

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

РАЗДЕЛ I. СЕМЬЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Тема 1. Представление о семье и браке психолога (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Представление о семье и браке.
2. Современная трансформация семейных отношений.
3. Семья как система, принципы анализа семейных систем.

1. Представление о семье и браке.

Психология семейных отношений – необычная отрасль науки и практики. Она самым тесным образом связана с повседневной жизнью каждого человека. Так, мы появляемся на свет в очень разных условиях, но наш цвет кожи, наследуемые признаки внешности и национальность определяются именно нашей семейной системой. Все мы связаны кровными узами со своим отцом и матерью и с другими родственниками. Кроме того, семья и социальная среда в значительной степени влияют на будущую жизнь, систему ценностей и установок, родной язык, выбор профессии, те или иные поступки каждого из нас. Поэтому знания о человеке предполагают знакомство с обстоятельствами его жизни в семье и условиями окружающей среды.

В первые годы развития семейной психологии многие специалисты использовали традиционное определение семьи, обычно включающее родителей, детей и других родственников, живущих вместе и ведущих общее хозяйство. С появлением системной семейной терапии возник новый объект вмешательства психотерапевта – семья как целостная система. С этого момента начинается развитие собственно семейной психологии, или, если говорить более корректно, психологии семейных отношений, как раздела социальной психологии, изучающего семью как целостный организм, и семейной терапии как отдельной отрасли терапевтической практики.

Жизнь семьи характеризуется материальными и духовными процессами. Через семью сменяются поколения людей, в ней человек рождается, через нее продолжается род. Семья, ее формы и функции напрямую зависят от общественных отношений в целом, а также от уровня культурного развития общества. Первоначальную основу семейных отношений составляет брак – легитимное признание тех отношений между мужчиной и женщиной, тех форм сожителства и партнерства, которые сопровождаются рождением детей. Брак представляет собой одну из важнейших сфер действия морали, выступающей наряду с правом, в качестве основного регулятора взаимоотношений супругов. Брак и семья присущи каждой общественно – экономической формации. С течением времени эти отношения изменяются, но не исчезают.

2. Современная трансформация семейных отношений.

Сегодня практически во всем цивилизованном мире отмечается интерес к семейным отношениям и их различным аспектам: проблемам супружества, воспитанию детей, характеру заботы о пожилых членах семьи и др. Все чаще звучат слова о том, что институт семьи в целом переживает серьезный системный кризис. Во многом это обусловлено рядом специфических тенденций, характерных для современного этапа развития постиндустриального общества. Процессы интеграции, индустриализации и глобализации, происходящие во всем мире, изменения в системах социальных ролей, общепринятых норм, ценностей и установок затронули все социальные институты, в том числе и семью. Семейные отношения в последние десятилетия трансформируются под влиянием многочисленных внутрисемейных, социально-демографических, экономических и других факторов, обуславливающих изменение ценностных ориентаций и взглядов на брак и семью.

Среди внутрисемейных факторов следует отметить:

- Усиление индивидуалистических тенденций в иерархии жизненных ценностей супругов (процесс замены фемилицентризма эгоцентризмом), то есть возрастание значения индивидуальных потребностей, мотивов, ценностей брачных партнеров.
- Ослабление дифференциации мужских и женских ролей, как внутри, так и вне семьи.
- Увеличение ценности партнерских отношений в браке.
- Снижение значимости социальных норм и долженствований как регуляторов супружеских отношений (Т.В Андреева, А.И. Антонов, М.Г. Бурняшев и др.).
- Повышение статуса ранее называвшихся неспецифическими (А.И. Антонов, В.М. Медков) функций семьи, связанных с заботой об эмоционально-психологическом комфорте личности.
- Усиление тенденции к нуклеарности семьи и ослаблению родственных связей.
- Появление значительного количества альтернативных форм семьи и брака и др.

К социально-демографическим факторам можно отнести:

- Рост и укрепление экономической самостоятельности и социального равноправия женщин;
- Либерализацию взглядов на развод;
- Освобождение от классовых, религиозных и национальных стереотипов;
- Миграцию;
- Рост продолжительности жизни и др.

Таким образом, состояние современной семьи понимается специалистами как институциональный кризис, проявляющийся, в первую

очередь, в том, что семья перестала быть так называемой «ячейкой общества», одной из важнейших функций которой является репродуктивная. В отличие от предыдущей эпохи функционирование современной семьи в меньшей степени определяется социальными факторами. Существенно возросло значение личностных мотивов и коммуникативных способностей супругов, и уже практически невозможно обязать двух людей жить вместе, воздействуя на них орудием социальных норм и долженствований. Это отражает формирование в сознании людей отношения к семье как к институту, жизнедеятельность которого зависит в большей степени от их личной ответственности.

Однако, как указывает С.В. Петрушин, «сегодня происходит не разрушение брачно-семейных отношений, а глобальный человеческий поиск новой – взамен патриархальной – формы существования брака». (С.В. Петрушин). Прежние формы брака утрачивают свои позиции, однако выработка новых является длительным и многоступенчатым процессом.

Данные тенденции в совокупности с рядом социально-экономических причин оказывают влияние на репродуктивные установки брачных партнеров, приводя к увеличению количества малодетных (1 – 2 ребенка в семье) и осознанно бездетных семей, росту неполных семей, как следствие – к снижению родительского авторитета и появлению семейно-обусловленных психологических проблем у всех членов семейной системы. Другой проблемной зоной выступает обострение социокультурных противоречий между традиционными и современными установками и стереотипами брачно-семейных отношений, что приводит к усилению межпоколенных конфликтов и поиску новых форм взаимоотношений между членами расширенной семьи.

3. Семья как система, принципы анализа семейных систем.

В отечественной традиции семейные отношения подвергались эмпирическому анализу преимущественно в рамках социально-психологических исследований семьи как малой группы. Малочисленными остаются работы, посвященные изучению семьи как целостного феномена, как системы, функционирование которой подчинено на индивидуальной логике. Этот подход позволяет рассматривать широкий круг семейных проблем, касающихся как особенностей взаимодействия членов нуклеарной семьи, так и особенностей межпоколенных взаимосвязей и взаимовлияний в рамках расширенной семьи, базируясь на системном мышлении.

Выделяют три основных типа семейных подсистем:

1. Индивидуальная подсистема представлена отдельным членом семьи.
2. Подсистемы, где члены семьи принадлежат к одному поколению.
 - а) Супружеская подсистема.
 - б) Родительская подсистема.
 - г) Сиблинговая подсистема.
3. Детско-родительская подсистема.

В связи с принадлежностью каждого члена семьи к разным подсистемам жена, например, может одновременно быть матерью для своих детей, средней сестрой двух своих сестер, старшей сестрой своей младшей сестры, младшей сестрой для старшей сестры, дочерью и др.

Семья рассматривается как система, обладающая определенной структурой и свойствами. Как и всякую систему, ее характеризует следующий ряд признаков:

- взаимозависимость: взаимовлияние отдельных элементов системы;
- холизм: отдельные элементы системы, объединяясь в целое, приобретают новые свойства, отличные от изначальных индивидуальных характеристик;
- структурная организация, основными параметрами которой являются: иерархичность, или соподчиненность элементов структуры; наличие границ, описывающих внутрисемейные отношения и отношения семьи и окружающей среды; сплоченность; ролевая структура семьи;
- специфичность внутрисистемных процессов (циркулярные, спиралевидные; прерывистые, непрерывные);
- динамичность, или способность развиваться;
- способность к самоорганизации: наличие внутрисемейных сил, позволяющих семье оставаться целостной, сбалансированной системой и не разрушаться; диалектика гомеостаза и развития.

Для анализа семейной системы целесообразно рассмотреть характеристики различных уровней ее функционирования:

- индивидуальный уровень характеризует функционирование отдельного члена семьи как элемента семейной системы;
- микросистемный уровень относится к функционированию нуклеарной (ядерной) семьи, включающей в себя родителей и их детей;
- макросистемный уровень описывает функционирование расширенной семьи, состоящей из трех и более поколений;
- мегасистемный уровень соответствует функционированию семьи на границе с социальным окружением.

Их учет позволяет обеспечить множественность перспектив при работе с семьей (см. таблицу 1).

Таблица 1 - Многоуровневая модель психологического функционирования семьи

УРОВНИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ			
Индивидуальный (отдельный член семьи)	Микросистемный (нуклеарная семья)	Макросистемный (расширенная семья)	Мегасистемный (семья и социальное окружение)
ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ			
Структурные параметры			

<p>Индивидуальные границы; иерархический статус и набор семейных ролей; переживание связи с другими членами семьи; способность менять иерархический статус, ролевые позиции и эмоциональную дистанцию в отношениях с другими членами семьи</p>	<p>Внутренние и внешние границы; семейная иерархия; ролевая дифференциация; уровень сплоченности; гибкость семейной системы</p>	<p>Границы между подсистемами расширенной семьи; характер иерархии между старшими и младшими поколениями расширенной семьи; ролевая дифференциация; уровень сплоченности; гибкость расширенной семьи</p>	<p>Границы между семьей и социальным окружением; набор социальных ролей членов семьи; характер взаимодействия семьи с социальными институтами</p>
<p>Процессуальные параметры</p>			
<p>Идентификация себя как члена семьи; характеристики стиля коммуникации и типичные формы коммуникативных посланий отдельного члена семьи; соматизация, обусловленная семейным функционированием; соответствие поведения правилам, нормам, ценностям; характер соблюдения семейных ритуалов</p>	<p>Характеристики соответствующего этапа жизненного цикла семьи; симметричность / комплементарность коммуникативных процессов; характер коммуникативных процессов; наличие внутрисемейных норм, правил и ценностей; поддержание традиций и ритуалов; характер семейных балансов; специфика внутрисемейных механизмов</p>	<p>Характер коммуникативных процессов; трансляция семейных норм, правил, ценностей, традиций и ритуалов; характер семейных балансов; специфика механизмов межпоколенных взаимодействий</p>	<p>Характер коммуникативных сообщений между семьей и социальным окружением; семейные процессы, обусловленные действием социальных стереотипов; характер балансов между семьей и социумом</p>

Исторические параметры			
Семейно обусловленная индивидуальная мифология; детерминированный семейной историей индивидуальный жизненный сценарий (трансгенерационная передача паттернов)	Сценарии, обусловленные историческим контекстом жизни семьи; детерминированные семейной историей и мифологией паттерны взаимодействия членов семьи	События семейной истории; семейная мифология	Историко-социальный контекст жизни семьи

Тема 3. Формы брачно-семейных отношений (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Традиционные формы брачно-семейных отношений.
2. Формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна.
3. Особенности брачно-семейных отношений в Беларуси.

1. Традиционные формы брачно-семейных отношений.

Семьи бывают различными и по количеству входящих в семью членов, и по взаимоотношениям между членами, и по количеству (отсутствию) детей, и по ряду других признаков, но в общей системе родственных отношений существуют два основных типа семейной структуры:

- Нуклеарная семья состоит из взрослых родителей и детей, которые от них зависят.
- Расширенная семья (в отличие от первого типа семейной структуры) включает нуклеарную семью и многих родственников, например, дедушку и бабушку, внуков, дядю, тетю, двоюродных братьев и сестер.

По мнению Э.Арутюнянц, существует три варианта семьи (в зависимости от характера взаимоотношений и взаимодействий между ее членами): традиционная, детоцентрическая и супружеская (демократическая).

В традиционной семье воспитывается уважение к авторитету старших; педагогическое воздействие осуществляется сверху вниз. Основным требованием является подчинение, итогом социализации ребенка в такой семье является способность легко вписаться в «вертикально организованную» общественную структуру. Дети из этих семей легко усваивают традиционные нормы, но испытывают трудности в формировании собственных семей. Они неинициативны, негибки в общении, действуют из представления о должном.

