но эта потребность может быть и не выявлена и даже не сформирована.

В основном за психологической помощью обращаются разводящиеся семьи, семьи с одним родителем, семьи с отчимом или мачехой, семьи с приемными родителями, семьи, имеющие детей-инвалидов, семьи, в которых кто-то из их членов находится в заключении или в психиатрической больнице, семьи, имеющие маленьких детей, семьи, в которых имеет место насилие по отношению к детям или другим членам, семьи с детьми-подростками, имеющими склонность к самоубийству.

В последнее время семейные психологи-консультанты наряду с указанными выше упоминают также семьи с гиперактивными детьми, семьи с проблемными брачными отношениями, семьи, пережившие утрату, семьи алкоголиков, безработных и т.д., а также семьи с сочетанием нескольких проблем.

В ситуациях стресса нуждаются в помощи молодые семьи, в том числе семьи накануне и сразу после рождения первого ребенка, бикарьерные семьи, бедные семьи, семьи, в которых умер маленький ребенок, и т.д.

Многие семьи не в состоянии самостоятельно справиться с проблемами и кризисами, не способны изменить себя ради сохранения своей целостности.

С точки зрения способности семьи решить возникающие перед ней нормативные и ненормативные кризисы, все семьи могут быть разделены на три группы:

- зрелые семьи, в которых система взаимодействий достаточно гибка, члены которых свободны в проявлении своих чувств и желаний, в которых все возникающие проблемы открыто обсуждаются в семье, что дает возможность находить новые образцы отношений, адекватно изменять семейную структуру;

- псевдоблагополучные семьи, в которых основная масса усилий направлена на поддержание согласия и единства перед внешним миром и в которых поэтому исключены любые индивидуальные разногласия, а целостность достигается до поры до времени как подчинение воли и желаний всех воле и желаниям одного;

- проблемные семьи, взаимодействия в которых хаотичны и основаны на беспрерывных спорах и конфликтах, ведущих к кризису, и в которых прошлый опыт ничему не учит и не служит ориентиром для поведения в будущем.

Очевидно, что объектами психологической помощи могут быть семьи,

относящиеся к любому из этих трех типов. Однако, во-первых, степень нуждаемости их в помощи различна, как различно и конкретное содержание ее. Зрелые семьи могут нуждаться в поддержке, скорее, в ситуациях ненормативного стресса, при возникновении опасных, но естественных ситуаций (несчастный случай, серьезное заболевание, физический или умственный дефект, безвременная смерть, несчастье, вызванное внешними факторами).

Псевдоблагополучные семьи, может быть, в большей степени нуждаются в психологической помощи, однако из-за их «закрытости» для внешнего мира обращение к ней возможно лишь в случае событий, как бы «взрывающих» границы семьи и становящихся известными. Таковыми могут быть психические заболевания, случаи открывающегося насилия над членами семьи, суицида и т.д.

Проблемные семьи, имеющие хаотическую структуру внутреннего и внешнего взаимодействия, низкоорганизованные, конфликтные в наименьшей степени обладают собственным потенциалом разрешения кризисных ситуаций. Поэтому они в наибольшей степени нуждаются в психологической поддержке и помощи.

Семейное консультирование целесообразно, когда:

- семейная проблема является проблемой взаимоотношений, такой как супружеский конфликт, сильное соперничество между сводными детьми, конфликт между поколениями;

- рассматриваемая проблема имеется у одного члена семьи, а на остальных его симптоматика оказывает сильное воздействие; например: алкоголизм, наркомания, правонарушения подростка, психоз;

- семейное консультирование может быть показано, когда консультант интенсивно работал с проблемой, имеющейся у одного из членов семьи, а успех был незначительным. В этой ситуации семейный психолог должен принимать во внимание гомеостатическую функцию, в которой симптомы одного клиента служат опознавательными знаками патологии всей семейной системы. Например: длительная депрессия у женщины средних лет может рассматриваться ею как единственный способ управления мужем и детьми;

- наконец, это огромное количество семей, которые хотят больше узнать о себе, изменяться и совершенствоваться. Такие семьи часто обращаются к нам сами.

Семейное консультирование может быть противопоказано, когда:

- члены семьи пытаются решить свои проблемы своими силами и не желают вмешивать посторонних;

- неблагополучие семьи кроется не столько в межличностных отношениях или психологических особенностях членов семьи, сколько в конфликтных отношениях семьи с обществом, одно только психологическое воздействие малоэффективно;

- семья характеризуется антиобщественной направленностью (пьянством, аморальным образом жизни, жестоким обращением с детьми), она должна быть объектом всей системы воспитательных воздействий общества;

- наиболее значимые члены семьи отсутствуют или не желают принимать участие (госпитализированы, в тюрьме и т.д.);
- один член семьи имеет такую сильную патологию, из-за которой сеансы не могут состояться;
- структура семьи или супружеская коалиция являются настолько хрупкой, что непосредственное вмешательство было бы слишком для нее угрожающим. В этом случае, возможно, лучше встретиться с каждым из супругов отдельно.

Кроме адресной помощи отдельным членам семьи, необходимо упомянуть вопросы оказания психологической помощи и поддержки детям. Психологи, используя правовую силу Конвенции о правах ребенка, могут и обязаны следить за отношением к защите достоинства детей в семье.

Тщательное изучение Конвенции показывает, что она отражает появление во всем мире поразительного согласия в том, что ребенок – действительно личность, что он тем более имеет право на уважение и защиту. Конвенция объединяет разноплановые взгляды на права детей, сосредотачивая внимание на уважении достоинства детей – слове, которое в разных контекстах встречается в Конвенции семь раз. Уважение достоинства требует, чтобы со всеми детьми в государстве обращались одинаково. Различия в обращении могут быть связаны только с индивидуальными особенностями детей. Правовая недостаточность не должна определяться поступками родителей (что происходило при дискриминации «незаконных» детей в прошлом) или социальным положением.

Предоставление ребенку свободы с самого раннего возраста имеет большое значение для его развития, способствуя активному участию в обучении и лечении и развитию самоконтроля. Известно, что уже в младшем школьном возрасте дети дорожат свободой и личной жизнью. И напротив, сильное ограничение свободы, и вторжение в личную жизнь, вызывает у ребенка чувство неудовлетворенности и неуверенности в себе. Наиболее травмирующие события для детей – это нападки на их личностную и физическую целостность (например, при телесных наказаниях) или психологическую (например, при обвинении во лжи).

Серьезное отношение к детям в семье, вероятно, приведет к улучшению их благосостояния и социализации. Только тогда они смогут развить такие навыки и усвоить те ценности, которые позволят им стать полезными гражданами, заботящимися как о своем родном обществе, так и о мировом сообществе. Об этом должен постоянно помнить психолог-консультант, работая с семьей.

Профессиональный характер помощи. Помощь, оказываемая психологом, строится на базе профессиональной подготовки в области индивидуального и семейного консультирования, индивидуальной или групповой психотерапии, а также в области психологии развития, психологии личности, социальной и медицинской психологии и других специальных дисциплин. Это положение подчеркивает то обстоятельство, что, находясь в сложной жизненной, и в частности семейной ситуации, человек может получить полезный совет от

родных, друзей, знакомых. Никакая служба не может отменить ценности участия близких, друзей и заинтересованной помощи общественных организаций. Однако было бы нецелесообразным и расточительным организовывать Службу, которая ограничивалась бы советами, основанными на здравом смысле и благожелательном отношении. Здравый смысл и доброжелательность, конечно же, важные и необходимые качества практического психолога, однако свои действия в тех или иных ситуациях он основывает на профессиональных знаниях и опыте.

