

**Б.Р. Мандель**

# **ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ**

Учебное пособие

Москва  
Издательство «ФЛИНТА»  
2015

УДК 159.922.1(075.8)  
ББК 88.37я73  
М23

**Мандель Б.Р.**

М23 Психология семьи [Электронный ресурс] : учеб. пособие /  
Б.Р. Мандель. – М. : ФЛИНТА, 2015. – 304 с.

ISBN 978-5-9765-2316-6

Учебное пособие создано для студентов и преподавателей высших учебных заведений, готовящих психологов, социальных педагогов, социальных работников, для слушателей магистратуры. Пособие представляет собой курс с инновационным расположением учебного материала в соответствии с модульным распределением тематики и включает в себя методические рекомендации по изучению данной научной дисциплины на основе компетентностно-го подхода. Пособие создано на основе разработанных и апробированных программ в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по специальностям «Психология», «Социальная педагогика», «Социальная работа», а также с учетом рекомендаций ФГОС-ПП+. Материалы пособия собраны на основе исторических и современных сведений по семейной психологии с обращением к целому ряду смежных дисциплин: общей психологии, психологии личности, возрастной психологии, социальной психологии, сексологии и т.д. Каждая тема завершается вопросами и заданиями по изученному материалу, а после модулей идут списки тематики семинаров, практические задания, литература к ним, интернет-источники.

Книга будет полезна и интересна не только будущим бакалаврам, но и магистрантам, психологам и социальным педагогам, социальным работникам, всем, интересующимся семейной психологией как динамичной, активно и постоянно развивающейся теоретической и практической сферой науки не только в нашей стране, но и за рубежом.

УДК 159.922.1(075.8)  
ББК 88.37я73

ISBN 978-5-9765-2316-6

© Мандель Б.Р., 2015  
© Издательство «ФЛИНТА», 2015

## Оглавление

<b>Введение</b>		<b>5</b>
<b>Модуль I. Основы психологии семьи и семейных отношений</b>		<b>11</b>
Тема 1.	<b>Введение в психологию семьи</b>	<b>11</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 1</b>		<b>34</b>
Тема 2.	<b>В основе всего любовь?</b>	<b>36</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 2</b>		<b>55</b>
Тема 3.	<b>Семья как особая многофункциональная система</b>	<b>56</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 3</b>		<b>74</b>
Тема 4.	<b>Ролевая структура семьи</b>	<b>75</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 4</b>		<b>98</b>
Тема 5.	<b>Психосоматика и семейные отношения</b>	<b>99</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 5</b>		<b>114</b>
Тема 6.	<b>Жизненный цикл семьи</b>	<b>115</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 6</b>		<b>126</b>
<b>Примерная тематика семинарских занятий по Модулю I</b>		<b>127</b>
<b>Модуль II. Основные подходы в психологической работе с семьей</b>		<b>129</b>
Тема 7.	<b>История развития психологии семьи и семейной психотерапии</b>	<b>129</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 7</b>		<b>144</b>
Тема 8.	<b>Стратегический подход в психологической работе с семьей: зарубежный опыт консультирования</b>	<b>145</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 8</b>		<b>160</b>
Тема 9.	<b>Коммуникативный и поведенческий подходы в психологической работе с семьей</b>	<b>161</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 9</b>		<b>183</b>
<b>Примерная тематика семинарских занятий по Модулю II</b>		<b>183</b>
<b>Модуль III. Консультативная помощь семье</b>		<b>185</b>
Тема 10.	<b>Структура детско-родительских и сиблинговых отношений</b>	<b>185</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 10</b>		<b>199</b>
Тема 11.	<b>Психологические проблемы усыновления</b>	<b>201</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 11</b>		<b>221</b>
Тема 12.	<b>Психология развода и преодоление кризиса развода</b>	<b>223</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 12</b>		<b>233</b>
Тема 13.	<b>Повторный брак: психологические проблемы детей и взрослых</b>	<b>235</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 13</b>		<b>254</b>
Тема 14.	<b>Сексуальные проблемы в семейных отношениях</b>	<b>255</b>
<b>Вопросы и задания по материалам Темы 14</b>		<b>273</b>
<b>Примерная тематика семинарских занятий по Модулю III</b>		<b>273</b>
<b>Примерные вопросы для самоподготовки к зачету/экзамену</b>		<b>275</b>
<b>Примерная тематика Круглых столов</b>		<b>275</b>