В детоцентрической семье главной задачей родителей считается обеспечение «счастья ребенка». Семья существует только для ребенка.

Воздействие осуществляется, как правило, снизу вверх (от ребенка к родителям). Существует симбиоз ребенка и взрослого. В результате у ребенка формируется высокая самооценка, ощущение собственной значимости, но возрастает вероятность конфликта с социальным окружением за пределами семьи. Поэтому ребенок из такой семьи может оценивать мир как враждебный. Очень велик риск социальной дезадаптации, и в частности учебной после поступления ребенка в школу.

Цель супружеской (демократической) семьи – взаимное доверие, принятие и автономность членов. Воспитательное воздействие – «горизонтальное», диалог равных: родителей и ребенка. В семейной жизни всегда учитываются взаимные интересы, причем, чем старше ребенок, тем больше его интересы учитываются. Итогом такого воспитания является усвоение ребенком демократических ценностей, гармонизация его представлений о правах и обязанностях, свободе и ответственности, развитие активности, самостоятельности, доброжелательности, адаптивности, уверенности в себе и эмоциональной устойчивости. Вместе с тем у этих детей может отсутствовать навык подчинения социальным требованиям. Они плохо адаптируются в среде, построенной по «вертикальному» принципу (т.е. практически ко всем социальным институтам).

2. Формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна.

Традиционная патриархальная семья перестает быть наиболее популярной формой брачно-семейных отношений и единственной доступной средой для самореализации женщин. Феминистическое движение, начавшееся в середине 1960-х годов, маркировало переходный, кризисный момент в существовании института семьи. Этот кризис продолжается и в наши дни. Он связан с поиском новых моделей брачных отношений, адекватных для реализации современной семьей ее функций и способных наиболее полно удовлетворить индивидуальные потребности супругов с учетом их динамической природы. Как следствие, возрастает количество так называемых современных форм брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна:

- сепаратные браки;
- свингерство;
- современные формы полигамии;
- сознательно бездетные, или *childfree* браки,
- коммуны и др.

Помимо семей с приемными и усыновленными детьми, появляются семьи, где детей выносили суррогатные матери. В отдельных странах разрешена регистрация однополых браков.

3. Особенности брачно-семейных отношений в Беларуси.

Демографическая модернизация, охватившая к XX веку все развитые страны, привела к смещению контроля над брачно-семейной сферой с коллективного (общественного) уровня на индивидуальный (частный). Трансформация «незыблемых» основ традиционной семьи – логическое следствие всеобщего процесса модернизации, приведшего к глубинным преобразованиям в социальноэкономической и культурной жизни общества.

На территории Беларуси продолжается демографическая трансформация – усиливающееся обособление некогда неразрывной связи брачного и репродуктивного поведения.

Одной из характерных тенденций изменения института семьи в современных условиях является то, что партнеры не всегда заключают официальный брак и часто предпочитают жить вместе без официальной регистрации союза. В современных условиях динамичных изменений, где успех связан с профессиональными достижениями и привлекательными становятся ценности личностной свободы и индивидуальной самореализации, индивиды рассматривают брак и семью только как часть «индивидуального проекта». Данный тип партнерства предпочитает молодежь, проживающая в крупных городах, т.о. можно говорить об утверждении новой траектории становления брачнопартнерских отношений, когда заключению официального брака предшествует фактический брак.

Значительная часть молодых людей в современной Беларуси довольно рано покидает родительский дом для получения образования, в связи со службой в армии или поиском работы в другом населенном пункте. В то же время такая жизненная стратегия характерна не для всех; существенная часть молодежи продолжает проживать с родителями даже вступив в брачно-партнерские отношения и родив детей, образуя тем самым расширенный (экзогенный) тип семьи.

В белорусских семьях при распределении домашней работы между партнерами существует выраженная асимметрия. Представители обоих полов констатируют, что женщины несут более высокую нагрузку. Примечательно, что в младшей возрастной группе мужская вовлеченность в работу по дому увеличивается.

Современную белорусскую семью характеризует отсутствие строгих форм, а также актуализация эмоциональных потребностей и индивидуальных стремлений партнеров, что может сказываться на стабильности союза. К основным проблемным проявлениям брачно-семейных, а также партнерских отношений относятся: нестабильность брака и высокий уровень разводов; неудовлетворенность семейной жизнью; низкая психологическая культура отношений и деструктивные семейные конфликты. Под наиболее распространенными формами эмоционально-психологических проблем понимаются конфликтность и преобладание неконструктивных способов их разрешения, снижение удовлетворенности отношениями, желание разорвать союз, проявляющиеся чаще всего в хозяйственно-бытовой и финансовой сферах отношений, а также в сфере воспитания детей.

Сегодня для жителей Беларуси родственные связи и контакты являются значимыми в ситуациях, когда нужно решить какие-то жизненные проблемы. Частота этих контактов возрастает в периоды различных жизненных кризисов (болезнь, финансовые или жилищные проблемы) и возвращается на прежний уровень в ситуации стабильности. Обычное личностное общение, основанное на эмоционально-психологических предпочтениях, чаще происходит не с родственниками, а с другими людьми.

РАЗДЕЛ II. ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Тема 4. Этапы развития семейных отношений (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Жизненный цикл нуклеарной семьи.
2. Период ухаживания. Заключение брака. Кризис принятия супружеских обязательств.
3. Молодая семья. Кризис освоения супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности.
4. Семья ребенка дошкольника и младшего школьника. Кризис включения детей во внешние социальные структуры.
5. Семья подростка. Кризис принятия факта достижения ребенком подросткового периода.

1. Жизненный цикл нуклеарной семьи.

Таблица 2 – Динамика отношений в семье (интегративная периодизация жизненного цикла семьи)

Этапы и кризисы	Задачи развития семьи
Период ухаживания	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дифференциация от родительской семьи. 2. Формирование представления о себе как члене пары и будущем семьянине. 3. Коррекция представлений об идеальном брачном партнере в реальных отношениях. 4. Развитие навыков ухаживания и установления отношений в паре.
Заключение брака	

<p>Кризис 1. <i>Принятие супружеских обязательств</i></p>	<p><i>Адаптация супругов к семейной жизни и друг к другу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование внутренних границ семьи, определяющих отношения супругов друг с другом. 2. Создание психологического пространства для супруга (супруги) в семье и среди друзей. 3. Формирование внешних границ семьи, регулирующих общение с друзьями и родственниками. 4. Достижение гомеостаза основных структурных параметров. 5. Сексуальная адаптация супругов. 6. Согласование системы ценностей супругов, выработка семейных традиций и ритуалов. 7. Подготовка к рождению ребенка (актуализация репродуктивной функции семьи).
Молодая семья	
<p>Кризис 2. <i>Освоение супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности</i></p>	<p>Реорганизация семьи для выполнения новых задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принятие ролей родителей. 2. Уход за маленьким ребенком. 3. Адаптация к длительному периоду заботы о ребенке. 4. Перестройка структуры семьи в связи с появлением ребенка. 5. Подготовка семьи к созданию психологического пространства для ребенка. 6. Формирование психологического пространства для бабушек и дедушек. 7. Согласование личных и семейных целей. 8. Актуализация воспитательной функции семьи.
Семья ребенка дошкольника и младшего школьника	
<p>Кризис 3. <i>Включение детей во внешние социальные структуры (детский сад, школа)</i></p>	<p>Реорганизация семьи для выполнения новых задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Реорганизация структуры семьи. 2. Поощрение развития ребенка и обеспечение его безопасности и родительского авторитета. 3. Адаптация семьи к потребностям ребенка. 4. Расширение взаимодействия между семьей и обществом. 5. Поощрение и поддержка детей в получении образования. 6. Совладание с недостатком личного и времени (уединенности) и супружеских отношений. 7. Развитие воспитательной функции семьи.
Семья подростка	
<p>Кризис 4. <i>Принятие факта достижения ребенком подросткового периода</i></p>	<p>Реорганизация семьи для выполнения новых задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Реорганизация структуры семьи в связи с достижением ребенком подросткового возраста и необходимостью поддержания его автономии. 2. Подготовка подростка к началу самостоятельной жизни (поддержание его стремления включаться в другие референтные группы, помимо семьи, строить дружеские и романтические отношения и т.п.). 3. Начало реорганизации отношений в супружеской подсистеме («оживление»).
Фаза, в которой выросшие дети покидают дом	
<p>Кризис 5. <i>Отпускание/отделение выросшего ребенка</i></p>	<p>Реорганизация семьи для выполнения новых задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Реорганизация структуры семьи в связи с сепарацией выросшего ребенка и началом его самостоятельной жизни (поступление в учебное заведение, начало трудовой деятельности, отдельное проживание и т.п.). 2. Принятие вернувшихся (по каким-либо причинам) взрослых детей.

Семья, в основном выполнившая свою родительскую функцию («опустевшее гнездо»)	
Кризис 6. <i>Супруги вновь остаются вдвоем</i>	<p>Реорганизация семьи для выполнения новых задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Реорганизация отношений в супружеской подсистеме («второе рождение» супружества). 2. Принятие в семью супругов детей и внуков. 3. Адаптация к физиологическим изменениям в организме (к старению). 4. Адаптация к завершению трудовой деятельности и выходу на пенсию. 5. Забота о престарелых родителях и переживание их смерти.
Фаза, в которой кто-то из партнеров остается один после смерти другого	
Кризис 7. <i>Принятие факта смерти одного из супругов</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Адаптация овдовевшего партнера к одиночеству. 2. Реорганизация расширенной семьи для оказания помощи овдовевшему супругу.

2. Период ухаживания. Заключение брака. Кризис принятия супружеских обязательств.

Подготовка молодежи к вступлению в брак, к будущей семейной жизни – неотъемлемая часть общей системы воспитания подрастающего поколения. В доурбанистическом обществе подготовка к семейной жизни проходила естественным образом в процессе жизнедеятельности в родительской семье посредством включения детей в выполнение семейных обязанностей и наблюдения за поведением взрослых членов семьи. Важная роль отводилась обрядам, ритуалам, следованию существующим правилам и нормам.

Готовность к семейной жизни рассматривается как многофакторный феномен, формирующийся под влиянием семейной и социальной среды (микро-, макро- и мегасистемный уровни), и проявляющийся на индивидуальном уровне в виде комплекса когнитивных, эмоциональных и поведенческих характеристик личности, определяющих способность к построению семейных отношений.

Формирование готовности к семейной жизни – длительный процесс, начинающийся в раннем детстве. Однако если в патриархальном мире ребенок, участвуя в жизни семьи, четко знал, что должен делать мужчина, а что – женщина, видел, как строить семейные отношения, то на сегодняшний день дети все больше отчуждаются от своих родителей. Многие из современных молодых людей искренне не понимают, для чего нужна семья и что она может дать человеку.

Типичной проблемой современности является желание молодых людей любить и жить вместе, но при этом не брать на себя ответственности за отношения. Множество пар, живущих вместе без регистрации, по сути не готовы к браку и семейной жизни. Наиболее уязвимой в плане готовности к семейной жизни оказывается молодежь. Материальная нестабильность, необходимость самоопределения, преобладание во многих регионах количества девушек над количеством юношей ведет к повышенному уровню

тревожности у молодежи в области поиска брачного партнера и формирования семьи. Эта ситуация усугубляется:

- отсутствием у молодежи знаний о ряде важных областей семейной жизни;
- сложностями дифференциации выросших детей от родительской системы;
- отсутствием в ряде семей образцов для подражания в области отношений мужчин и женщин;
- увеличением количества гомосексуальных пар при отсутствии четких образцов жизнедеятельности в такой семье;
- «двойной» моралью в отношении мужчин и женщин, ведущей к наделению мужчины более позитивными качествами и большей значимостью;
- снижением участия социума в воспитании детей с увеличением доли ответственности родителей и др.