Недостаточный профессионализм в практике консультирования приводит к тому, что консультант оказывается не столько союзником, сколько соучастником своего клиента. Он вступает с ним в коалицию, направленную против другого члена семьи, который на самом деле не меньше нуждается в помощи и поддержке, либо становится «эмоциональным донором», который профессиональную деятельность подменяет растратой чувств и эмоций, нередко в ущерб собственной личной жизни и семейным отношениям.

Модель профессиональной консультативной психологической помощи предполагает: 1) установление контакта с клиентом, который здоров с медицинской точки зрения, но испытывает то или иное неблагополучие в семейной жизни, нуждается в помощи и просит о ней; 2) проведение психологической диагностики, направленной на выявление причин неблагополучия и определение возможных форм помощи; 3) собственно консультативную работу, коррекционные или психотерапевтические мероприятия, направленные на снятие имеющегося неблагополучия путем активации собственных психологических ресурсов клиента или семьи в целом.

Индивидуальный подход. Акцент в работе психолога-консультанта делается на устранении или профилактике тех индивидуально- или социально-психологических причин, которые, по-разному проявляясь в разных семьях, приводят к распаду семьи, глубоким семейным дисгармониям, алкоголизму, невротическим заболеваниям, снижению качества семейного воспитания и нарушениям в поведении и развитии детей. Хотя за всеми этими явлениями могут стоять общие проблемы социально-демографической, экономической или социологической природы, психолог-консультант исходит из Допущения, что они по-разному трансформируются у разных людей, в разных семьях и опосредуются личностными особенностями членов семьи, их психологическими ресурсами. Благодаря этому опосредующему влиянию психологических структур и процессов одни и те же факторы в одних семьях приводят к дисгармониям и неблагополучию, а в других – нет. Поэтому объектом анализа и воздействия в рамках консультативной психологической помощи всегда является конкретная семья (или личность) с присущими только ей особенностями развития, реагирования на жизненные ситуации, способами решения конфликтов, планами и т.д.

Цель консультативной работы – стремиться к выявлению индивидуальных причин семейных дисгармоний и содействовать устранению этих причин в конкретных случаях.

За одними и теми же по своему содержанию жалобами родителей могут лежать самые разные причины: особенности темперамента ребенка, не учитываемые родителями, соматические или психические заболевания, неудачно сложившийся опыт общения в коллективе, психическая травма, особенности воспитательного стиля или личности самих родителей, специфика семейной ситуации, характер общения и различные трудности в контактах родителей-супругов, в том числе и сексуальные проблемы. Это означает, что специалисты Службы семьи должны уметь определить природу тех или иных нарушений и оказать адекватную помощь.

Процесс принятия решений о ходе консультирования может быть представлен в виде следующей схемы.

1. Диагностика (сбор информации о проблеме клиента).
2. Поиск причины, которая могла «запустить» проблему (например: потеря, неудача, чувство вины и т. д.).
3. Цели консультирования.
4. Стратегия консультации (техники).
5. Оценка эффективности консультирования и разбор всех предшествующих этапов процесса.

Семейное консультирование – это одна из разновидностей семейной психотерапии, которая имеет свои отличительные признаки и границы терапевтического вмешательства. Семейное консультирование развивалось параллельно с семейной терапией, взаимно обогащая друг друга. Основной целью, стоящей перед семейным консультированием, является изучение проблемы члена или членов семьи для изменения взаимодействия в ней и обеспечения возможностей личностного роста.

Чем отличаются семейное консультирование и семейная терапия? Во-первых, семейное консультирование не принимает концепцию болезни. Во-вторых, в нем поставлен акцент на анализе ситуации и аспектов ролевого взаимодействия в семье. В-третьих, оно призвано помочь в поисках личностного ресурса субъектов консультирования и обсуждении способов разрешения ситуации. В-четвертых, парадигмальное самоопределение в рамках семейного консультирования носит конвергентный характер.

Рассмотрим теперь некоторые специальные условия успешности проведения психологического консультирования по вопросам семейного характера. Здесь, приступая к консультированию, психологу, прежде всего, необходимо знать общие законы формирования семьи и развития семейных взаимоотношений, чтобы с учетом этих законов давать клиентам разумные и обоснованные практические рекомендации.

Наиболее важными законами подобного рода являются следующие.

1. В то время, когда семья только еще создается (это в первую очередь касается молодых семей), будущие супруги, как правило, не могут еще относиться друг к другу вполне объективно и беспристрастно. Они в той или иной степени субъективны и, как правило, идеализируют друг друга, предвзято друг к другу относятся, преувеличивая достоинства, преуменьшая или вовсе не заме-

чая недостатков. В силу этого и ряда других обстоятельств через некоторое время в молодой семье наступает взаимное охлаждение молодых супругов друг к другу. Это, в частности, связано с тем, что со временем яркие эмоциональные переживания притупляются, и наступает период привыкания людей друг к другу. Кроме того, по мере приобретения не только положительного жизненного опыта совместной жизни молодые супруги лучше друг друга узнают, и не только с положительной стороны. Дело здесь в том, что многое из того положительного, чем они в действительности обладают, уже, как правило, было им известно до заключения брака, а многое из того, что есть в них отрицательного, они или не осознавали, или не проявляли, вольно или невольно скрывали друг от друга.

2. Чаще всего период временного взаимного охлаждения во взаимоотношениях супругов наступает уже после рождения их первого ребенка, обычно на втором или третьем году совместной жизни. Это, в частности, связано с тем, что после рождения первого ребенка мать начинает уделять ему больше внимания и времени, чем супругу, и ее требования к последнему одновременно возрастают. Однако впоследствии, примерно к 3-4-летнему возрасту ребенка, обстановка в семье, ухудшившаяся по указанным выше причинам, как правило, вновь нормализуется. Поэтому, проводя психологическое консультирование молодых семей, к которым указанные законы имеют прямое отношение, следует разъяснять супругам, что происходящее с ними – это хотя и неприятное, но закономерное явление, которое не следует воспринимать как трагедию или катастрофу. Нужно, напротив, набраться терпения и пойти на взаимные уступки, компромисс, и довольно скоро все станет в семье на свои места.