<b>Примерные задания для самостоятельной работы</b>	<b>276</b>
<b>Примерные темы презентационных работ</b>	<b>277</b>
<b>Примерный выбор статей для аннотирования</b>	<b>277</b>
<b>Примерные темы для подготовки и составления докладов и рефератов</b>	<b>278</b>
<b>Примерный перечень методик для исследовательской работы</b>	<b>279</b>
<b>Примерные варианты тестовых заданий</b>	<b>281</b>
<b>Интернет-сайты, посвященные вопросам психологии семьи</b>	<b>291</b>
<b>Дополнительный список рекомендуемой литературы</b>	<b>292</b>
<b>Глоссарий</b>	<b>298</b>

## Введение

Современная семья и ее проблемы сегодня являются фактическим объектом исследования целого и достаточно большого ряда наук: педагогики, социологии, демографии, экономики и, конечно, психологии. Изучаются история и динамика брачных отношений и становления семьи, проблемы эмоциональных отношений в браке, причины одиночества в семье, ее становление и распад, особенности семейного воспитания и т.д. Проблем, связанных с нашей дисциплиной тем или иным образом огромное количество, и они серьезны, всегда актуальны, чрезвычайно любопытны для исследователя и весьма важны для человека, человечества, социальной практики и профессиональной жизнедеятельности.

Заметим, что в наше время обязательное нахождение в «лоне семьи» перестало служить необходимым фактором духовного и физического выживания. Личность уже получила относительную независимость от семьи, изменился и характер восприятия семейных отношений. Значимыми становятся не родственные, объективно заданные отношения, а, часто, именно супружеские, основанные (в идеале) на свободном выборе.

В нашем учебном пособии будет дано систематизированное представление о психологии семьи и семейных отношений как особом и очень важном разделе большой науки, имеющем и свое теоретико-методологическое обоснование, и закономерности, и понятийный аппарат, и терминология.

Изучение различных аспектов супружеской/семейной жизни, по нашему мнению, обеспечит диалектическое, всестороннее видение семейной

ситуации и позволит, в конечном итоге, например, обосновать программу психологической помощи семье, имеющей вполне определенные проблемы.

Цель изучения психологии семьи как вузовской дисциплины в соответствии с Федеральным образовательным стандартом - формирование у студентов теоретических знаний о сущности работы семейной системы, особенностях развития семейных отношений, внешних и внутренних факторах, влияющих на коммуникацию внутри семейной системы, основных принципах, направлениях и методах оказания психологической помощи семье, а также овладение практическими навыками психологической работы с семьей. Наш курс призван сформировать общее представление о роли семьи в развитии личности, социума, государства.

Задачи изучения курса мы представляем таким образом:

- получить систематизированное обзорное представление об эволюции семейных отношений, познакомиться с понятиями и терминами, относящимися к теории семейно-брачных отношений;
- рассмотреть/изучить процесс формирования отношений на различных этапах жизненного цикла развития семьи; познакомиться с основными социально-психологическими проблемами семьи в российском обществе и мировом формате;
- сформировать навыки использования полученных знаний в будущей профессиональной деятельности.

Изучаемая нами дисциплина относится к обязательным в вариативной части профессионального цикла (БЗ.В.ОД.8) дисциплинам по направлению «Психология» и опирается на знания, полученные в процессе изучения общей психологии, социальной психологии, во время общепсихологического практикума. Данная дисциплина изучается на 2 курсе бакалавриата, обеспечивая преемственность с другими профильными психологическими дисциплинами – консультативной психологией, психологией социальной работы, психодиагностикой, общей психокоррекцией и др.

Наша дисциплина, в соответствии с представленной концепцией учебного пособия распределяется по трем модулям.

При изучении «Психологии семьи» предусматривается:

- проведение лекционных занятий;
- проведение семинарских занятий;
- самостоятельное изучение литературы, освоение теоретического материала;
- проведение итоговой контрольной работы в виде тестов по модулям и экзамена.