С момента заключения брака начинается этап, в течение которого перед молодыми супругами встает ряд задач, связанных с адаптацией к семейной жизни и принятием новых ролей. Функционирование семьи в этот период определяется рядом факторов, среди которых можно выделить следующие:

- личностные особенности супругов (индивидуально-типологические свойства нервной системы, когнитивные и характерологические особенности, система установок на брак, мотивы выбора супруга, ценностные ориентации и т. д.);
- микросистемные факторы (особенности внутрисемейных процессов в нуклеарной семье);
- макросистемные факторы (семейная история, специфика взаимоотношений в расширенной семье);
- внешнее социальное окружение (особенности государственного строя, семейной политики и функционирования социальных институтов, национальные и религиозные особенности, регулирующие семейное функционирование в данной среде и т. д.);
- экономические факторы (уровень материального благосостояния, наличие отдельного жилья и т. д.).

3. Молодая семья. Кризис освоения супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности.

Первые годы супружеской жизни имеют большое значение для стабилизации брака и определения потенциального качества зарождающейся семьи. Несмотря на яркую эмоциональную окрашенность и романтизм, характерный для молодого супружества, данный этап семейной жизни является одним из наиболее сложных, о чем говорит приходящееся на него большое количество разводов. Проблемы этой стадии могут быть связаны со сложностями семейной адаптации и трудностью принятия новых ролей;

зачастую они являются следствием неотделенности супругов от родительских семей.

На этапе молодой семьи в паре на первый план выступают эмоциональные отношения партнеров друг с другом, в рамках которых осуществляется их брачно-семейная адаптация. Ее рассматривают как постепенный процесс приспособления супругов друг к другу и к семейной жизни. Результатом данного процесса является создание структуры (выработка семейных правил, распределение семейных ролей и областей ответственности, решение вопросов семейной иерархии, построение внешних и внутренних границ); налаживание коммуникации (согласование семейных ценностей, формирование традиций) и др. В этот период также осуществляется сексуальная адаптация супругов, вырабатывается приемлемый стиль их взаимоотношений, приемы профилактики и решения конфликтов и разногласий.

С появлением ребенка перед супругами встает необходимость снова перестраивать взаимоотношения, которые стабилизировались на предыдущей стадии. Изменяется структура семьи, состав семейных подсистем, возникают новые аспекты отношений с родственниками. Все это для некоторых членов семьи выступает источником болезненных переживаний. По словам С. Минухина, рождение ребенка знаменует появление в семье новой диссипативной (упорядочивающей) структуры. Это неизменно приводит к переструктурированию взаимоотношений супругов друг с другом в контексте их новых ролей матери и отца, перераспределением сфер ответственности в семье, изменением семейных правил и нередко ставит под угрозу существование всей семьи.

С появлением в молодой семье ребенка осуществляется переход диадических отношений в триадные: формируется треугольник отношений, включающий в себя родителей и ребенка. По сути, триангуляция имеет место уже в период беременности, так как еще не рожденный ребенок имплицитно присутствует в семье.

Понятие «треугольник» было впервые введено М. Боуэном и в настоящее время широко используется в психологии и психотерапии семьи. Треугольники — это любые взаимоотношения с тремя каналами связи. Основной семейный треугольник состоит из отца, матери и ребенка. В треугольнике взаимоотношения любых двух участников зависят от его третьей стороны. Чем ближе друг другу двое людей, входящих в треугольник, тем больше дистанция между ними и третьим участником данной структуры. Формирование треугольников и вовлечение третьего во взаимоотношения обычно способствует снижению напряжения в первоначальной диаде. В период после рождения ребенка на периферии треугольника, как правило, находится отец, а между матерью и ребенком образуются симбиотические отношения. В то же время роль отца очень важна для существования диады «мать — ребенок». Она заключается в том, что он может периодически брать на себя функции ухаживающего объекта,

позволяя матери на время дистанцироваться от ребенка и отдохнуть от интенсивных отношений с ним.

Помимо внутренних структурных трансформаций молодая семья в этот период переживает также новую волну изменений в отношениях с родительскими семьями. Вновь становятся актуальными проблемы внешних границ. Рождение ребенка является символом объединения двух семей. Появляются новые роли — бабушки и дедушки; меняется интенсивность контактов с родительскими семьями. Брак, который в расширенной семье не признавался либо рассматривался как временный, с рождением ребенка часто легализуется и принимается.

4. Семья ребенка дошкольника и младшего школьника. Кризис включения детей во внешние социальные структуры.

На данном этапе семья может переживать два кризиса, связанных с включением ребенка во внешние социальные структуры (детское дошкольное учреждение и школа). Родители впервые переживают тот факт, что ребенок принадлежит не только им, но и более широкой социальной системе, которая также может оказывать на него влияние.

Иногда ребенок не посещает детский сад. В этом случае кто-то из членов семьи либо няня берет на себя заботу о нем, его развитии, социализации. Тем не менее, большинство семей в нашей стране предпочитают отдавать своих детей в детские дошкольные учреждения. К моменту достижения ребенком возраста трех лет у него возникает потребность в расширении сферы его социальных контактов. К этому возрасту, после периода почти полного сосредоточения на самом себе и на матери, у ребенка возникает желание вступить во взаимоотношения с более широким социальным окружением, что сопровождается возрастанием самоконтроля и способности устанавливать отношения привязанности и доверия с другими людьми. Усиливается стимул к исследованию мира и отделению от матери («Я хочу это сделать сам»). К этому времени у матерей также может возникнуть потребность снизить интенсивность взаимодействия с ребенком, вновь приблизиться к мужу, который мог находиться на периферии треугольника вследствие ее концентрации на ребенке, а также заняться собственной профессиональной карьерой.

В связи с этими изменениями встает необходимость перераспределить обязанности и обозначить новые границы семьи. В случае профессиональной занятости обоих супругов они должны прийти к новому соглашению в следующих сферах семейной жизни:

- посещение ребенком детского сада: родителям необходимо договориться о том, кто будет отводить и забирать ребенка из детского сада, кто будет находиться дома, когда ребенок болеет, кто будет посещать детские мероприятия (утренники, родительские собрания и т.д.), кто занимается развитием ребенка вне детского сада;
- хозяйственно-бытовая сфера: требует своего изменения прежний супружеский договор относительно распределения домашних

обязанностей (покупка продуктов, приготовление пищи, уборка квартиры и т. д.);

- сфера досуга: должны быть определены оптимальные для существования данной семейной системы формы и способы проведения свободного времени.

Переживание семьей данного кризиса зависит от степени готовности родителей к расширению сферы контактов их ребенка; от умения поддерживать его возрастающую самостоятельность; от гибкости семейной системы, обуславливающей способность всей семьи к изменениям; от уровня коммуникативных умений, определяющих способность супругов договариваться об изменениях.

Включение детей во внешние социальные институты может вскрывать имеющиеся семейные дисфункции, поскольку характер и качество адаптации детей к новой ситуации в их жизни определяется особенностями сложившихся внутрисемейных отношений. Психологические проблемы детей, таким образом, могут выступать в качестве индикатора наличия внутрисемейных проблем.

В возрасте 6–7 лет большинство детей в нашей стране начинают посещать школу. На этом этапе проблемы в семейной системе возникают «в связи с тем, что ребенок все чаще занят вне семьи» (Дж. Хейли, 1995). У ребенка напряжение растет в связи с включением в новый социальный институт и изменением требований, тогда как у родителей — в первую очередь, по причине того, что «продукт их воспитательной деятельности оказывается объектом всеобщего обозрения» (А.В. Черников, 2001). Задача супругов на этом этапе — поддержать ребенка и помочь ему адаптироваться к новым социальным условиям, порождающим ряд трудностей и проблем:

- трудности, связанные с новым режимом дня. Наиболее значимы они для детей, не посещавших детские дошкольные учреждения, прежде всего вследствие низкой произвольной регуляции поведения и организованности;
- трудности адаптации ребенка к классному коллективу;
- трудности, связанные с взаимоотношениями ребенка с учителем, истоки которых могут лежать в сфере детско-родительских отношений, будучи обусловленными стилем семейного воспитания;
- трудности, вызванные необходимостью принять новые требования со стороны родителей.

Одной из распространенных проблем этого периода является школьная фобия у ребенка. Если у него при этом отсутствуют школьные проблемы, то, с большой вероятностью, школьная фобия может выступать симптомом, необходимым семейной системе для поддержания ее функционирования.

5. Семья подростка. Кризис принятия факта достижения ребенком подросткового периода.

Подростковый возраст — период «второго рождения» ребенка, его вторичной индивидуации, которая, включает в себя два взаимосвязанных процесса:

- 1) отделение, или сепарация;
- 2) отказ от родителей как главных объектов любви и нахождение заместителей вне семьи.

В поисках собственной идентичности подросток может бросать вызов семейным правилам, регламентирующим его личную жизнь, шокировать семью нетипичными для нее ценностями и поведением. Это нередко приводит к росту конфликтности в семье, основными областями которой являются: аккуратность, помощь в домашнем хозяйстве, успеваемость в школе, общение со сверстниками, внешний вид подростка, вредные привычки, вопросы эротики и секса.

Сложность процесса вторичной индивидуации может выражаться в амбивалентном поведении подростка: он может казаться то очень взрослым, то совсем маленьким ребенком. Противоречивость процесса взросления, как правило, болезненно переживается самими родителями и вызывает полярные переживания, связанные с желаниями то чрезмерно контролировать ребенка, то поддерживать его автономность. В результате происходит столкновение взаимоисключающих тенденций: с одной стороны — стремления родителей видеть своего ребенка независимым и самостоятельным, а с другой — гиперпротекционистских установок, стремления контролировать жизнь подростка. Это является для них своеобразным испытанием в способности доверять ребенку.

В силу этих обстоятельств семья переживает чрезвычайно тяжелый период, который можно назвать «кризисом ответственности». Он связан с необходимостью перераспределить зоны ответственности в семье и, в частности, определить, какова доля ответственности подростка. Семье нужно выработать соглашение по поводу того, за что может отвечать ребенок, а за что — нет, каковы теперь обязанности родителей. Этот процесс может быть очень болезненным, сопровождаться конфликтами, отсутствием взаимопонимания с обеих сторон, нежеланием считаться с чувствами друг друга, попытками родителей усилить контроль за подростком и эмоциональной отстраненностью от его реальных трудностей, неприятием его нового статуса.

Для самого ребенка подростковый возраст — весьма сложный период. Личность подростка еще не сформирована. Любое вмешательство в его жизнь вызывает тревогу и воспринимается им как угроза его целостности. Тело претерпевает изменения: девочка становится девушкой, мальчик — юношей. Эти изменения могут стать фактором осложнений детско-родительских отношений в том случае, если у родителей имеются собственные неразрешенные конфликты во взаимодействии с представителями своего либо противоположного пола.

С достижением ребенком подросткового возраста перед семьей вновь встает необходимость в структурных изменениях. Подростковый кризис на

микросистемном уровне психологического функционирования семьи можно рассматривать как внутрисемейную борьбу за поддержание прежнего иерархического порядка. Родители больше не обладают всей полнотой власти и должны считаться с все возрастающей компетентностью подростка. В связи с этим им необходимо предоставить ему больше автономии и быть более гибкими в принятии его возрастающей независимости.