3. Какими бы психологически похожими друг на друга людьми ни были супруги, в чем-то важном для их совместной жизни они все же будут отличаться друг от друга, и это рано или поздно приведет к возникновению разногласий между ними. Наличие разных точек зрения по одним и тем же вопросам у членов семьи является скорее нормой, чем отклонением от нее. Противоречия между супругами рано или поздно возникают в любой семье, и в этом плане благополучные семьи отличаются от неблагополучных тем, что в первых – благополучных – супруги быстро научаются принимать эти противоречия как нормальное явление, идти на взаимные уступки, а во вторых – неблагополучных – идут на конфликты и не умеют искать компромисса,

4. Каждый член семьи принадлежит как личность семье и является вместе с тем вполне самостоятельным, независимым человеком, имеющим свои, не всегда полностью связанные с семьей, интересы. Как член семьи он должен брать на себя определенные обязанности перед ней, однако как самостоятельный человек он может и должен иметь в семье относительную свободу действий. Нормальной для благополучия современной европейской семьи является ситуация, при которой, с одной стороны, права и обязанности каждого члена семьи перед ней как бы уравниваются, а с другой стороны, все без исключения члены данной семьи получают в ней одинаковые права и равный объем обязанностей. С добровольного согласия кого-либо одного и остальных членов

семьи допускается неравномерное распределение между ними семейных обязанностей, но любые случаи несправедливого распределения обязанностей или ограничения прав кого-либо из членов семьи в пользу других ее членов ведут, как правило, к возрастанию напряженности в семье и, в конечном счете, – к ее психологическому неблагополучию.

Остановимся на некоторых общих правилах, которые психологу-консультанту следует принимать во внимание, проводя психологическое консультирование.

Не рекомендуется, например, в процессе проведения психологического консультирования супругов по проблемам взаимоотношений между ними становиться на сторону одного из супругов, так как в большинстве случаев в возникновении любой проблемы во внутрисемейных взаимоотношениях почти всегда виноваты все участвующие в них люди, т.е. как минимум две вовлеченные в конфликт стороны. Это, однако, не означает, что их вина в конфликте обязательно должна быть абсолютно одинаковой, что оба участника в равной мере ответственны за него. Это лишь значит, что односторонние действия психолога-консультанта в пользу только одного из супругов могут привести не к устранению, а к усугублению конфликтной ситуации, так как они вряд ли встретят понимание со стороны того супруга, который выступает виновником конфликта (если бы он сам это достаточно хорошо понимал и принимал, то и самого конфликта, наверное, не было бы). Иными словами, поддержка одной стороны в конфликте никогда не приведет к его разрешению. Данное правило особенно важно соблюдать тогда, когда психологическое консультирование проводится в очной форме, в присутствии обоих супругов.

Если предметом консультирования является получение от психолога рекомендаций в связи с повторным вступлением в брак или объединением в единую семью сравнительно мало знакомых друг с другом достаточно взрослых людей, то в этом случае следует обращать особое внимание на следующие обстоятельства. У тех людей, для которых первый брак оказался неудачным, нередко встречаются так называемые дезадаптивные черты характера – такие, к которым в семейной жизни трудно приспособиться практически любому человеку. Человек, вступающий во второй или последующий брак, должен это хорошо понимать и признавать, иначе довольно скоро проблемы, аналогичные тем, которые существовали в его прежней семье, неизбежно возникнут и в новой, поставив ее так же, как и прежнюю семью, на грань катастрофы. Об этом психолог-консультант должен открыто и твердо предупредить клиента и, если тот пожелает, помочь ему не только осознать свои недостатки, но и избавиться от них.

Далее важно дать понять клиенту, что такие же или иные недостатки характера могут обнаружиться у его будущего супруга, и к этому также нужно быть психологически готовым.

Заметим, что признание характерологических недостатков супругами и терпимое отношение к ним должно быть взаимным. В этой связи можно, в частности, рекомендовать взрослым людям вступать в повторный брак лишь то-

гда, когда они признают существующие у себя недостатки характера и готовы смириться с недостатками в характере будущего супруга.

Желательно также объяснить будущим супругам, как им следует себя вести в тех случаях и ситуациях, если один из них начнет открыто проявлять имеющиеся у него недостатки, а также научить соответствующим практическим действиям, т. е. показать, как они смогут друг другу психологически помочь в описанной сложной ситуации внутрисемейной жизни. Желательно, чтобы приемы и средства, рекомендуемые психологом-консультантом, были хорошо освоены и продемонстрированы в консультации обоими супругами, вступающими в брак.

Если брак между собой заключают уже немолодые люди и к тому же долгое время жившие порознь и в одиночестве, то их обязательно нужно предупредить о том, что в совместной жизни у них неизбежно будут возникать проблемы, связанные с их психологической несовместимостью друг с другом, обусловленной отсутствием опыта жизни с другими людьми и адаптации к ним.

Таким людям при проведении их психологического консультирования по поводу предстоящего вступления в брак можно рекомендовать следующее: прежде чем заключать брак, надо определиться, смогут ли они в принципе оказаться совместимыми друг с другом по привычкам, взглядам, образу жизни.

Практическое консультирование таких людей вполне может проходить, например, по следующему плану:

1. Психологическое тестирование каждого из клиентов в отдельности при помощи методик, определяющих их потенциальную психологическую совместимость друг с другом, с целью выяснения того, в чем конкретно по своим личностным качествам они могут оказаться совместимыми и несовместимыми друг с другом.

2. Информирование с взаимного согласия клиентов о том, что в их психологии одинаково, совместимо и что не одинаково и не совместимо.

3. Выяснение того, хочет ли и может ли практически каждый из них изменить свое поведение настолько (меру этого клиентам может подсказать психолог-консультант), чтобы реально оказаться психологически совместимым с другим.

4. Предоставление будущим супругам возможности открыто задать друг другу любые вопросы, в ответах на которые может выявиться их возможная совместимость или несовместимость.

5. Проведение заключительного этапа психологического консультирования, во время которого психолог-консультант должен будет проинформировать клиентов о том, каково его профессиональное заключение относительно благополучия их предстоящего брака. Здесь психологу следует быть весьма деликатным и вместе с тем последовательным, принципиальным и профессионально честным. В любом случае, он обязан предупредить будущих супругов о том, что поскольку они взрослые люди, то вряд ли могут в совместной жизни рассчитывать на то, что их личные взаимоотношения будут безоблачными, а также о том, что их персональная психология и поведение не смогут быстро изме-

ниться во время брака таким образом, чтобы это полностью устроило каждого из супругов. Если же они действительно настроены серьезно и во что бы то ни стало хотят сохранить свой брак и семью, то неизбежно должны будут принять друг друга такими, какие они есть.

Литература

1. Основы семейного консультирования <https://studfiles.net/preview/1619656/page:14/>
2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под редакцией Е.Г. Силяевой. – М., 2002. [Источник: <http://uchebnik.biz/book/145-psixologiya-semejnyx-otnoshenij-s-osnovami-semejnego-konsultirovaniya/11-formirovanie-supruzheskoj-pary.html>]
3. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова, Е. В. Зырянова и др.; под ред. Е. Г. Силяевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 192 с. [Источник: <http://viktorijabatrak.narod.ru/8.html>]
4. Шнейдер Л. Б. Пособие по психологическому консультированию: Учебное пособие. – М.: Ось-89, 2003. – 272 с.

Тема №8. Консультирование семьи по поводу сложностей во взаимоотношениях

Основные принципы и правила семейного консультирования можно свести к следующим пунктам.

1. Установление контакта и присоединение консультанта к клиентам. Достигается с помощью соблюдения оптимальной дистанции, способствующей конструктивному общению, а также приемов синхронизации мимики и дыхания консультанта и консультируемого, использования консультантом речевых форм, отражающих доминирующую репрезентативную систему того, кто сообщает о своей семейной проблеме.