Процесс изучения «Психологии семьи» направлен на формирование общекультурных, профессиональных и профессиональных специализированных компетенций. Выпускник бакалавр/магистр должен обладать следующими компетенциями:

а) общекультурными (ОК):

способностью и готовностью к:

- пониманию современных концепций картины мира на основе сформированного мировоззрения, овладения достижениями естественных и общественных наук, культурологии (ОК-2);
- использованию системы категорий и методов, необходимых для решения типовых задач в различных областях профессиональной практики (ОК-4).

б) профессиональными (ПК):

в области практической деятельности:

- выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-5);
- психологической диагностике уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний,

личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека (ПК-6).

В результате изучения дисциплины студент должен

знать:

- современные положения и сведения о законах развития семейной системы и принципах, по которым строятся отношения между ее частями (ОК-2);
- этические аспекты профессиональной деятельности, систему категорий, понятий, необходимых для решения типовых задач в сфере семейных отношений (ОК-4);
- основные подходы к психологическому воздействию на индивида, как члена семьи, группы и сообщества, в зависимости от возрастных, гендерных и этнических особенностей (ПК-5);
- психодиагностические принципы в работе с семьей, особенности диагностики при различных нарушениях семейной иерархии, коммуникации и в зависимости от особенностей проявления симптомов (ПК-6);

уметь:

- устанавливать психологический контакт с семьей как с системой, включающей в себя различные типы коммуникации (ОК-2);
- применять полученные знания при оказании психологической помощи семье (ОК-4);
- уметь применять основные положения психологических теорий психологии семьи в работе с индивидом, группой, сообществом (ПК-5);
- диагностировать различные типы нарушений в дисфункциональной семье; диагностировать нарушения супружеских и детско-родительских отношений; выявлять причины дисгармонии в семье (ПК-6);

владеть:



- навыками прямой открытой коммуникации при оказании психологической помощи семье (ОК-2);
- навыками решения типовых задач в различных областях семейного психологического консультирования (ОК-4);
- основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности семьи и ее членов (ПК-5);
- различными методами диагностики нарушений супружеских и детско-родительских отношений (ПК-6).

Примерное распределение времени на изучение «Психологии семьи» (по различным формам обучения)

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		4			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	56	56			
В том числе:					
Лекции	20	20			
Практические занятия (ПЗ)	-	-			
Семинары (С)	36	36			
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	34	34			
В том числе:					
Курсовая работа	-	-			
Реферат					
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	34	34			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Экзамен 18	Экзамен 18			
Общая трудоемкость часы (зачетные единицы)	108(3)	108(3)			

Очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		9			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	34	34			
В том числе:					
Лекции	14	14			
Практические занятия (ПЗ)	-	-			
Семинары (С)	20	20			

Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	38	38			
В том числе:					
Курсовая работа	-	-			
Реферат					
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	38	38			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Экзамен 36	Экзамен 36			
Общая трудоемкость часы (зачетные единицы)	108(3)	108(3)			

Заочная форма обучения (среднее полное образование)

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		9			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	28	28			
В том числе:					
Лекции	10	10			
Практические занятия (ПЗ)	-	-			
Семинары (С)	18	18			
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	71	71			
В том числе:					
Курсовая работа	-	-			
Реферат					
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	71	71			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Экзамен 9	Экзамен 9			
Общая трудоемкость часы (зачетные единицы)	108(3)	108(3)			

Заочная форма обучения (высшее профессиональное образование)

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		2			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	10	10			
В том числе:					
Лекции	4	4			
Практические занятия (ПЗ)	-	-			
Семинары (С)	6	6			
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	89	89			
В том числе:					
Курсовая работа	-	-			
Реферат					
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	89	89			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Экзамен	Экзамен			

экзамен)	9	9			
Общая трудоемкость часы (зачетные единицы)	108(3)	108(3)			

## **Модуль I. Основы психологии семьи и семейных отношений**

### **Тема 1. Введение в психологию семьи**

**Определение семьи и брака.**

**Значимость семьи.**

**Типологии семьи.**

**Функции семьи.**

**Основные характеристики супружеских отношений. Брачные отношения.**

**Психологический климат семьи.**

Начнем нашу работу со стандартных, словарных определений, дефиниций, толкований.