У подростков, не способных отделиться от своих родителей, могут наблюдаться депрессивные симптомы. Депрессия может развиваться в случае, когда подросток пытается удовлетворить потребности родителей в ущерб собственным. Среди проявлений подростковой депрессии выделяют следующие:

- форма безразличия и апатии;
- форма бунта против старшего поколения;
- форма самоотречения (отсутствие веры в самого себя и отказ от прогнозирования своего будущего);
- лабильная форма (колебания настроения, в основе которых лежат гормональные изменения).

Подростковая депрессия может скрываться за проблемным поведением в школе, гиперсексуальностью и асоциальным поведением ребенка. В подобных случаях родители обычно применяют карательные меры воздействия, расценивая поведение подростков как немотивированное и нуждающееся в коррекции, что еще более усугубляет депрессию. С развитием информационных технологий дети зачастую уходят в «виртуальный мир», создавая страницы в социальных сетях, играя в игры и избегая контакта со своими переживаниями.

Тема 6. Супружеская совместимость и удовлетворенность браком

(2 часа)

Вопросы лекции:

1. Психологические аспекты супружеской совместимости.
2. Удовлетворенности браком.
3. Сплоченность семьи.

1. Психологические аспекты супружеской совместимости.

Супружеская совместимость – важнейшее условие стабильности и благополучия супружеской пары. Совместимость может быть описана в основном двумя характеристиками, включаемыми в аффективный компонент взаимодействия: показателями субъективной удовлетворенности партнером (психологический признак) и показателями эмоционально-энергетических затрат индивида, участника общения (физиологический признак). При этом эмоциональный фон отношений сопровождается некоторыми, может быть, максимально эмоционально-энергетическими затратами общающихся партнеров. В условиях неформализованных отношений (интимно-эмоциональных) оптимальным взаимодействием будет такое, которое

характеризуется максимальной удовлетворенностью партнеров взаимоотношениями, длительностью связи, частотой контактов.

А.Н. Обозона (1983) выделила четыре аспекта супружеской совместимости, необходимость разделения которых, по ее мнению, обоснована различием свойственных им критериев, закономерностей и проявлений:

1. Духовная совместимость – характеризует согласованность целеполагающих компонентов поведения партнеров: установок, ценностных ориентаций, потребностей, интересов, взглядов, оценок, мнений и т.д. (основная закономерность духовной совместимости – сходство, подобие духовных укладов супругов);

2. Персональная совместимость – характеризует соответствие структурно-динамических особенностей партнеров: свойств темперамента, характера, эмоционально-волевой сферы: один из критериев персональной совместимости — бесконфликтное распределение межличностных ролей. Основная закономерность этого аспекта совместимости супругов — дополнительность структурных характеристик партнеров;

3. Семейно-бытовая совместимость – функциональные особенности брачных партнеров: согласованность представлений о функциях семьи и соответствующем укладе, согласованность ролевых ожиданий и притязаний при реализации этих функций. Критерий – эффективность воспитания детей;

4. Физиологическая совместимость. Признаками физической, в том числе сексуальной, совместимости является гармония ласк мужчины и женщины, телесного контакта, удовлетворенность от близости.

Считается, что совместимость имеет 3 уровня:

1 уровень – совместимость темпераментов. Согласно эмпирическим исследованиям супружеской пары состоит из представлений разных типов темперамента, т.е. они объединяются не по сходству, а по контрастности, дополняя друг друга. Наиболее универсальными партнерами являются флегматики, которым однако не рекомендуется создавать пару с партнером-флегматиком.

2 уровень – совместимость ожиданий. Именно не соответствие семейной жизни ожиданиям, часто являются причиной неудачного брака. Ролевые ожидания формируются в родит семье, и если у супругов они противоречат, то молодая семья рано или поздно распадется (старательность и обязательность, способность выполнить роль как ведущего, так и ведомого, доброжелательность и участливость к супругу, умение обращаться с деньгами).

3 уровень – совместимость ценностей. Это верхний уровень совместимости, проявляется в согласованности жизненных целей (здоровье, хорошая семья, интересная работа, материальная обеспеченность и т.д.) и способов их достижения (трудолюбие, целеустремленность, честность и порядочность, ответственность и т.д.). Если ценности и способы их достижения у мужа и жены комплиментарны (совпадают и дополняют друг

другом), то брак имеет большой запас прочности. Эта пара может характеризоваться как совместимая.

2. Удовлетворенности браком.

По мнению Алешиной Ю.Е. одним из показателей успешности брака является субъективная удовлетворенность браком супругов, которая отражает отношение человека к собственному браку и является индикатором потребностей семейной системы. У мужчин уровень субъективной удовлетворенности браком выше, чем у женщин. Удовлетворенность браком представляет собой стойкое эмоциональное явление — чувство, которое может проявляться как непосредственно в эмоциях, возникающих в различных ситуациях, так и в разнообразных мнениях, оценках, сравнениях.

Выделяют две группы факторов удовлетворенности браком: возникшие до бракосочетания и возникшие во время брачного периода. Первая группа факторов является психологической основой брака и включает такие аспекты, как происхождение (схоже с понятием «семейного сценария»), качества личности, идеал супруга и брака, мотивы вступления в брак. Вторая группа факторов включает: этически-эмоциональные отношения супругов, психофизиологические отношения супругов, единство взглядов на воспитание детей, распределение домашних и хозяйственных работ, свободное время и его проведение, отношение с отцом-матерью супруга(и), с друзьями, отношение к алкогольным напиткам.

С.И. Голодом выделены факторы удовлетворенности браком специфичные для каждого пола в пределах первого десятилетия совместной супружеской жизни. Для женщин – это бытовая и духовная адаптация, совместимость мужа с ее родственниками и самоутверждение, для мужчин – сексуальная экспрессивность жены.

3. Сплоченность семьи.

Сплоченность (связь, когезия, эмоциональная близость, эмоциональная дистанция) можно определить как психологическое расстояние между членами семьи. Критерием определения данного параметра семейной структуры является в большей степени интенсивность субъективных переживаний членами семьи характера их отношений, чем модальность этих переживаний (например, любовь, ненависть, обида и др.).

Д. Олсон в рамках своей циркулярной или циркумплексной модели выделяет четыре уровня сплоченности (и, соответственно, четыре типа семей), которые можно представить в виде следующего континуума (А.В. Черников, 2001):

разобщенн	разделенный	связа	запутанны
ый	нный		й

1. Разобщенный – низкая степень сплоченности членов семьи, отношения отчуждения. В таких системах члены семьи эмоционально

разделены, имеют мало привязанностей друг к другу, демонстрируют несогласованное поведение. Они часто проводят свое время отдельно, имеют различные интересы и разных друзей. Им трудно оказывать поддержку друг другу и совместно решать жизненные проблемы. Было установлено, что супруги в таких семьях чаще проявляют депрессивную симптоматику (Н. Аккерман, 2000).

По мнению М. Боуэна, брачные партнеры посредством изолированности друг от друга и подчеркнутой независимости часто скрывают свою неспособность устанавливать близкие взаимоотношения, возрастание тревоги при сближении друг с другом (М. Боуэн). Подобного рода феномен был описан П. Куттером как «эмоциональная импотенция». В ее основе чаще всего лежат два фундаментальных человеческих страха – страх одиночества и страх быть поглощенным другим (П. Куттер, 1998).

2. Разделенный – некоторая эмоциональная дистанцированность членов семьи. Семьи с разделенным типом взаимоотношений характеризуются эмоциональной отделенностью членов семьи друг от друга, но она не является такой выраженной, как в разобщенной системе. Несмотря на то, что для членов семьи, прежде всего – супругов, более важно время, проводимое отдельно, они способны объединяться для обсуждения проблем, оказывать поддержку друг другу и принимать совместные решения.

3. Связанный – эмоциональная близость членов семьи, лояльность во взаимоотношениях, не достигающая уровня запутанности. Члены семьи часто проводят время вместе, и оно более важно, чем время, посвященное друзьям и интересам.

4. Запутанный – уровень сплоченности слишком высок, низкая степень дифференцированности членов семьи. В таких семьях много энергии уходит на сохранение единства их членов, наблюдается крайность в требовании эмоциональной близости и лояльности. Члены семьи не могут действовать независимо друг от друга, имеют мало личного пространства для развития и проявления своей индивидуальности и характеризуются чрезмерной взаимной эмоциональной вовлеченностью.

Реакция на эмоциональное отдаление в таких семьях феноменологически может напоминать реакцию ребенка на потерю объекта привязанности. При этом ведущими по отношению к дистанцирующемуся члену семьи становятся амбивалентные чувства любви и ненависти (Дж. Боулби, 2006). Также могут присутствовать ощущения пустоты, одиночества, тревоги, уменьшения собственного «Я» (Н. Мак-Вильямс, 2001).

Д. Олсон считает, что центральные уровни сплоченности (разделенный и связанный) являются сбалансированными и обеспечивают оптимальное семейное функционирование, в то время как крайние значения (разобщенный, запутанный) являются проблематичными и приводят к развитию семейных дисфункций (А.В. Черников, 2001).

Таким образом, члены семей разделенного и связанного типов способны сочетать собственную независимость с тесными эмоциональными

связями с другими членами семьи. Подобный тип взаимодействия, при котором между членами семьи устанавливаются тесные, эмоционально насыщенные связи и в то же время сохраняется уважение к индивидуальным границам, М. Уорден называет «интимностью» (М. Уорден, 2005).

Также как и в других аспектах семейных отношений, каждая семья проходит путь эволюции, выбирая наиболее приемлемую для ее членов эмоциональную дистанцию, позволяющую удовлетворить и потребность в слиянии, и потребность в отделенности.

Противоречие между указанными потребностями является одним из важных феноменов функционирования семьи, объясняющих нестабильность семейных отношений, прежде всего супружеских, по параметру сплоченности. Изменчивость эмоциональной связи в супружеской паре обусловлена определенной динамикой развития данных отношений. В жизни супругов вполне естественны периоды эмоционального сближения и дистанцирования, удовлетворенности и злости, разочарования. Они могут быть как ситуативно-обусловленными, так и закономерными, связанными с развитием брака во времени и специфичностью задач, стоящих перед семьей в разные периоды ее существования. Нарушение супружеских отношений по параметру сплоченности представляет собой результат разрушения положительных эмоциональных связей между супругами. Он обозначается авторами как «эмоциональный разрыв», «эмоциональный развод», «изоляция», «эмоциональное неприятие» (А.В. Черников, 2001).

Тема 7. Семейные роли и сценарии (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Ролевая структура семейных отношений.
2. Семейный сценарий как паттерн взаимодействия членов семьи.
3. Трансгенерационные связи.

1. Ролевая структура семейных отношений.

Роль – понятие, в котором отражены и социальные, и индивидуальные особенности личности, взаимодействие внешних и внутренних аспектов ее развития. По Э Томасу и Б. Биддлу, «роль – это набор предписаний, которые определяют, каким должно быть поведение человека, занимающего определенную социальную позицию. Таким образом, роли представляют собой паттерны поведения, регулируемые должностными и ожиданиями, которые определяют как собственные поступки человека, так и поступки окружающих его людей. Кроме актуального поведения, в понятие «роль» включаются желания, цели, убеждения, чувства, социальные установки, ценности и действия, которые приписываются человеку. На характер распределения ролей в семье большое влияние оказывают семейные ценности и нормы.

Семейные роли – закрепленные за каждым из членов семейной системы наборы поведенческих паттернов, определяемые как индивидуальным (совокупность представлений о себе как носителе роли),

так и микро-, макро- и мегасистемным уровнями функционирования семьи. Ролевая структура семьи предписывает ее членам что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, взаимодействуя друг с другом (С. Минухин, Ч. Фишман, 1998).