2. Сбор информации о проблеме клиента с использованием приемов мета-моделирования (НЛП) и терапевтических метафор.

Чтобы достичь этой цели, консультант может задавать уточняющие вопросы типа: «Какого результата Вы хотите достигнуть?», «Чего Вы хотите?», «Попробуйте сказать об этом без отрицательной частицы «нет», то есть словами, описывающими положительный результат».

3. Обсуждение психотерапевтического контракта, что является одной из важнейших задач семейного консультирования. На этом этапе происходит обсуждение того, как будет распределяться ответственность между клиентом и его консультантом. Например, консультант отвечает за условия безопасности семейного консультирования, за технологии доступа к разрешению проблемы клиента. В свою очередь, клиент становится ответственным за собственную активность, искренность в желании изменить свое ролевое поведение и так далее. После успешного прохождения этой фазы участники договариваются о продол-

жительности работы (например, 3-6 часов), длительности проведения одного сеанса и периодичности терапевтических встреч (например, сначала 1 раз в неделю, впоследствии уже реже - 1 раз в 2-3 недели). Наконец, обсуждаются условия оплаты, а также санкции за нарушение сторонами условий контракта.

4. Далее происходит уточнение проблемы клиента, также определяются ресурсы семьи в целом и каждого ее члена в отдельности. Этому способствуют вопросы: «Как вы раньше справлялись с трудностями? Что вам в этом помогло?», «В каких ситуациях вы были сильными? Как вы использовали свою силу?».

5. Проведение собственно консультации. Здесь необходимо укрепить веру клиентов в успешность и безопасность процедуры консультирования: «Ваше желание осуществить изменения, ваш прежний опыт, активность и искренность в сочетании с желанием консультанта сотрудничать с вами, его профессиональные качества и опыт работы будут надежной гарантией успешности работы». С участниками консультирования обсуждают положительные и отрицательные стороны сложившихся стереотипов поведения, например, с помощью таких вопросов: «Что, по вашему мнению, является самым негативным в сложившейся ситуации? А что самое хорошее в этих обстоятельствах?» Осуществляется совместный поиск новых способов поведения. Консультант предлагает следующие вопросы: «Чего вы еще не делали, чтобы разрешить проблему? Как вели себя значимые для вас люди, если оказывались в сходной ситуации? Смогли бы вы так поступить?» или «Что поможет вам совершить такой же поступок?» Консультант может использовать приемы визуализации: клиенты, находясь в трансе, создают образ новой ситуации, фиксируя при этом возникающие кинестетические ощущения.

6. «Экологическая проверка». Консультант предлагает членам семьи представить себя в сходной ситуации через 5-10 лет и исследовать свое состояние.

7. Приближаясь к завершению семейного консультирования, консультант прилагает усилия по переносу в реальную жизнь и сохранению устойчивости результатов. Это связано с тем, что клиенты иногда нуждаются в действиях, помогающих им обрести уверенность при освоении новых способов поведения. Они могут получить от консультанта какое-нибудь домашнее задание и приглашение прийти на повторную консультацию спустя некоторое время для обсуждения реализации полученных результатов.

8. Отсоединение. Такая процедура оказывается нужной в ряде случаев. Например, в литературе описывается, как это делал Джей Хэйли с помощью «парадоксального задания», точное выполнение которого приводит к противоположному результату. Молодым супругам, с которыми проводилась консультация по поводу выражения своих чувств, было предложено ссориться по часу в день «для проверки своего эмоционального реагирования». Хэйли учитывал, таким образом, человеческую природу, зная, что никто не будет сознательно вредить себе. Супруги попробовали выполнять задание и бросили его, у них укрепилось желание ценить друг друга, и они приняли решение отказаться от услуг «поглупевшего консультанта», таким образом, совершилось «отсоединение».

Использование методов психологического воздействия. В ситуации оказания психологической помощи консультант опирается, прежде всего, на 1) личностные ресурсы своего клиента и на свои личностные ресурсы и 2) на закономерности и психотерапевтический потенциал общения как в диаде консультант – клиент, так и в группе, в том числе в семье. Психолог-консультант апеллирует к разуму, эмоциям, чувствам, потребностям и мотивам клиента, так же как к его способности общаться с людьми, при этом используя различные техники, приводящие в движение эти ресурсы клиента.

Иногда в консультировании применяются специфические методы психологического тестирования. Тем не менее, большая часть семейных консультантов оценивает функционирование семьи, не прибегая к стандартной форме и тестированию, а лишь отталкиваясь от клинического интервью. В первом интервью терапевт выявляет модели взаимодействий внутри семьи, союзы и коалиции. Так как болезненная симптоматика, как правило, служит определенным целям семьи, консультант, прежде всего, старается понять эти цели. Среди вопросов, которые интересуют психолога-консультанта, часто задаются и такие как: « На какой стадии жизненного развития находится семья?», «Какие стрессы вероятнее всего оказали воздействие на семью?», «Какие задачи по развитию семьи следует решить?».

Стандартная психологическая диагностика семьи как системы является слишком сложной. Прежде всего, это связано с тем, что психологический инструментарий, использующийся обычно для диагностики и оценки ориентирован скорее на индивидуальные особенности человека, чем на систему семьи. Как следует из положений теории систем, простое суммирование наборов индивидуальных показателей не дает представления о семье как едином целом. Кроме того, весь инструментарий был традиционно ориентирован на изменение патологии, что требует от психолога определенных усилий, чтобы избежать приклеивания ярлыков патологического характера.

Для диагностики взаимоотношений полезны некоторые психологические тесты: Анализ темперамента Тэйлора-Джонсона, Шкала изменения межличностных отношений, 16-Факторный опросник Кеттелла также может быть взят на вооружение для выявления совместимости во взаимоотношениях.

Имеются также некоторые дополнительные диагностические техники.

Структурированное семейное интервью. Многие психологи проводят структурированное интервью для того, чтобы оценивать взаимоотношения в семье последовательно и надежно. В частности «Структурированное семейное интервью» весьма продуктивно, так как позволяет собрать важную информацию в течение одного часа. Используя эту технику, консультант имеет возможность наблюдать и оценивать человека, диаду и взаимоотношения целой семьи. В ходе структурированного семейного интервью семье предлагается выполнить пять заданий. Психолог просит семью что-нибудь вместе спланировать. Это может быть, например, совместное путешествие. Консультант наблюдает за тем, как семья выполняет это задание.

Наблюдение осуществляется с целью определения характера взаимодействия в семье, способа решения проблем, поведения в конфликтных ситуациях и многого другого. Кроме того, в ходе такого интервью родителям может быть предложено прийти к единой точке зрения в трактовке какой-либо пословицы или выражения, чтобы объяснить ее значение своим детям. Ценная информация извлекается, скорее, из наблюдения за тем, насколько родители допускают разногласия, и за тем, каким образом они вовлекают детей в толкование пословицы, при этом совершенно неважно как трактуется пословица.

Структурированное семейное интервью позволяет провести сравнение семей и облегчает научные исследования благодаря тому, что методика стандартизована и оценочная система относительно объективна.