Семья - базовая ячейка общества, характеризующаяся, помимо прочего, о чем речь еще будет, следующими признаками выделяемыми признаками:

- союзом как формальным или неформальным протяженным во времени актом совместного проживания мужчины и женщины;
- добровольностью (или по принуждению) вступления в брак;
- связанностью членов семьи общим бытом;
- вступлением в брачные сексуальные и/или детско-родительские отношения;
- стремлением к рождению, социализации и воспитанию детей.

Семья, как это ни банально звучит, принадлежит к важнейшим общественным ценностям и, согласно некоторым научным теориям, именно развитие *форм* семьи могло на протяжении многих веков определять общее направление эволюции макросоциальных систем. Каждый член общества, помимо социального статуса, этнической принадлежности, имущественного и материального положения, с момента рождения и до конца жизни обладает такой неизбывной характеристикой, как семейно-брачное состояние.

Под семьей может пониматься и родительская пара или один родитель как минимум с одним ребенком, а также легализованные в ряде стран однополые союзы.

Мы прекрасно понимаем, что на разных стадиях жизненного цикла человека последовательно меняются и его функции и статус в семье:

- для *ребенка* семья — среда, в которой складываются условия формирования его физического, психического, эмоционального и интеллектуального развития;

- для *взрослого человека* семья является источником удовлетворения значительного ряда его потребностей и малым (но воистину *великим*) коллективом, предъявляющим ему разнообразные и достаточно сложные требования.

Итак, за основную дефиницию, примем следующую: семья - сообщество, основанное на браке супругов (отца, матери) и их детей (собственных и усыновленных), связанных духовно, общностью быта и взаимной моральной ответственностью. Семья создается на основе брака, кровного родства, усыновления, на прочих основаниях, разрешенных или не запрещенных законом и непротиворечащим моральным нормам, правилам общества.

Мы употребляем слово *семья* достаточно часто, едва ли не каждый день, однако научное определение этого феномена дать не просто. Причина? В различных обществах и культурах, странах и религиях определение семьи может [некоторым образом] различаться. Кроме того, определение зависит и от контекста, сферы употребления. А зависимость от конкретных исторических, этнических и социально-экономических условий?

Нам уже известны определения семьи – выше вы с ними познакомились. А теперь еще. Согласно классическому определению одного из крупнейших социологов Э.Гидденса<sup>1</sup>, под семьей понимается *«группа людей, связанных*

---

<sup>1</sup> **Энтони Гидденс** (род. 1938 г.) — английский социолог. Внес значительный вклад в создание ряда социологических теорий.

*прямыми родственными отношениями, взрослые члены которой принимают на себя обязательства по уходу за детьми»<sup>2</sup>. В контексте этого определения родственными считаются отношения, возникающие при заключении брака*



Э.Гидденс

*(то есть получившего признание и одобрение со стороны общества сексуального союза двух взрослых лиц) либо являющиеся следствием кровной связи между лицами.*

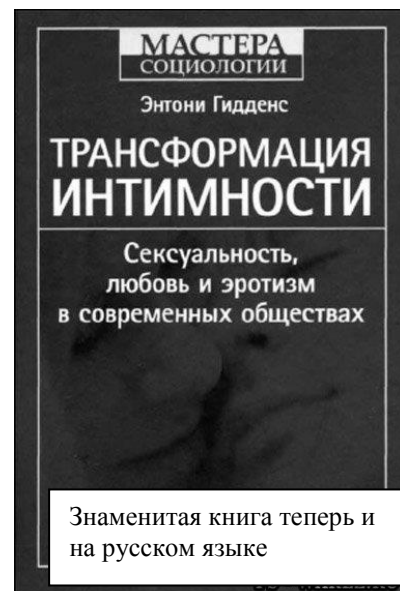
А вот и еще определение: *семья - основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной помощью, моральной и правовой ответственностью.*

В мировом праве под семьей понимается законный социальный институт, находящийся под защитой государства.

Сразу установим: как правило, «полная семья» в юридическом смысле состоит из отца, матери и ребенка (или детей); «неполная семья» — из отца с ребенком (или детьми) или матери с ребенком (или детьми).