В социальной психологии принята дифференциация на конвенциональные и межличностные, или неформальные роли. Конвенциональные роли – это определяемые традициями, моралью, юридическими нормами, системой социальных ценностей и т.п. стереотипизированные шаблоны поведения. Например, роль отца предполагает определенные обязанности по отношению к своим детям. Эти обязанности законодательно закреплены, и в случае их невыполнения общество накладывает на отца определенные санкции. Неформальные, или межличностные роли не являются общепринятыми: они более вариативны, зависят от того, что за человек выполняет эту роль. Например, конвенциональная роль «мать» может дополняться неформальными ролями «заботливая мать», «строгая мать», «мама – лучший друг», «в нашей семье маман – честь, совесть и контролер» и т.д.

Выделяют следующие семейные роли:

Роли, характеризующие взаимодействие членов семьи на индивидуальном уровне:

- роли-обязанности, которые позволяют определить вклад каждого члена семьи в организацию совместной жизни и описываются через выполняемые человеком функции: тот, кто готовит еду; зарабатывает деньги; убирает в квартире; гуляет с собакой; делает уроки с ребенком и т.п.
- роли взаимодействия, отражающие типичные варианты поведения в различных ситуациях семейного общения. Например, в семье могут существовать такие роли, как козел отпущения, всеобщий утешитель, вечная жертва, любимчик, нытик, морализатор, праведник, «позор нашей семьи», «семейная гордость» и т.п.

Роли, описывающие взаимодействие членов семьи на микросистемном уровне:

- супружеские роли: муж, жена;
- роли, относящиеся к детско-родительской подсистеме: мать, отец, сын, дочь;
- роли, относящиеся к сиблинговой подсистеме: брат, сестра.

Роли, описывающие взаимодействие членов семьи на макросистемном уровне:

- роли, обусловленные кровным родством: бабушка, дедушка, внук, двоюродный брат и др.;
- роли, возникновение которых обусловлено супружескими связями: свекор, теща, невестка, зять и др.

2. Семейный сценарий как паттерн взаимодействия членов семьи.

Семейный сценарий – повторяющиеся из поколения в поколение паттерны взаимодействия членов семьи, обусловленные событиями семейной истории. Семейный сценарий имплицитно содержит представления о том, с кем, как и для чего нужно жить в семье, сколько нужно иметь детей, каким образом заботиться о них, как строить отношения с расширенной семьей и т.п. Пословица «Яблоко от яблони недалеко падает» является отражением идеи о сходстве различных аспектов жизнедеятельности родителей и детей.

Ряд исследователей семьи рассматривают ее как систему, члены которой связаны эмоциональными отношениями, определяющими их поведение (М. Боуэн, М. Керр, 2005). Согласно М. Боуэну, опыт проживания в родительской семье и усвоение транслируемых ею поведенческих паттернов формирует определенный уровень дифференциации «Я» индивида, который в свою очередь влияет на его функционирование в собственной семье. При низком уровне дифференциации члены семьи, как правило, не обладают своим отдельным Я, своими желаниями, представлениями, идеалами и др., а более или менее осознанно повторяют уже «наработанные», родительские, прародительские и другие внутрисемейные модели взаимодействия. Говоря о процессе межпоколенной передачи, М. Боуэн предполагал, что большинство детей выходят из своих семей, имея приблизительно такой же уровень дифференциации, как и у родителей, и только некоторые переходят на более высокие или низкие уровни.

Понятие о сценариях было проработано также в транзактном анализе. Э. Берн считал, что жизненные сценарии основаны на родительском программировании. Он углубил представления о сценариях, добавив в их описание влияние широкого социального контекста. При этом он акцентировал внимание на их достаточно раннем возникновении, связанном с детским выбором стратегии выживания в мире, а также на роли рассказываемых в детстве сказок и историй как основы предпочтения героя для неосознаваемой идентификации. Э. Берн определил жизненный сценарий как план жизни, который составляется в детстве, подкрепляется родителями, оправдывается последующими событиями и завершается так, как было предопределено с самого начала. Эвристичным является использование его идеи о сценарии и контрсценарии.

Семейные сценарии всегда содержат повторения и могут касаться любых аспектов жизнедеятельности семьи:

- супружеских отношений (в моей семье все женщины были несчастливы в браке, потому что мужья им изменяли);
- денег (в нашей семье вместе с достатком всегда кто-то тяжело заболел или умер);
- привязанности событий к определенному возрасту (я вышла замуж в 22 года, так же, как моя мама, бабушка и сестра);

- профессиональной деятельности (все женщины в нашей семье работали в системе образования и сетовали на низкую зарплату, но ничего не меняли) и др.

3. Трансгенерационные связи.

Передача информации о жизни предыдущих поколений является необходимым условием для развития психики нового поколения, для обеспечения связи между поколениями, а также для создания временного, исторического контекста событий, когда прошлое называется прошлым, свершившимся до появления на свет нового поколения, а настоящее и будущее предполагает совместное проживание нескольких поколений.

Различают межпоколенческую и транспоколенческую передачу, при которой к межпоколенческой относится передача символизированного, хорошо осмысленного опыта, который доступен для усвоения последующим поколением и является питательной средой для его психики. К транспоколенческой (трансгенерационной) относится информация, которая деструктивно влияет на развивающуюся психику за счет либо рассогласования вербального и невербального компонента рассказа, либо за счет отсутствующего рассказа, но с указанием на секрет (с созданием ощущения секрета). В таких ситуациях речь чаще всего идет о пережитом предыдущими поколениями травматическом опыте.

Ценности предшествующих поколений являются питательной средой для формирования психики последующих поколений. Конечно, это утверждение справедливо, когда речь идет о хорошо символизированной, доступной вербальному уровню, информации. Однако, сложно представить себе хотя бы одно поколение, не имевшее серьезного травматического опыта в своей истории. Исходя из того обстоятельства, что передача информации - аффективной, сенсомоторной, образной - начинается с началом жизни человека во взаимодействии с матерью или заботящимся лицом и обеспечивает формирование его внутренних объектов, можно думать о том, что травматический, не символизированный опыт, также передается новому поколению, начиная с младенчества и на протяжении всего периода взросления.

Травматические события, пережитые предшествующими поколениями, никогда не бывают полностью известны последующим поколениям, особенно, если речь идет о событиях, связанных с драматическими переживаниями, включающими опыт запредельного по интенсивности стыда, ужаса, беспомощности, вины, горя и других тяжелых аффектов, сопровождающих травматический опыт. Какие-то фрагменты этих историй так или иначе передаются в семейных рассказах, однако эти фрагменты обычно лишены эмоциональной окраски и вплетены в какую-либо из семейных историй как малозначительный факт. Большая же часть этих историй не обсуждается, и последующие поколения достраивают эти истории сообразно своим фантазиям или не достраивают их вовсе, но, как было отмечено многими исследователями, в какой-то момент своей жизни начинают повторять в какой-либо форме различные аспекты семейной

драмы. Кроме того, эти события, поскольку они не могут быть переработаны психически, не могут получить статус прошлого. Такая невозможность ментальной переработки опыта создает у переживших эти события эффект жизни в «2-х измерениях», когда прошлое и настоящее невозможно отличить друг от друга (Болебер, 2010).

Кроме того, неосознаваемая идентификация с аспектами члена семьи из предшествующего поколения способствует созданию внутри психики представителей последующего поколения так называемого трансмиссионного объекта, который содержит отщепленные и несимволизованные части опыта этого члена семьи, и передается из поколения в поколение в практически неизменном виде.

Выделяют следующие способы передачи травматического опыта:

Молчание, которое может передавать травматичные послания также, как и слова, травматичный опыт становится секретом, наличие которого начинает оказывать свое действие на последующее поколение.

Сверхоткрытость - когда травматический опыт передается со всеми деталями, которые поражают воображение слушающего. (например семья, в которой вместо сказок на ночь, рассказывали истории о жизни на оккупированных территориях во время войны.)

Дети, сталкиваясь с непредсказуемыми посттравматическими реакциями взрослых, вынуждены, вследствие своей зависимости, развивать дополнительные паттерны подстройки. (в качестве таких подстроек могут выступать следующие феномены: парентализация, когда ребенок вынужден принять на себя родительскую роль, формирование «ложного Я» (Винникотт, 2002), идентификация с агрессором (Фрейд, 1999).

Исследователи, интересующиеся этой проблемой, сходятся во мнении, что основную роль в усвоении трансгенерационного материала играют различные формы индентификации как основного механизма, обеспечивающего развитие психического. К настоящему времени описано большое количество различных способов идентификации, каждый из которых оказывает патологическое влияние на формирование Я и, соответственно, на способ обращения с внешней и внутренней реальностью.

Тема 8. Родительство (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Отношение к беременности и родительству.
2. Типы привязанности.
3. Сиблинговые позиции.
4. Стили семейного воспитания.

1. Отношение к беременности и родительству.

Детско-родительская подсистема представлена членами семьи, относящимися к разным поколениям, а именно родителями и их еще не взрослыми детьми. Взаимодействие членов семьи, относящихся к данной подсистеме, направлено на реализацию задачи формирования у детей

навыков саморегуляции, усвоения ими норм, ценностей и моделей взаимоотношений в иерархической социальной системе. Родители получают от детей обратную связь, позволяющую оценить характер отношений и эффективность развивающих и воспитательных действий. Именно в рамках данных взаимоотношений ребенок выстраивает систему жизненных ценностей, приобретает опыт соблюдения правил и законов, выполнения обязательств, следования традициям и т.п.

Переход к родительской роли обычно начинается с желания иметь детей. Как правило, решение зачать ребенка определяется совокупностью мотивов, часть из которых может не осознаваться супружеской парой. Эти мотивы взаимодополняют друг друга на фоне доминирования одного из них. Часто мотивы женщины и мужчины оказываются различными.

Необходимо различать конструктивные мотивы, способствующие укреплению семьи, личностному росту супругов, благополучному рождению и развитию ребенка, и деструктивные, приводящие к обратным результатам

Среди конструктивных мотивов можно выделить следующие:

- Стремление дать жизнь другому человеку со всей его уникальностью и неповторимостью
- Беременность как способ принадлежать семейной системе («в нашей семье все женщины рожали первого ребенка в 22 года»).
- Беременность как выражение обоюдного желания супругов иметь ребенка («мы любим друг друга и хотим иметь общего ребенка»)
- Стремление быть матерью (отцом) как результат психофизиологической готовности женщины (мужчины) к материнству («хочу заботиться о ребенке», «хочу ощутить радость материнства (отцовства)» и др.).

В свою очередь, к деструктивным мотивам мы относим:

- Стремление иметь рядом того, кто воплотит нереализованные планы, мечты и стремления матери.
- Стремление женщины избежать одиночества («чтобы был хоть один близкий человек», «чтобы чувствовать себя кому-то нужной»).
- Способ восполнения дефицита любви к самой себе («хоть кто-то будет меня любить»)
- Беременность как соответствие социальным ожиданиям («быть как все», «возраст вынуждает», «родители хотят иметь внуков», «у всех подруг уже есть дети», «муж очень хотел ребенка» и др.) в сочетании с неготовностью к выполнению родительской роли.
- Беременность как способ сохранения отношений и удержания супруга в браке («привязать мужа», «вернуть мужа», «предотвратить его уход из семьи» и др.)
- Беременность как способ достижения псевдодифференциации от родительской семьи («показать родителям, что стал(а) взрослым человеком», «родила всем назло»)

- Беременность как способ легализации брака («заставить» родителей смириться с браком)
- Материальные мотивы («улучшить жилплощадь», «приобрести статус многодетной семьи и получить льготы») и др.)
- Беременность ради сохранения своего собственного здоровья («аборт вреден для здоровья», «боюсь, что после аборта не смогу иметь детей», «беременность омолаживает организм»)
- Беременность как отказ от прошлого, как символ нового этапа в жизни женщины или как способ перечеркнуть «бурное» прошлое.