Семейный опросник жизненных событий. Одной из методик, которая используется для исследования особенностей семьи, является «Семейный опросник жизненных событий». Данный опросник обладает рядом достоинств, такими как экспресс-диагностика, детальный анализ, сравнительный анализ разных членов одной и той же семьи, выявление стрессовых (неожиданных) событий, которые заставили семью прибегнуть к терапии.

Генограмма. Генограмма (или «дерево семьи») является одной из наиболее известных методик экспертизы семьи. Она была разработана Мюрреем Боуэном и используется многими его учениками. Генограмма является структурной диаграммой системы взаимоотношений в семье за несколько поколений. Использование генограммы олицетворяет собой объективность, тщательность и точность, которые согласуются с общим подходом Боуэна. Во многих случаях генограмма может рассматриваться для терапевта как карта путь по эмоциональным процессам семьи.

В основном, генограмма позволяет понять, почему и как отделенные члены семьи были вовлечены в эмоциональные проблемы и почему и как другие были менее вовлечены. И как показывает практика семейной терапии, наиболее важные вопросы направлены на прояснение взаимоотношений внутри и между поколениями, а также на разрядку подавляемых эмоций.

Психотехнический инструментарий. Специальные терапевтические техники.

Видео- и аудиозапись. Использование в семейной консультации видеозаписи может дать ряд преимуществ.

Просмотр видеозаписи во время сессии часто помогает членам семьи по-новому взглянуть на жизнь семьи. Видеозапись дает уникальную возможность собрать в ходе консультирования объективные данные о поведении и проверить его адекватность. Таким образом, она может помочь установить оптимальную психологическую дистанцию и улучшить понимание себя и моделей общения, которые имеются в семье. Корректирующее воздействие видеозаписи состоит также в том, что клиенты имеют возможность сразу же увидеть свое поведение с телеэкрана. Некоторые психологи советуют каждому члену семьи требовать немедленного обращения к видеозаписи во время сессии, чтобы вновь увидеть и проанализировать то, что произошло. Важно то, что участникам сложно отри-

цать какие-либо собственные проявления (слова, действия) перед лицом очевидных фактов, зафиксированных на видеопленке. Многие консультанты далее показывают фрагменты видеозаписи предыдущих сессий для того, чтобы помочь скорректировать текущую сессию.

С помощью видеозаписи консультант может обнаружить нюансы общения, на которые он не обратил внимания раньше, или даже увидеть то, каким образом он сам вел себя на сеансе. Так как сеансы семейной консультации эмоционально насыщены, видеозапись может предоставить важный материал для анализа. Конечно, в случае применения видео- и аудиоаппаратуры должны быть соблюдены этические моменты, такие как, например, конфиденциальность семьи.

Указания (директивы). Это высказывания специалиста (психолога) о необходимости со стороны всей семьи или отдельных ее членов определенных действий. Известный семейный психотерапевт Ф. Баркер предложил простое деление указаний, применяемых в ходе семейной психотерапии: а) указания членами семьи делать что-то; б) указание делать нечто иначе, чем до сих пор; в) указание не делать чего-то, что они до сих пор делали.

Он предложил при этом ряд мер, которые усиливают эффективность этих директив:

- 1) сделать директиву как можно более точной;
- 2) призвать на помощь других членов семьи, которые напомнили бы индивиду о том, что не нужно делать;
- 3) установить систему наград и наказаний, которые помогли бы индивиду удержаться от нежелательных действий.

Директивы делятся на прямые и парадоксальные. В случае парадоксальной директивы истинная ее цель противоположна провозглашенной. Специалист (психолог) в этом случае требует поступить определенным образом, рассчитывая, что члены семьи поступят как раз наоборот. Психолог, работающий с конфликтной семьей, может предписать им - конфликтовать в определенных условиях и случаях, втайне рассчитывая, что такое предписание разрушит присутствующий данной семье «сценарий» конфликтов, сделает конфликты смешанными и искусственными в глазах семьи.

Директивы наиболее эффективны в следующих случаях.

1. Семья способна вести себя иным, чем сейчас образом и такое поведение создает возможность для коррекции нарушения.

2. Имеется возможность перехода семьи к правильному, ненарушенному поведению путем расчленения этого перехода на этапы нарушения, т. к. в жизни семьи необходимо что-то делать иным способом.

3. Имеется возможность реорганизации условий жизни семьи и снятия, таким образом, нарушений в ее жизни (изменение места жительства, тех или иных сторон быта, досуга, режима семьи и т.п.).

Во всех указанных случаях применение указанной техники требует от специалиста (психолога): тщательного изучения семьи; достаточного авторите-

та его в глазах членов семьи; высокой личной примерности; неподдельного желания оказать психологическую помощь семье.

Высокая эффективность этой техники наблюдается на том ее этапе, когда в ходе занятий члены семьи уже научились всему для самостоятельного решения проблем семьи, и теперь нужно лишь помочь им научиться применять полученные знания в повседневной семейной жизни.

Семейная дискуссия – один из наиболее широко применяемых методов в семейной психокоррекции. Это, в первую очередь, дискуссия в семейных группах. Дискуссия может преследовать весьма многочисленные цели.

1. Коррекция неправильных представлений: о различных аспектах семейных взаимоотношений; о способах решения семейных конфликтов и других проблем; о планировании и организации семейной жизни; о распределении обязанностей в семье и др.

2. Обучение членов семьи методам дискуссии, предполагая цель дискуссии – не доказать свою правоту, а совместно найти истину, не прийти к соглашению, а установить истину.

3. Обучение членов семьи объективности (стремление привести их к одинаковому мнению или снижение уровня его поляризации по актуальным семейным проблемам).

Заслуживают внимания приемы семейного психолога. Перед проведением семейной дискуссии: эффективное использование молчания; умение слушать; обучение с помощью вопросов, постановки проблем; повторение; резюмирование.

Обусловленное общение достигается тем, что в обычные, привычные семейные взаимоотношения вводится какой-то новый элемент. Цель его дать возможность членам семьи осуществить коррекцию нарушений в данном отношении. Один из приемов – обмен между членами семьи записками. В этом случае при обсуждении какого-либо вопроса члены семьи не говорят, а переписываются. Цель – замедлить процесс коммуникаций, чтобы члены семьи могли наблюдать его и анализировать. Это и дополнительная возможность прийти в эмоциональное фоновое состояние тем, кому это крайне было необходимо, чтобы далее рассуждать на рациональном уровне.

Нередко в качестве нового элемента (условия) вводятся определенные правила техники «честной борьбы» или «конструктивного спора». Она включает в себя набор правил поведения, которые вступают в силу, когда супруги испытывают потребность выражения агрессии по отношению друг к другу:

1) спор может проводиться только после предварительного согласия обеих сторон, а выяснять отношения следует как можно быстрее после возникновения конфликтной ситуации;

2) тот, кто начинает спор, должен ясно представлять цель, которую хочет достичь;

3) все стороны должны принимать активное участие в споре;

4) спор должен касаться только предмета спора, недопустимы обобщения типа «... и всегда ты...», «ты вообще...»;

5) не допускаются «удары ниже пояса», т.е. применение аргументов, слишком болезненных для одного из участников спора.

Обучение такой техники, как правило, обеспечивает устойчивость против выражения агрессии, умение в этих условиях находить верную линию поведения.