В российском семейном праве семья определяется как *круг лиц, связанных личными неимущественными и имущественными правами и обязанностями, вытекающими из брака, родства, усыновления.*

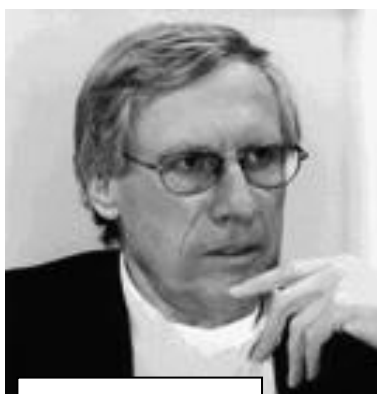
*Генеалогическое определение семьи* представляет ее как *совокупность людей, связанных кровным родством или свойством.* Такое определение, в принципе, шире правового определения семьи, но исключает приемных родителей и детей из общего списка членов семьи.



<sup>2</sup> Гидденс Э. Трансформация интимности. Сексуальность, любовь и эротизм в современных обществах. — СПб.: Питер, 2004. — С.209.

Психологический подход К.Шнеевинда<sup>3</sup> понимает под семьей *совокупность индивидов, удовлетворяющую критериям:*

- *психическая, духовная и эмоциональная близость ее членов;*
- *пространственная и временная ограниченность;*
- *закрытость, межличностная интимность;*
- *длительность отношений, ответственность друг за друга, обязанность друг перед другом*<sup>4</sup>.



К.Шнеевинд

Социальный и явный политический аспект определения понятия семьи известен из работы Ф.Энгельса: *«...семья дает нам в миниатюре картину тех же противоположностей и противоречий, в которых движется общество»*<sup>5</sup>. А как вам понравится такое: *«...в понятие семьи входила группа лиц, запирающихся на ночь за одним замком»*<sup>6</sup>.

Русская земская статистика, как сообщает А.В.Чаянов<sup>7</sup>, при проведении переписей определяла семью по числу едоков, исходя из того, что *«...по представлению крестьян, в понятие семьи входит круг лиц, постоянно питающихся за одним столом или евших из одного горшка»*<sup>8</sup>.

<sup>3</sup> **Клаус Шнеевинд** (род 1939) – известный немецкий психолог, специалист в области психологии личности и семейной психологии.

<sup>4</sup> **Klaus Schneewind**. Familienpsychologie. 3. überarbeitete und erweiterte Auflage, Kohlhammer, Stuttgart 2010. – P.123.

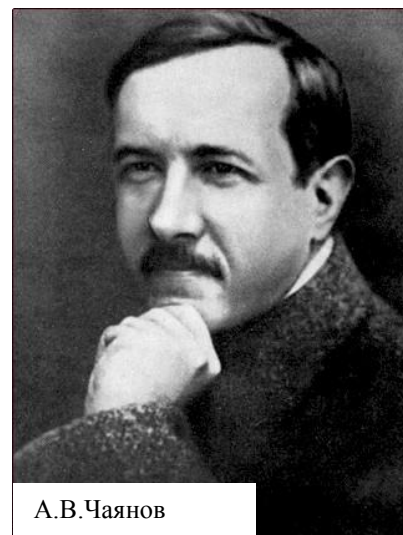
<sup>5</sup> **Энгельс Ф.** Происхождение семьи, частной собственности и государства. — СПб: Азбука, 2009. — С.19.

<sup>6</sup> **Маринова М.А.** Основные социологические и экономические подходы к изучению домохозяйства = The main social and economic approaches to housekeeping study // Вестник РУДН : серия Социология. — 2004. — № 6-7. — С. 202-211.

<sup>7</sup> **Александр Васильевич Чаянов** (1888-1937 года) — российский и советский экономист, социолог, социальный антрополог, признанный основатель междисциплинарного крестьяноведения; писатель-фантаст и утопист. Автор термина «моральная экономика».

<sup>8</sup> **Чаянов А. В.** Организация крестьянского хозяйства // Избранные произведения. — М.: Моск.рабочий, 1989. — С.66.

И все же, видимо, следует *отличать семью от домохозяйства, которое может вести и отдельный человек, и группа лиц, не связанных отношениями родства.* Ну, в общем-то, и проживание на одной жилплощади не может быть определяющим в понимании семьи. А вот такое *биологическое понятие* супружеской пары,



созительствующей со своими нисходящими потомками и престарелыми представителями старшего поколения, вероятно, вполне органично вписывается в науку.