2. Типы привязанности.

Отношения в диаде «мать – дитя» могут рассматриваться как «диадический симбиоз» или симбиотические отношения. Особенность этих отношений состоит в слиянии потребностей младенца и его матери. В исследованиях Дж. Боулби показано, что тесный телесный контакт матери и маленького ребенка способствует формированию у последнего чувства безопасности, ведет к снижению страха и тревоги.

Привязанность формируется в течение длительного периода времени и способствует формированию уверенности ребенка в том, что мир стабилен, предсказуем, близкие люди его не бросят и т.п. Она является основой для последующего формирования самостоятельности, отношений с другими людьми, уверенности в себе и в близких. Качество привязанности зависит как от особенностей ребенка, так и от личностных характеристик матери, ее готовности к материнству, способности «декодировать» потребности малыша и быть с ним рядом столько, сколько ему нужно в этот период времени.

Если формирование прочной привязанности дает основу для дальнейшей адаптации ребенка к различным людям и жизненным ситуациям, то ее противоположность, связанная с разрывом связи малыша и человека, который о нем заботится, представляет серьезную опасность для его дальнейшего развития и всей последующей жизни. Иногда, в частности, в случае тяжелой болезни, госпитализации или отъезда матери, ребенок вынужден переживать длительную разлуку. Эта ситуация может приводить к серьезным нарушениям у ребенка: например, у него могут возникнуть трудности со сном, едой, он может стать капризным, беспокойным, раздражительным.

1. Надёжная привязанность

Это правильный тип привязанности. Он формируется у детей, которые растут в счастливых, дружных семьях, где родители постоянно поддерживают с ними эмоциональный контакт. Во взрослой жизни они не отталкивают от себя близких и сами не становятся зависимыми от них. Они доверяют близким, чувствуют себя достойными любви, уважают партнёра и готовы искать компромисс. Конечно, у таких людей в отношениях тоже бывают проблемы, но их причину нужно искать не в детстве, а где-то в другом месте.

2. Тревожно-избегающая привязанность

Когда родители отвергают ребёнка, не реагируют на его потребности, никак не поддерживают эмоционально, у него формируется именно такой тип привязанности. При нём человек во взрослой жизни обычно избегает близких отношений, держит партнёра на расстоянии, а ещё, как правило, скрывает свои чувства. Причём, несмотря на замкнутое поведение, такому человеку очень нужны отношения и поддержка. Без них он чувствует себя одиноким.

3. Дезориентированная привязанность

Часто формируется в семьях, где ребёнок подвергается физическому насилию. Их поведенческие реакции противоречивы и часто меняются. Человек с дезориентированным чувством привязанности может долго добиваться отношений, а добившись — тут же всё бросить и порвать.

4. Амбивалентная привязанность

Такой тип привязанности формируется, когда родители непоследовательны и непредсказуемы. Они то разрешают, то запрещают. То рядом, то их нет. И ребёнок начинает цепляться за них, чтобы не потерять. У людей с таким типом привязанности низкая самооценка. Они очень зависимы, болезненно реагируют на малейшие изменения в отношениях, боятся остаться в одиночестве и поэтому постоянно требуют подтверждения любви.

Детские травмы не только мешают строить здоровые отношения, но и плохо влияют на партнёров по браку.

3. Сиблинговые позиции.

Сиблинговая подсистема состоит из братьев и сестер нуклеарной семьи. Сюда также входят приемные и усыновленные дети. Правила поведения в сиблинговой подсистеме определяются взаимодействиями типа брат – сестра (брат – брат, сестра – сестра). Главная задача данной подсистемы – способствовать развитию навыков взаимодействия ребенка со сверстниками. Это своеобразная экспериментальная площадка, где ребенок имеет возможность исследовать других людей и строить с ними различные типы отношений. Умение отстаивать свою позицию, присоединяться к коалиции, уступать, договариваться – всему этому ребенок научается в группе сверстников. Если в семье только один ребенок, он обычно устанавливает дружеские отношения с детьми соседей и родственников при условии отсутствия препятствий для его общения за пределами семейной системы. Эти отношения позволяют заменить взаимодействие в подсистеме сиблингов. Функциональная сиблинговая подсистема дает ребенку навыки ведения переговоров и сотрудничества, а также поддерживает способность к формированию привязанностей.

В семье существует определенное число возможных позиций (вариантов очередности появления на свет) в зависимости от количества детей, их пола и соотношения возрастов. Люди, родившиеся в семье в той

или иной последовательности, часто обладают определенными характеристиками.

Старший ребенок обычно является самым ответственным, добросовестным, честолюбивым, стремящимся к достижениям. Он зачастую принимает на себя часть родительских функций, заботясь о младших братьях и сестрах, особенно в случае болезни или потери родителей. Рождение следующего ребенка приводит его к кризису уникальности, так как он теряет свою исключительную позицию. Старшие дети, особенно мальчики, чаще других наследуют профессии отца и деда. Обычно семья ожидает от старшего ребенка успешности в карьерном росте, поэтому они зачастую боятся не оправдать ожидания родителей и других авторитетов. Им сложнее дается релаксация и способность получать удовольствие от жизни (А.В. Черников).

Младший ребенок обычно обладает беспечностью, оптимизмом и готовностью принимать чужое покровительство и заботу. У него часто существуют проблемы с самодисциплиной и трудности в принятии решений. От него в меньшей степени требуют социальных достижений или «продолжения дела семьи». «Положение младшего брата всегда чревато опасностью быть избалованным и остаться семейным ребенком... Он может стать артистом, или, как результат сверхкомпенсации, развить огромные амбиции и бороться за то, чтобы быть спасителем всей семьи» (А. Adler, 1970; цит. по: А.В. Черников). Вследствие своей позиции младшего он знает, что в близких отношениях сложно добиться желаемого силой, поэтому он склонен к выработке манипулятивных стратегий взаимодействия. Младший ребенок, выросший в атмосфере тепла и поддержки, обычно легко находит друзей и дружелюбен в общении.

Средний ребенок может демонстрировать характеристики как младшего, так и старшего или их комбинации. Часто средний ребенок (если он не единственная девочка или единственный мальчик в семье) вынужден добиваться внимания и собственного места в семейной системе. А. Адлер, автор теории о комплексе неполноценности, сам будучи вторым сыном, писал: «Второй ребенок в семье находится под постоянным давлением с обеих сторон – борясь за то, чтобы опередить своего старшего брата, и боясь, что его догонит младший...» (А. Adler, 1970; цит. по А.В. Черников).

В случае многодетной семьи характеристики средних детей во многом зависят от того, к какой группе они принадлежат (младших или старших) и какова разница в возрасте между ними. Их промежуточная позиция стимулирует развитие социальных навыков. Средние дети – хорошие коммуникаторы и посредники, так как были должны научиться взаимодействовать со старшими и младшими братьями и сестрами.

Единственный ребенок является одновременно старшим и младшим в семье. Такие дети имеют многие характеристики старшего ребенка, но при этом могут сохранять детские качества вплоть до взрослого возраста. Единственный ребенок в большей мере, чем другие дети, похож на родителя того же пола. На своего единственного ребенка родители возлагают большие

ожидания, и, как правило, он довольно успешен. Единственные дети часто привязаны к родителям и испытывают большие трудности в сепарации. Единственный ребенок уже в детстве может походить на маленького взрослого и достаточно комфортно чувствует себя в одиночестве.

Для близнецов параметры старший/младший ребенок проявляются в зависимости от того, в группе каких детей они родились. Например, близнецы, имеющие старшую сестру/брата, будут функционировать как младшие дети. Если же родители подчеркивают, что один из них родился раньше другого, то роли старший/младший могут быть распределены внутри их подгруппы. У близнецов обычно выявляют самые низкие результаты в тестах на интеллект по сравнению с детьми, занимающими другую позицию в порядке рождения, что обусловлено их функционированием как отдельной группы и меньшей ориентацией на взрослых и сверстников. Повзрослев, они зачастую испытывают сложности сепарации друг от друга и обретения собственной идентичности, особенно если они одного пола (Ричардсон, 1994).

Однако в некоторых случаях дети не соответствуют типичным характеристикам, свойственным той или иной сиблинговой позиции, из-за различных внутрисемейных факторов (болезнь другого ребенка; появление ребенка в особый момент жизни семьи и т.п.). Порядковая позиция ребенка может быть более ярко выраженной, если его родитель того же пола имеет такую же порядковую позицию.

4. Стили семейного воспитания.

Единой основы для классификации типов семейного воспитания нет. Изучая параметры взаимодействия в диаде «родитель-дитя», многие исследователи в качестве определяющих выделяют принятие – отвержение, автономность – контроль, эмоциональная близость – эмоциональная дистанция, сотрудничество – отсутствие сотрудничества, последовательность – непоследовательность родителя.

Классификация стилей воспитания (А.Е.Личко и Е.Г.Эйдемиллер):

1) Гипопротекция. Характеризуется недостатком опеки и контроля. Ребенок остается без надзора. К подростку проявляют мало внимания, нет интереса к его делам, часты физическая заброшенность и неухоженность. При скрытойгипопротекции контроль и забота носят формальный характер, родители не включаются в жизнь ребенка. Невключенность ребенка в жизнь семьи приводят к асоциальному поведению из-за неудовлетворенности потребности в любви и привязанности

2) Доминирующая гиперпротекция. Проявляется в повышенном, обостренном внимании и заботе к ребенку, чрезмерной опеке и мелочном контроле поведения, слежке, запретах и ограничениях. Ребенка не приучают к самостоятельности, подавляют развитие его чувства самостоятельности и ответственности. Это приводит либо к реакции эмансипации, либо к безинициативности, неумению постоять за себя.

3) Потворствующая гиперпротекция. Так называют воспитание «кумира семьи». Родители стремятся освободить ребенка от малейших трудностей, потакают его желаниям, чрезмерно обожают и покровительствуют, восхищаются его минимальными успехами и требуют такого же восхищения от других. Результат такого воспитания проявляется в высоком уровне притязаний, стремлении к лидерству при недостаточных упорстве и опоре на свои силы.

4) Эмоциональное отвержение. Ребенком тяготятся. Его потребности игнорируются. Иногда с ним жестоко обращаются. Родители (или их «заместители» мачеха, отчим и пр.) считают ребенка обузой и проявляют общее недовольство ребенком. Часто встречается скрытое эмоциональное отвержение: родители стремятся завуалировать реальное отношение к ребенку повышенной заботой и вниманием к нему. Этот стиль воспитания оказывает наиболее отрицательное воздействие на развитие ребенка.

5) Жесткие взаимоотношения. Могут проявляться открыто, когда на ребенке срывают зло, применяя насилие, или быть скрытыми, когда между родителями и ребенком стоит «стена» эмоциональной холодности и враждебности.

6) Повышенная моральная ответственность. От ребенка требуют честности, порядочности, чувства долга не соответственно его возрасту. Игнорируя интересы и возможности ребенка, возлагают на него ответственность за благополучие близких. Ему насильно приписывают роль «главы семьи». Родители надеются на особое будущее своего ребенка, а ребенок боится их разочаровать. Часто ему перепоручают заботу за младшими детьми или престарелыми.