Консультирование по поводу взаимоотношений с ребёнком

Большинство обращений к психологу связано с проблемами, возникающими в процессе воспитания детей. Конечно, не всегда эти вербально предъявляемые проблемы отражают истинное положение ребенка в семье и даже смысл обращения к психологу. Зачастую родителю проще обратиться к профессионалу, ссылаясь на трудности с воспитанием детей, нежели попросить помощи в решении своих непростых «взрослых» проблем.

Всплеск обращений к психологу в дошкольном возрасте ребенка приходится на возраст три года и пять-шесть лет. Пик родительских потребностей в квалифицированной помощи специалиста связан с обучением в начальной школе, далее следует спад, и снова наблюдается увеличение количества консультаций по поводу проблем с воспитанием подростков.

Запросы родителей, нуждающихся в консультациях специалиста, имеют несколько основных направлений.

- Первое – проблемы, связанные с воспитанием детей.
- Второе – проблемы, обусловленные трудностями в развитии и обучении детей.
- Третье – интерес родителей к имеющимся у детей способностям; к особенностям подросткового возраста. Большая группа проблем обусловлена необходимостью принятия семьей решения о дальнейших перспективах развития ребенка, о его профессиональном самоопределении.
- Четвертое – личностные проблемы детей и подростков, межличностное взаимодействие в семье и ближайшем окружении.

Все эти направления родительских запросов тесно связаны с половозрастными особенностями детей и, следовательно, имеют свою специфику, которая определяется полом и возрастом ребенка. В первую очередь, конечно, возрастом.

В работе с родителями применяются групповые формы психолого-педагогической поддержки родителей; индивидуальное психологическое консультирование; групповые психологические тренинги.

Начнем рассмотрение этих форм работы с психолого-педагогической поддержки. Психолог, особенно работающий в образовательном учреждении, должен быть готов к проведению различных собраний с родителями и родительской общественностью. Этот вид работы широко распространен в школах или дошкольных образовательных учреждениях, но именно психолог может внести в их проведение новые идеи, «оживить» их, стимулируя и направляя интерес родителей к проблемам воспитания детей и подростков. После успешно проведенных родительских собраний отмечается «всплеск» родительских запросов на индивидуальное консультирование.

Общие собрания для родителей целесообразно проводить 2-3 раза в год, периодически – в возрастных параллелях. Каждое родительское собрание необходимо завершать конкретными рекомендациями, которые понятны людям с разным уровнем родительской мотивации и реально ими выполнимы.

На родительских собраниях целесообразно демонстрировать фрагменты видеозаписи проводившихся с детьми занятий, сопровождая их комментариями специалистов, приводить конкретные примеры из жизни детей группы или класса. Нужно помнить, что сотрудник учреждения может похвалить конкретного ребенка, но отрицательный факт сообщается всегда без указания фамилии ребенка и реальных участников события.

Широко используется индивидуальное консультирование, которое включает в себя несколько этапов. На каждом этапе реализуются собственные задачи и используются соответствующие приемы.

Задача первого этапа – создать доверительные, откровенные отношения с родителями, особенно с теми, кто отрицает возможность и необходимость сотрудничества. С этой целью применяется такая форма индивидуального консультирования, как беседа. В ходе краткой первичной беседы исключаются прямая или косвенная критика действий родителей, сомнения в их педагогической компетентности. Это уместно лишь в тактичной форме после анализа совокупности сведений о ребенке, в том числе результатов его обследования. При первых же встречах любой намек на неодобрение действий родителей может спровоцировать у них сильные защитные реакции и закроет путь для откровенного обсуждения всех проблем, имеющихся у ребенка.

Второй этап проводится по итогам всестороннего обследования ребенка. Он включает в себя несколько целей:

- подробный анализ общего состояния психического развития и личностных особенностей ребенка, а также характера, степени и причин выявленных трудностей, осторожно обсуждаются перспективы развития и обучения ребенка, а внимание родителей сосредоточивается на их возможностях оказания помощи ребенку;
- разъяснение конкретных мер этой помощи с учетом специфики развития ребенка, объяснение необходимости участия родителей в общей системе психолого-педагогической поддержки;
- обсуждение проблем родителей, их отношения к трудностям, имеющимся в поведении, общении или обучении ребенка;
- планирование последующих встреч с целью выявления динамики продвижения ребенка в условиях воздействия разноплановых факторов.

Если у ребенка в ходе диагностического обследования обнаружено какое-либо отклонение в личностном или психическом развитии, необходимо очень осторожно и обоснованно сообщить о нем родителям. Методически оправданно каждое утверждение о несостоятельности ребенка в том или ином виде психической деятельности подкреплять конкретными фактами, ярко отражающими особенности нарушений развития. Кроме того, родителей необходимо подгото-

вить к консультациям профильных специалистов и/или к последующей коррекционной работе с ребенком.

На третьем этапе проводится коррекционная работа, меняются задачи консультирования, которые предполагают формирование у родителей педагогической компетентности через расширение круга их психолого-педагогических знаний и представлений; привлечение к конкретным коррекционным мероприятиям с их ребенком в качестве активных участников этого процесса.

Наиболее эффективными формами индивидуального воздействия на этом этапе являются:

- совместное обсуждение с родителями хода и результатов коррекционной работы;
- анализ причин незначительного продвижения в развитии отдельных сторон психической деятельности и совместная выработка рекомендаций по преодолению негативных тенденций в развитии ребенка;
- индивидуальные практикумы по обучению родителей совместным формам деятельности с детьми, носящие коррекционную направленность (различные виды продуктивной деятельности, артикуляционная гимнастика, психогимнастика, развивающие игры и задания);
- помощь родителям в решении их собственных проблем и в определении перспектив личностного саморазвития.

Родительские тренинги предназначены для наиболее «продвинутых» родителей, для тех, кто понимает, что помочь ребенку можно лишь в том случае, если меняешься сам. Эти тренинги может проводить только высококвалифицированный психолог, формы занятий различны – контакт-группы, тренинги личностного роста, группы психодрамы, арт-терапия и т.д.

При всем разнообразии форм этой работы главными остаются следующие принципы: систематичность проведения; целевое планирование мероприятий; тематическая связь с родительскими запросами; ориентация на конечную цель; учет социально-психологических установок родителей, коррекция в ходе взаимодействия; наличие конкретного исполнителя и специалиста, ответственного за эту работу.

Литература

1. Консультирование семьи по поводу сложностей во взаимоотношениях с детьми <https://studfiles.net/preview/1619656/page:16/>

2. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова, Е. В. Зырянова и др.; Под ред. Е. Г. Силяевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 192 с. [Источник: <http://viktorijabatrak.narod.ru/8.html>]

3. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию: Учебное пособие. – М.: Ось-89, 2003. – 272 с.

КОНТРОЛЬНО-ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Тест к 1 модулю. Семья как объект социально-психологических исследований.

Задание №1 (выберите варианты согласно тексту задания)

Найдите соответствие между понятием и его определением

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

А) Психология семьи и семейного консультирования и брака – это	А) супруги, мать – ребёнок, отец – ребёнок;
Б) семья – это	Б) легитимное признание взаимоотношений мужчины и женщины, которые сопровождаются рождением детей и ответственностью за физическое и моральное здоровье членов семьи;
В) брак – это	В) малая социальная группа, основанная на браке, кровном родстве, общностью быта, отношения взаимопомощи и взаимной ответственностью;
Г) основными семейными подсистемами являются -	Г) междисциплинарное направление в психологии, изучающее проблемы брака и семьи.