Семья нас интересует и как условие *воспроизводства населения, как социальный институт, специфической функцией которого является рождение детей, воспроизводство поколений, населения в целом.*

Мы занимаемся психологией, поэтому, зная, что семьей занимается еще и демография, не будем углубляться в специфические для этой науки выкладки по поводу рождаемости и т.д.

Слово «семья» имеет славянское происхождение и восходит к называнию *территориальной общности людей* — в древнеславянском и древнерусском языке слово *сѣмья* означало и семью как всех членов рода, живущих совместно, и челядь, домочадцев, холопов. Семья, семейная жизнь во много обусловили и развитие общества, и его эволюцию в самых различных аспектах социальной и политической структуры.

Как известно, в нашей стране, чрезвычайно долго преобладала *патриархальная семья, которая характеризуется преобладанием мужчины в доме и подчинением ему всех остальных членов семьи.* После Великой Отечественной войны, начиная с конца 40-х годов и до 80-х, доминирующей стала *детоцентристская семья, в которой очень большое значение придаётся благополучию детей и сохранению брака в интересах детей.*

Совсем недавно возникла *супружеская семья, в которой доминируют равноправные отношения, а стабильность брака уже в достаточной мере зависит от желаний и качества отношений между супругами.*



Патриархальная семья. XVI век

Современная экономическая самостоятельность женщин, повышение социального статуса предполагает иной тип супружества - *партнерский*.

Изменение функций семьи движется в сторону ее психологизации и интимизации. В XX веке произошел переход от брака по расчету или обязанности к браку по любви (хотя уже в конце этого века и в XXI брак по расчету в нашей стране далеко не редкость...). Да и, к тому же, следует помнить, что *брак по любви* предполагает большую частоту расторжения по психологическим мотивам, таким, например, как «несходство характеров», «любовь ушла», «полюбил другую» - то есть векторно наблюдается тенденция меньшей устойчивости браков. Это, собственно, *изменение ценностных ориентаций*, это уже тот процесс, где в центре человек, индивид. Да вот и социально-психологические установки, и особенно на рождаемость... Материнство, которое религиозная мораль всегда считала главной функцией/ипостасью женщины, становится лишь одной из ее социальных идентичностей или гендерных особенностей.

В представлениях россиян о справедливом распределении семейных функций и об обязанностях матери и отца традиционные установки борются с эгалитарными, сопровождаясь жесткими взаимными обвинениями мужчин и женщин. Отсюда – отцы, находящиеся в «послеродовом отпуске» и больничные листы, выписываемые отцам, а не только матерям.

Многие изменения в семьях стали проявляться спустя примерно 20 лет после II Мировой войны – и, прежде всего, в развитых странах. Сегодня сформулирован и перечень важнейших изменений:



- *переход от «золотого века» брака к конкубинативному (предполагающему определенные и разного типа устойчивые связи) союзу;*

- *переход от пары «ребенок-король с родителями» к «паре королей с ребенком»;*

- *переход от контрацепции в целях предохранения к контрацепции как самовыражению;*

- *переход от однородного хозяйства к плюралистическим типам семьи и домашнего хозяйства<sup>9</sup>.*

Если говорить о семьях в плане демографическом, хотя мы и пытаемся обойти подобные вопросы, то отметим, что с позиций воспроизводства населения весьма важным критерием построения типологии семей является *стадия жизненного цикла семьи*, что определяется следующими этапами родительства:

- *предродительство* — период от заключения брака и до рождения первенца

- *репродуктивное родительство* — период между рожденьями первого и последнего детей

- *социализационное родительство* — период от рождения первенца до выделения из семьи (чаще всего через вступление в брак) последнего ребёнка (в случае одного ребёнка в семье совпадает с предыдущей стадией)

- *прародительство* — период от рождения первого внука до смерти одного из прародителей

Итак, семейная структура (как и брачная) является моментным показателем, фиксируемым во время переписей или специальных



Д. Ван де Каа

---

<sup>9</sup> **Van de Kaa D.J.** Europe's Second Demographic Transition // Population Bulletin, Vol. 42, № 1. Population Reference Bureau, Washington D.C., 1987.