Эмоциональное отвержение ребенка, гиперопека, доминантность, общение с ребенком по типу «двойной связи», непоследовательность в требованиях и обращении оказывают большое и разнообразное влияние на формирование характера ребенка. Так, при отвергающем типе взаимоотношений у ребенка формируется низкая самооценка, неуверенность в себе и своих силах. По мнению А.И.Захарова, непринятие может стать одной из причин возникновения невроза страха у детей, жизненный тонус которых первично понижен вследствие предшествующего стресса матери из-за нежеланной беременности. Непринятие в большей степени отражается на состоянии детей в первые годы жизни, именно тогда, когда требуется максимум эмоционально-теплого отношения матери.

При жестком контроле у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, развивается чувство вины или страха перед наказанием. Такие дети с трудом устанавливают контакты со сверстниками из-за своей настороженности и даже враждебности к окружающим.

Эмоциональная дистанцированность ведет к тому, что ребенок рано приобретает опыт общения во внесемейном окружении. Однако равнодушие и эмоционально неокрашенное уклонение родителей от контакта с ребенком ведет к несформированности у него правильных моделей общения. Отсюда – сложные отношения со сверстниками. Отсутствие сотрудничества со

взрослыми препятствует не только развитию, но и саморазвитию ребенка, так как у него не формируются навыки совместного труда, взаимопомощи и поддержки.

Непоследовательное поведение родителя формирует у ребенка чувство неуверенности и неопределенности. Данная характеристика тесно связана с несогласованностью в процессе общения с детьми позиций родителей («родительские ножницы» или воспитательная конфронтация в семье). В случае рассогласования, расхождения или противопоставления требований у ребенка происходит полная потеря ориентации, он занимает выгодную для себя позицию – когда все нельзя, тогда все можно. В результате в характере могут появиться такие отрицательные качества, как лицемерие, недобросовестность, непослушание, двуличие, недисциплинированность, приспособленчество и др.

Тема 9. Ненормативные семейные кризисы: развод, измена, тяжелая болезнь, смерть члена семьи (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Понятие ненормативного семейного кризиса.
2. Признаки кризиса.
3. Феноменология кризиса: развод.
4. Феноменология кризиса: измена.

1. Понятие ненормативного семейного кризиса.

Кроме нормативных кризисов — трудностей, связанных с переходными моментами жизненного цикла семьи, — семейная система может переживать и ненормативные кризисы.

Ненормативный семейный кризис — это кризис, развитие которого не связано с переходом семьи на новый этап жизненного цикла. Его возникновение потенциально возможно на любом этапе существования семьи и обусловлено воздействием на ее членов негативных жизненных событий, определяемых как кризисные. Р. Хилл выделил три группы факторов, приводящих к возникновению ненормативных семейных кризисов:

1. Внешние затруднения (отсутствие собственного жилья, работы и др.).
2. Неожиданные события, стрессы (семья или один из ее членов становится жертвой террористического акта, автомобильной, железнодорожной или авиакатастрофы и др.).
3. Внутренняя неспособность семьи адекватно оценить и пережить какое-либо семейное событие, рассматриваемое ею в качестве угрожающего, конфликтного или стрессового (серьезная болезнь или смерть одного из членов семьи, супружеская измена, развод и др.).

Факторами первой группы обычно занимаются социальные работники и социальные педагоги. С последствиями действия второй группы факторов имеют дело кризисные психологи, врачи, психотерапевты. Факторы третьей группы чаще всего приводят семью к специалисту в области семейной психологии и психотерапии.

В каждом ненормативном семейном кризисе можно выделить следующие взаимосвязанные компоненты:

1. Кризисное событие.
2. Изменения в семейной системе.
3. Восприятие и понимание членами семьи происходящего.
4. Отношение членов семьи к данному событию и особенности его переживания ими.
5. Индивидуальные и общесемейные способы выхода из кризиса.

Не пережитые ненормативные кризисы могут приводить к травматизации членов семьи. Непереработанная травма посредством механизма трансгенерационной передачи передается в следующие поколения.

2. Признаки кризиса.

Признаками семейного кризисного события могут выступать:

- сверхнормативность для данной семьи;
- угрожающий функционированию семьи характер события;
- резкое возрастание внутриличностной напряженности, кризисное состояние членов семьи;
- возникновение межличностных конфликтов в семье, и отсутствие у ее членов опыта решения ситуаций такого порядка;
- истощение адаптационных ресурсов членов семьи;
- прогрессирующие негативные изменения в семейной ситуации;
- затруднения функционирования семьи в связи со столкновением с ситуациями, аналогичных которым не было в семейном опыте;
- нарушение привычных паттернов поведения членов семьи.

3. Феноменология кризиса: развод.

Под разводом понимают разрыв супружеских отношений в его юридическом, экономическом и психологическом аспектах, что влечет за собой полную реорганизацию семейной системы. Кризисный характер данного события (даже если развод осуществляется с согласия обоих партнеров) обусловлен, как правило, его дестабилизирующим влиянием на всю семейную систему и болезненностью переживаний членами семьи изменений существующих между ними связей. Даже спустя длительный период времени после прекращения отношений могут сохраняться психологические последствия расставания (как правило, актуализирующиеся в связи с синдромом годовщины).

Выделяют следующие факторы, способствующие росту количества разводов:

- укрепление экономической самостоятельности и социального равноправия женщины;
- либерализация взглядов на развод;

- освобождение от классовых, религиозных и национальных предрассудков;
- рост продолжительности жизни;
- снижение влияния родителей на выбор супруга;
- неадекватная мотивация вступления в брак одного или обоих партнеров.

В качестве основного мотива развода выступает невозможность удовлетворения в существующем брачном союзе потребностей и желаний супругов. Среди причин, приводящих к разводу либо увеличивающих его вероятность, можно выделить:

- семейные сценарии, включающие конфликтные отношения либо развод родителей одного из супругов;
- поздний или ранний возраст вступления в брак;
- низкий уровень дифференциации супругов и размытые внешние границы семьи, что обуславливает постоянные вмешательства в ее функционирование третьего поколения, особенно при совместном проживании с родителями одного из брачных партнеров;
- разочарование в партнере;
- личностные особенности одного или обоих супругов, выражающиеся в склонности к конфликтному поведению;
- неравный уровень образования и социального статуса супругов;
- профессиональная занятость женщины, в том числе «бикарьерный» характер семьи;
- вынужденное раздельное проживание супругов (командировки, разъезды, так называемая «дистантная» семья);
- бесплодие одного из супругов, невозможность иметь детей;
- добрачная беременность (так называемые «стимулированные» браки);
- рождение ребенка в первые 1–2 года брака;
- зависимое поведение одного из партнеров;
- супружеские дисгармонии (измены, сексуальная неудовлетворенность в браке и др.).

Развод, как правило, не является одномоментным событием и имеет свою динамику проживания. А. Маслоу предложил модель распада супружеских отношений, включающую в себя семь стадий:

1. Эмоциональный развод обусловлен разрушением иллюзий супружеской жизни, чувством неудовлетворенности, отчуждением супругов, страхом и отчаянием, попытками контролировать партнера, спорами, стремлением избежать проблем.

2. Время размышлений и отчаяния перед разводом сопровождается болью, злостью и страхом, противоречивостью чувств и поступков, зачастую шоком, ощущением пустоты и хаоса. Предпринимаются попытки вернуть любовь, получить помощь от друзей, членов семьи.

3. Юридический развод — оформление разрыва отношений происходит на формальном уровне. Эта стадия связана не только с судопроизводством,

но и с участием все большего количества лиц в семейных отношениях партнеров. Отношения разводящихся супругов могут включать в себя конфликты, угрозы либо стремление к переговорам. Во время развода и периода правовых споров оставленный партнер может испытывать жалость к себе, беспомощность, чувство отчаяния и злости.

4. Экономический развод связан с прекращением совместного ведения хозяйства и разделением семейного бюджета (если до этого он был общим).

5. Установление баланса между родительскими обязанностями и правом на опеку связано с переговорами родителей по вопросу дальнейших взаимоотношений с детьми и распределения зон ответственности. Основными задачами данного этапа являются создание новых отношений между родителем и ребенком, а также обретение чувства собственного достоинства и независимости.

6. Время самоисследования и возврат к равновесию после развода. Основная проблема этого периода — одиночество и наличие амбивалентных чувств: нерешительности, оптимизма, сожаления, печали, любопытства, возбуждения, радости, грусти и др. Начинается поиск новых друзей, сфер активности, вырабатывается новый стиль жизни, определяются обязанности для всех членов семьи.

7. Психологический развод. На эмоциональном уровне — это принятие факта распада отношений, стабилизация эмоционального состояния, проработка негативных чувств, связанных с разводом. На когнитивно-поведенческом — готовность к действиям, уверенность в своих силах, ощущение самоценности, появление чувства независимости и автономии, поиск новых объектов для любви и готовность к построению новых отношений.

Наиболее распространенными стратегиями поведения в ситуации развода являются:

- Агрессивная, выражающаяся в желании разрушить жизнь партнера, причинить ему боль, отомстить за причиненные страдания.
- Манипулятивная, связанная с желанием удержать, вернуть партнера любым способом, даже ценой потери самоуважения и уважения партнера.
- Принимающая, обусловленная адекватной оценкой реальности и принятием ее такой, какая она есть, что дает возможность сохранить с бывшим партнером отношения, не обесценивая совместно прожитые годы, и свести к минимуму негативные последствия для детей.

Постразводная ситуация может быть осложнена разными обстоятельствами. Несмотря на либерализацию взглядов на развод, все равно сохраняются стереотипы, согласно которым разведенные женщины обладают более низким социальным статусом, чем замужние. В связи с этим, пережив развод, они могут столкнуться с негативной оценкой в своем социальном окружении.

Социальными последствиями развода являются напряженность и потеря привычных контактов. В процессе развода ослабевают связи с общими знакомыми, осложняются взаимоотношения с членами расширенной семьи. После первоначального сочувствия и поддержки близкие люди часто начинают дистанцироваться. Потеря или сокращение социальных контактов рождает чувство одиночества, которое, в свою очередь, может привести к депрессии, снижению трудоспособности, психосоматическим заболеваниям и др. Этот процесс нередко сопровождается разочарованием и развивающимся недоверием к людям. Бывшие супруги после развода могут бояться вступать в новый брак, избегая повторения травматичного опыта.

Если внешние границы распавшейся семьи были очень жесткими и супруги почти не имели собственных независимых отношений с другими людьми, то последствия развода для бывших партнеров могут быть эмоционально очень тяжелыми.

Развод — это кризис, который затрагивает всю семейную систему и тяжело переживается не только супругами, но и детьми. Реакция детей на развод во многом определяется их возрастом. Наиболее травматичным он является для детей дошкольного и подросткового возраста. В возрасте 3–6 лет ребенок не способен адекватно понять происходящие перемены в семье и нередко обвиняет во всем себя. В подростковом возрасте развод родителей может негативно сказаться на решении возрастных задач и затруднить процессы вторичной индивидуации и сепарации. Именно в этот период ребенку важна поддержка обоих родителей и, прежде всего, отца, играющего важную роль в социальной адаптации подростка. Детские переживания могут варьировать от вялой депрессии, апатии до резкого негативизма и демонстрация несогласия с мнением родителей.

4. Феноменология кризиса: измена.

Супружеская неверность, измена, адюльтер (франц. *adultere*; синоним – прелюбодеяние) понимается как вступление лица, состоящего в браке, в половую связь с лицами из других брачных пар или с одинокими мужчинами и женщинами без согласия своего партнера. Она может носить как эпизодический, так и систематический характер.