Задание №2 (выберите один вариант ответа)

Наиболее распространённой моделью семьи является:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) разветвлённая;
- Б) неполная;
- В) нуклеарная;
- Г) смешанная.

Задание №3 (выберите несколько вариантов ответа)

Семью характеризуют следующие параметры:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) дееспособность;
- Б) единство взглядов;
- В) активность;
- Г) отсутствие конфликтов

Задание №3 (выберите несколько вариантов ответа)

Функции семьи:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) коммуникативная;
- Б) питательная;
- В) организационная;
- Г) репродуктивная.

Задание №5 (выберите варианты согласно тексту задания)

Найдите соответствие между понятием и его определением

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

А) благополучные семьи -	А) в которых выполнение функций нарушено, в силу чего в родительской, супружеской, материально-бытовой и других сферах жизнедеятельности не достигаются цели членов семьи и общества в целом;
Б) дисгармоничные семьи	Б) нет чётко выраженных семейных глав и где преобладает ситуативное разделение власти;
В) нуклеарные семьи – это	В) семьи, проблемы которых, вызваны внутренними противоречиями, которые связаны с изменяющимися условиями жизнедеятельности в обществе;
Г) эгалитарные семьи	Г) муж, жена и их дети.

Задание №6 (выберите несколько вариантов ответа)

Основными подсистемами семьи являются:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) прародители;
- Б) муж-жена;
- В) сиблинги;
- Г) отец-сын.

Тест ко 2 модулю. Брак и семья.

Задание №1 (выберите несколько вариантов ответа)

Детско-родительские отношения характеризуются:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) потребностями в социальном контакте;
- Б) привязанностью ребёнка к родителями;
- В) принятием родителем ребёнка;
- Г) способом разрешения проблемных и конфликтных ситуаций.

Задание №2 (выберите варианты согласно тексту задания)

Найдите соответствие между понятием и его определением:

А) гипопротекция – это	А) форма эмоциональной коммуникации, взаимодействия, общения с родителями;
Б) эмоциональное отвержение – это	Б) недостаток опеки, контроля, безнадзорность;
В) привязанность к родителям – это	В) культивирования внимания всех членов семьи на ребёнке, часто в ущерб другим детям или членам семьи;
Г) эгоцентрическое воспитание	Г) ребёнка считают обузой, его потребности игнорируются, допускается жестокое обращение.

Задание №3 (выберите один вариант ответа)

Согласно Фромму, любовь это:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) установка, ориентация характера, задающее отношение человека к миру вообще, а также форма проявления чувства заботы, ответственности и т.п. к др. людям;
- Б) половое влечение к представителю противоположного пола;
- В) избирательное отношение к представителю противоположного пола как к уникальной целостной личности;
- Г) влечение, которое мы испытываем к другим людям, связанное чаще всего с внешними особенностями.

Задание №4 (выберите несколько вариантов ответа)

Факторами семейного благополучия можно назвать:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) трудовая стабильность;
- Б) психобиологическая совместимость;
- В) личностные особенности;
- Г) степень привязанности.

Тест к 3 модулю. Нарушения функционирования семейной системы

Задание №1 (выберите один вариант ответа)

Главным фактором, влияющим на конфликтность супружеских отношений, психологи считают:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) состояние «нервного срыва» у одного из супругов;
- Б) кризисные периоды в развитии семьи;
- В) разные интересы, хобби и т.п.;
- Г) заболевание одного из супругов.

Задание №2 (выберите варианты согласно тексту задания)

Найдите соответствие между понятием и его определением

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

А) тираническая ревность -	А) возникает у людей упрямых, деспотичных, самодовольных, мелочных, эмоционально холодных. Ревнивцы предъявляют окружающим очень высокие требования, они не способны пойти на компромисс;
Б) обращённая ревность -	Б) свойственна людям с тревожно-мнительным характером, неуверенных в себе, с комплексом неполноценности, склонных преувеличить неприятности и опасность;
В) привитая ревность -	В) – представляет результат собственных тенденций неверности;
Г) ущемлённая ревность (ревность от ущемления)	Г) зарождается под влиянием жизненного опыта. Если человек воспитывается в духе недоверия к другим и внушают, что «все женщины или мужчины одинаковые», то он начинает ждать подтверждения этой мысли и от своего партнёра, и соответствующим образом к нему относится.

Задание №3 (выберите один вариант ответа)

Супружеская измена это:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) внебрачный контакт и связь;
- Б) поиск нового любовного переживания;
- В) средство от скуки;
- Г) месть за измену.

Задание №4 (выберите один вариант ответа)

Под «разводом» понимают:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) серьёзную травму, которая усугубляется необходимостью полностью реорганизовать жизнь;
- Б) разочарование одного или обоих супругов в семейной жизни;
- В) разрыв отношений в юридическом, экономическом и психологическом плане;
- Г) продуманным событием.

Задание №5(выберите несколько вариантов ответа)

Под мотивами развода понимают:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) проявление взаимного недовольства и неприязни;
- Б) вмешательство родителей;
- В) вступление в брак без любви или легкомысленное вступление в брак;
- Г) пьянство (алкоголизм);

Задание №6 (выберите один вариант ответа)

Для того, чтобы ребёнок легче пережил развод родителей необходимо:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) чтобы он ни в чём не нуждался;
- Б) сохранить прежние отношения с обоими родителями;
- В) рассказать правду о происходящем между родителями;
- Г) сократить общение с виновником развода.

Тест к 4 модулю. Семейное психологическое консультирование

Задание №1 (выберите один вариант ответа)

Семейное консультирование это:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) специально организованное общение психолога с семьёй;
- Б) процесс, возникающий между человеком (семьёй), обратившемуся за помощью к консультанту;
- В) актуализирование внутренних сил семьи (члена семьи);
- Г) разновидность семейной терапии, имеющая свои отличительные признаки и границы и иной объём вмешательства.

Задание №2 (выберите варианты согласно тексту задания)

Установите соответствие между основными теоретическими направлениями, используемыми в психологическом консультировании и их целями.

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- | | |
|---|--|
| а) психодинамическое направление | А) Помощь клиенту в самосознании, личностном росте, интеграции адекватного целостного «Я» и расширении пространства бытия; восстановление аутентичности. |
| б) когнитивно-поведенческое направление | Б) Осознание бессознательного. |
| в) экзистенциально-гуманистическое | В) Обучение клиента новым адаптивным способам поведения. |

Задание №3 (выберите несколько вариантов ответов)

Задачами семейного консультирования являются:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТА:

- А) установление справедливости в семье;
- Б) улучшение внутрисемейных отношений;
- В) развитие способности к взаимопониманию и эмпатии в семье;
- Г) анализ промежуточных и конечных результатов совместной работы психолога-консультанта с семьёй.

Задание №4 (выберите варианты согласно тексту задания)

Найдите соответствие между понятием и его определением:

А) добрачное и предбрачное консультирование – это	А) модификация отношений между членами семьи как системы с помощью специальных методов с целью преодоления семейных проблем и повышения функциональности семейной системы;
Б) семейный диагноз - это	Б) отбор и применение средств, которые позволяют создать условия, стимулирующие позитивные изменения в семейных отношениях и способствующие овладению способами продуктивного взаимодействия;
В) семейная терапия - это	В) устранение дефицита психологических знаний, необходимых молодым людям для эффективного взаимодействия с предбрачным, а в будущем и с брачным партнёром;
Г) диагностический этап консультирования - это	Г) выявление в жизнедеятельности семьи тех нарушений, которые способствуют возникновению и сохранению трудностей и психических расстройств.

Задание №5 (Выберите несколько вариантов ответа)

В наши дни включённость в семью перестала быть необходимым фактором физического и духовного выживания личности потому, что:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) личность стала относительно независимой;
- Б) многие женщины не воспринимают рождение ребёнка как исключительно брачный атрибут;
- В) карьера важнее (посвящают себя работе);
- Г) снизился показатель уровня здоровья населения.

Задание №6 (выберите один вариант ответа)

Если жалобы, касающиеся поведения ребёнка в семье и вне её, обоснованны, при этом отношение к ребёнку со стороны родителей в пределах нормального, то объектом работы становится:

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- А) родитель;
- Б) супруги;
- В) ребёнок;
- Г) родители и ребёнок.

Задание №7 (выберите один вариант ответа)

Что является предметом взаимодействия между психологом и клиентом в процессе интервью?

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- а) Особенности взаимоотношений клиента с ближайшим окружением
- б) Особенности поведения клиента
- в) Причины возникновения проблемы клиента
- г) Внутренний мир клиента

Задание №8 (выберите несколько вариантов ответа)

В процессе индивидуального консультирования психолог должен ориентироваться на...

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- а) Особенности поведения клиента
- б) Тему заказа клиента
- в) Эмоциональные реакции клиента
- г) Контекст появления темы
- д) Защитные механизмы личности клиента
- е) Подтекст своих действий

Задание №9 (выберите один вариант ответа)

В чем заключается задача психолога в групповом консультировании?

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- а) Обеспечить каждому участнику группы комфорт и безопасность
- б) Найти предмет взаимодействия членов группы, в котором были бы представлены взаимосвязанные модели внутреннего мира каждого члена группы.
- в) Обеспечить каждому участнику группы помощь в саморазвитии
- г) Обеспечить достаточное разнообразие ролей внутри группы

Задание №10 (выберите несколько вариантов ответа)

Какие технические приемы используются на стадии исповеди в процессе консультирования?

ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ:

- а) Прием эмоциональной поддержки клиента
- б) «зеркализация»
- в) «обобщение»
- г) «перифраза»
- д) Прием вербальной поддержки клиента
- е) «самоактуализация»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

1. Гусакова, М.П. Психологическое консультирование [Текст]: учебное пособие. / М.П. Гусакова. – М.: Эксмо, 2010. – 288с.
2. Елизаров, А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования [Текст]: учебное пособие./ А.Н. Елизаров. – М., 2007.
3. Консультирование семьи по поводу сложностей во взаимоотношениях с детьми <https://studfiles.net/preview/1619656/page:16/>
4. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование: теория и практика. [Текст]: учебное пособие для студентов вузов. / Н.Д. Линде. – М.: Аспект Пресс, 2009. – 255 с.
5. Немов, Р.С. Психологическое консультирование. [Текст] / Р.С. Немов. Учеб. Для студ. вузов. – М., 2008.
6. Николаева, Е.И. Психология семьи и семейного консультирования. [Текст] / Учебник для вузов. Е.И. Николаева. – СПб.: ПИТЕР, 2013.
7. Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях [Текст]: учебное пособие для студентов вузов / Н.Е. Осухова. – 3-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 288 с.
8. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова, Е. В. Зырянова и др.; Под ред. Е. Г. Силяевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 192 с. [Источник: <http://viktorijabatrak.narod.ru/8.html>]
9. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование [Текст]: учебное пособие для вузов (Гриф УМО) / В.Э. Пахальян. – СПб.: Питер, 2006.
10. Сапогова, Е.Е. Практикум по консультативной психологии [Текст] / Е.Е. Сапогова. – СПб.: Речь, 2010. – 544 с.
11. Шнейдер, Л.Б. Семейная психология [Текст]: учеб. пособие для вузов. / Л.Б. Шнейдер. – М.: Академический Проект; Трикста, 2011. – 736 с.

Дополнительная литература

1. Бахадова Е.В. Неблагополучная семья как фактор формирования девиантного поведения детей [Текст] / Е.В. Бахадова // Вопросы психологии. – 2009. – №1. – С. 37-50.
2. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьей. [Текст]: учебное пособие для вузов (Гриф УМО) / Карцева, Лидия Валерьевна. – М.: Дашков и К, 2008. – 224 с.
3. Кузьмишина Т.Л. Поведение дошкольников в ситуациях детско-родительского конфликта [Текст] / Т. Л. Кузьмишина // Вопросы психологии. – 2007. – №1. – С. 38-45.

4. Левкович В.П. Особенности добрых отношений супругов как фактор стабильности семьи [Текст] / В.П. Левкович // Психологический журнал. – 2009. – №2. – С. 87-91.

5. Левкович В.П. Роль родительской семьи во взаимоотношениях молодых супругов [Текст] / В. П. Левкович // Психологический журнал. – 2008. – №3. – С. 41-47.

6. Овчарова Р.В. Психология родительства [Текст]: учебное пособие для вузов (Гриф УМО) / Овчарова Раиса Викторовна. – М.: Академия, 2005. – 368 с. - (Высшее профессиональное образование): 199-50.

7. Семья глазами психолога [Текст] / Сборник методик / Сост. Спичак С.Ф. – 2-е изд., стер. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2007. – 64 с. - (Библиотека студента-практика).

8. Смирнова Е.О. Структура и динамика родительского отношения в онтогенезе ребенка [Текст] / Е.О. Смирнова, М.В. Соколова // Вопросы психологии. – 2007. – №2. – С. 57-68.

9. Шаграева, О.А. Основы консультативной психологии [Текст]: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. / О.А. Шаграева. – М.: Академия, 2011. – 272 с.

10. Шнейдер, Л.Б. Пособие по психологическому консультированию [Текст]: учебное пособие. – М.: Ось-89, 2003. – 272 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Содержание курса.....	4
Краткий курс лекций.....	6
Контрольно-тестовые задания.....	79
Список литературы.....	85

Учебное издание

**Любовь Юрьевна Комлик,
Ирина Валерьевна Фаустова**

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ СЕМЬИ И СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Учебное пособие

Техническое исполнение – В.М. Гришин
Технический редактор – О.А. Ядыкина
Книга печатается в авторской редакции

Формат 60 x 84 /16. Гарнитура Times. Печать трафаретная.

Печ.л. 5,4 Уч.-изд.л. 5,0

Тираж 300 экз. (1-й завод 1-20 экз.). Заказ 157

Отпечатано с готового оригинал-макета на участке оперативной полиграфии
Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина»
399770, г. Елец, ул. Коммунаров, 28,1