Отношение к измене в разных культурах и в разные времена было отличным. В историческом плане можно проследить постепенный переход от беспорядочных половых связей к моногамным отношениям, подразумевающим постоянную сексуальную связь с одним партнером. Однако за моногамией часто скрывались полигамные отношения, допускаемые, прежде всего, для мужчин, тогда как в отношении женщин декларировались требования абсолютной верности. В настоящее время в нашей культуре отсутствует половая дискриминация в отношении супружеской измены: нравственные законы, регулирующие это явление, в равной мере относятся и к женщинам, и к мужчинам.

В настоящее время существует такой тип отношений между супругами (открытый брак), где оба (или один партнер) договариваются о возможности

внебрачных связей. В таком случае санкционированная и принимаемая партнерами измена обычно не становится причиной конфликта.

Влияние измены на супружеские отношения в значительной мере определяется тем, на какой стадии развития брака она произошла (совпадая с нормативными семейными кризисами, она тем самым усугубляет их протекание), а также ее характером, длительностью и типом: была ли эта связь продолжительной или случайной, преимущественно сексуальной или отличалась эмоциональной привязанностью.

Измена, как правило, является признаком супружеских дисгармоний и свидетельствует о наличии различных (как правило, скрытых) противоречий и конфликтов между супругами. Далеко не всегда она является следствием нарушений сексуальных отношений в браке. Часто за изменой скрывается факт неудовлетворения психологических потребностей: в любви, близости, принятии, уважении. Однако неверность может встречаться и в достаточно гармоничных семьях с благополучными и устойчивыми супружескими отношениями.

Существует две точки зрения на измену. Согласно первой, традиционной, измена – опасная, разрушающая супружество ситуация. Она обычно затрагивает чувства чести и достоинства обманутого супруга и сопровождается переживанием ревности, привносящей в семейную драму глубокие разрушительные для семьи аффекты. В. Бамберри (1997) рассматривает супружескую неверность как свидетельство супружеского тупика, мертвых отношений. Согласно другой точке зрения, измена позволяет поддержать «умирающие» супружеские взаимоотношения. Например, К. Витакер (1998) рассматривает любовника (любовницу) как «психотерапевта на стороне» одного из супругов. Между тем в большинстве случаев супружеская неверность все же угрожает стабильности семейной системы. Несмотря на то, что измена возникает в супружеской диаде, ее последствия оказывают влияние на всю семью в целом. Могут нарушаться не только супружеские, но и детско-родительские взаимоотношения, что проявляется в возникновении различных структурных нарушений семьи, таких как межпоколенные коалиции, перевернутая иерархия,

Супружеская измена может выполнять ряд функций, представляя собой:

- способ завершения супружеских отношений и констатации факта несостоятельности брака;
- способ привлечения внимания брачного партнера и передачи ему метапослания о неудовлетворенности отношениями;
- способ сохранить супружеские отношения путем реализации потребностей, дефицит удовлетворения которых в браке ощущается довольно остро;
- проигрывание семейных сценариев;
- способ компенсировать чувство неполноценности, повысить самооценку.

Среди причин супружеской неверности можно выделить следующие:

1. Индивидуальные особенности партнеров по браку:

- нарушение полоролевой идентичности партнера по браку, неуверенность в своей привлекательности, вынуждающая доказывать свою мужественность (
- патохарактерологические личностные особенности супругов (например, страх быть поглощенным у брачного партнера с шизоидной организацией личности, побуждающий вступать во внебрачные связи, регулируя таким образом психологическую дистанцию в супружеской подсистеме; невозможность устанавливать глубокую привязанность у нарциссически организованной личности и др.).
- химическая зависимость одного из партнеров. В состоянии алкогольного или наркотического опьянения человек теряет контроль и может вступить в сексуальные отношения. Созависимый партнер страдает не только из-за измен, но зачастую и из-за эректильной дисфункции и других расстройств химически зависимого.

2. Микросистемные факторы:

- нарушение супружеских отношений;
- супружеская несовместимость (прежде всего сексуальная);
- отсутствие эмоциональной близости между супругами;
- охлаждение чувств в браке, рутина;
- обыденность супружеских отношений;
- отсутствие совместного досуга супругов;
- месть одного партнера другому за причиненные страдания;
- отсутствие взаимных чувств в браке (попытка любящего, но отвергнутого партнера компенсировать недостаток любви в браке);
- разочарование супругов друг в друге;
- сексуальная абстиненция партнера по браку, связанная с болезнью супруга, его длительным отсутствием и т. д.

3. Макросистемные факторы:

- актуализация семейных сценариев;
- трансгенерационные послания (например, женщина, всю жизнь хранящая верность своему мужу и вытесняющая сексуальные желания к другим мужчинам, может различными способами поддерживать измены или поведение промискуитетного типа у своей дочери).

К числу факторов, сопутствующих супружеской неверности, относятся:

- неадекватная мотивация брака;
- большая разница в возрасте между супругами;
- очень низкий/очень высокий материальный достаток семьи;
- большое количество свободного времени у одного из партнеров.

Выделяют несколько видов супружеской неверности:

1. Случайный внебрачный контакт представляет собой единичный случай измены, мало связанный с конкретным человеком.

2. Эротико-сексуальные приключения — внебрачные сексуальные эпизоды, которые основываются на стремлении к разнообразию, получению нового сексуального опыта.

3. Внебрачная связь характеризуется большой продолжительностью и возникновением эмоциональной привязанности.

При раскрытии факта измены у обманутого партнера возможно возникновение нескольких типов реакций: агрессия, защита, игнорирование.

Тема 10. Социально-психологическая поддержка семьи (2 часа)

Вопросы лекции:

1. Функции психологической поддержки семьи.
2. Психологическая помощь семье, ее виды.
3. Современные направления семейной психотерапии.

1. Функции психологической поддержки семьи.

Психологическая помощь семье – комплекс мероприятий, направленных на поддержку семьи и ее отдельных членов:

1. в осознании возникших проблем;
2. в изменении существующих дисфункциональных и неэффективных паттернов;
3. в преодолении кризисной ситуации.

При организации психологической помощи психотерапевт, работа которого базируется на системном взгляде на семью, выполняет следующие функции:

1. Поддерживающую, направленную на обеспечение психологической поддержки, которая отсутствует или недостаточна в реальных семейных отношениях.
2. Посредническую, предполагающую содействие восстановлению нарушенных связей членов семьи между собой и с социумом.
3. Обучающую-развивающую, направленную на помощь членам семьи в развитии основных социальных умений и навыков, таких как приемы саморегуляции и самопознания, внимательного отношения к другому, понимания нужд окружающих; умение оказывать поддержку и разрешать конфликтные ситуации, выражать свои чувства и замечать чувства других. В рамках данной функции семейный психотерапевт может давать советы и осуществлять временное руководство.
4. Ресурсную, заключающуюся в содействии семье в поиске ее внутренних и внешних ресурсов.
5. Информационную, в рамках которой психотерапевт осуществляет просвещение членов семьи в области актуальных для них вопросов. Например, он может информировать об особенностях функционирования семьи на разных этапах ее развития, о задачах, стоящих перед семьей в кризисные периоды, о возрастнопсихологических особенностях развития личности, а также о

возможности получения дополнительной помощи у других специалистов.

2. Психологическая помощь семье, ее виды.

В течение жизни каждый человек сталкивается с самыми разнообразными проблемами и трудностями. Большинство людей способно достаточно успешно их преодолеть. Но некоторые нуждаются в специальной квалифицированной помощи, что приводит их к различным консультантам – специалистам в той или иной области. Бывает, что люди «получают помощь» вопреки собственному желанию, попав в поле зрения правоохранительных органов из-за различного рода нарушений, оказавшись в центре катастрофы или системного кризиса, возникших поведенческих проблем и т.п. Однако некоторые люди обращаются за помощью самостоятельно, используя для этого знания, умения и навыки различного рода специалистов в области душевного здоровья – священнослужителей, социальных работников, психологов, психотерапевтов и психиатров.

Психологическая помощь семье выступает как относительно новая сфера деятельности практического психолога. И на сегодняшний день ощущается недостаток работ отечественных специалистов, в которых были бы систематизированы знания и опыт, накопленные в области работы с семьей в ситуации кризиса.

Существуют следующие виды психологической помощи семье.

1. Психотерапия (консультирование) отдельного члена семьи – процесс, ориентированный на работу с отдельным членом семьи в рамках решения им семейных или семейно-обусловленных проблем. Данный вид психологической помощи базируется на идее М. Боуэна о том, что изменения даже одного члена семьи приводят к изменениям всей системы внутрисемейных отношений. Такая работа может проводиться не только семейным психологом, но и терапевтом другого направления, помогающим клиенту разобраться со своими затруднениями. В рамках индивидуальной работы обычно происходят расстановки как способ реконструкции семейной системы клиента.

2. Психотерапия (консультирование) супружеской пары. Данный вид психологической помощи предполагает работу с супружеской парой как целым. Как правило, он направлен на оптимизацию эмоционального фона супружеских отношений, а также на улучшение качества взаимодействия брачных партнеров с расширенной семьей и социумом. Пара обладает своей спецификой, и поэтому данная работа требует у семейного психолога особых навыков. Супружеская терапия – активно развивающееся направление семейной психотерапии. Она существует как в рамках отдельных школ (например, существует психоаналитический, когнитивно-бихевиоральный, гештальт-терапевтический и другие подходы к терапии супругов), так и в виде различных эклектических моделей, таких, например, как эмоционально-фокусированная терапия, базирующаяся на синтезе идей Дж. Боулби и его последователей, гуманистической и структурной семейной психотерапии.

3. Семейная психотерапия (консультирование). Этот вид психологической помощи адекватен ситуациям, когда в существующую семейную проблему вовлечены несколько членов семьи, относящихся к разным поколениям, или вся семья в целом. В семейной терапии могут участвовать члены нуклеарной и расширенной семьи. В нашей стране это не очень часто встречающийся вид психологической помощи, по сравнению с вышеописанными видами.

4. Групповая психотерапия (консультирование) супружеских пар. Этот вид работы предполагает объединение в группу нескольких супружеских пар с целью получения поддержки и проработки супружеских проблем. Такие группы могут включать групповые дискуссии между мужской и женской половиной, ролевые игры, тренинг коммуникативных навыков и конструктивного решения конфликтов и др.

5. Групповая семейная психотерапия (консультирование). Данный вид психологической помощи основан на сочетании работы двух типов групп: гомогенных (родительских, детских, групп для матерей и др.) и гетерогенных, используемых на определенных этапах семейной психотерапии и чаще всего принимающих форму совместных занятий родительских и детских групп.

3. Современные направления семейной психотерапии.

Теории семейного консультирования и терапии. Психодинамическая теория семьи (З. Фрейд, Н. Аккерман, И. Бошормени-Надь, Д. Фрамо, Н. Пол и др.). Теория семьи М. Боуэна. Эмпирический подход (В. Сатир, К. Витакер, У. Кемплер, С. Джонсон, П. Пэпп и др.). Бихевиоральный подход (Б. Ф. Скиннер, Д. Уотсон, Р. Стюарт, Н. Эпштейн, Н. Якобсон, Р. Веисс, А. Бандура, Уолтер В. Джонсон, А. Бек и др.). Структурный подход (С. Минухин, Ч. Фишман, Т. Тодд и др.). Стратегический подход, краткосрочный, ориентированный на решение проблем (Дж. Хэйли, К. Маданес, М. Эриксон, П. Вацлавик, Р. Фиш, М. Сельвини Палаццоли, Л. Хоффман и др.). Гештальт-подход (Н. Салате, Дж. Зинкер, С. Гингер, Р. Резник, Р. Резник и др.). Нарративный подход (М. Уайт, Д. Эпстон и др.). Системно-феноменологический подход (Б. Хеллингер, Г. Вебер, У. Франке, М. Франке-Грикш, Е. Маделунг и др.).