обследований населения. Поэтому дать представление, например, о семейной структуре населения можно только по данным переписей или обследований.

Признаки семьи определяются *по размеру, по типу, по типу и по числу детей*:

➤ размер семьи (число членов);

➤ тип семьи (нуклеарная, сложная, полная, неполная) -

• *нуклеарная семья* (англ. *nuclear family*) — семья, состоящая из одной брачной пары с детьми.

• *сложная семья* — к семейному ядру добавляются другие родственники - как по восходящей линии (прародители, прапрародители), так и по боковым линиям (различные родственники каждого из супругов). Данная семья может включать в себя несколько брачных пар, члены которых связаны родственными узами и ведением совместного хозяйства.

➤ число детей в семье -

• *малодетные семьи* — 1-2 ребенка (недостаточно для естественного прироста);

• *среднедетные семьи* — 3-4 ребенка (достаточно для малорасширенного воспроизводства, а также для возникновения внутригрупповой динамики);

• *многодетные семьи* — 5 и более детей (намного больше, чем нужно для замещения поколений).

Продолжая наш демографический и социологический экскурс, скажем о типах семьи. Они определяются таким образом:

➤ *в зависимости от количества партнеров:*

• *моногамная семья* — состоящая из двух партнеров;

• *полигамная семья* — состоящая из большего количества двух партнеров;

• *многоженство (полигиния)* — одновременное состояние мужчины в браке с несколькими женщинами. Причем брак заключается мужчиной с

каждой из женщин отдельно (шариат<sup>10</sup> ограничивает количество жен — не более четырех);

- полиандрия — одновременное состояние женщины в браке с несколькими мужчинами (сегодня [официально] встречается редко, например, у народов Тибета, Гавайских островов;

- семья — семья, основанная на полиаморных отношениях<sup>11</sup> между тремя партнерами;

- *в зависимости от пола партнеров:*

- разнополая семья — «традиционная» семья, образованная одним мужчиной и одной женщиной;

- однополая семья — семья, образованная двумя лицами одного пола (двумя мужчинами или двумя женщинами);

- *в зависимости от количества детей:*

- бездетная, или инфертильная семья;

- однодетная семья;

- малодетная семья;

- среднедетная семья;

- многодетная семья;

- *в зависимости от состава:*

- простая или нуклеарная семья — состоит из одного поколения, представленного родителями (родителем) с детьми или без детей. Нуклеарная семья в современном обществе получила наибольшее распространение. Может быть:

- элементарная — семья из трех членов: муж, жена и ребенок.

Такая семья может быть, в свою очередь:

---

<sup>10</sup> **Шариат** — (правильный) путь, образ действия) — совокупность правовых, канонически-традиционных, морально-этических и религиозных норм ислама, охватывающая значительную часть жизни мусульманина и провозглашаемая в исламе как «вечное и неизменное» Божественное установление; одна из конфессиональных форм религиозного права.

<sup>11</sup> **Полиамория** — система этических взглядов на любовь, допускающая возможность существования множественных любовных отношений у одного человека с несколькими людьми (а также между несколькими людьми) одновременно, с согласия и одобрения всех участников этих отношений. Полиаморией также называют практику любовных отношений, воплощающую эти взгляды в действительности.

- **полной** — в составе есть оба родителя и хотя бы один ребенок;

- **неполной** — семья только из одного родителя с детьми, или семья, состоящая только из родителей без детей;

- **составная** — полная нуклеарная семья, в которой воспитываются несколько детей. Составную нуклеарную семью, где несколько детей, следует рассматривать как конъюнкцию нескольких элементарных;

- **сложная семья или семья** — большая семья из нескольких поколений. Она может включать бабушек и дедушек, братьев и их жен, сестер и их мужей, племянников и племянниц;

- *в зависимости от места человека в семье:*

- **родительская** — это семья, в которой человек рождается;

- **репродуктивная** — семья, которую человек создает сам;

- *в зависимости от проживания семьи:*

- **матрилокальная** — молодая семья, проживающая с родителями жены;

- **патрилокальная** — семья, проживающая совместно с родителями мужа;

- **неолокальная** — семья переезжает в жилище, удаленное от места проживания родителей.

Каждую из категорий семей характеризуют протекающие в ней психологические процессы и явления, присущие ей брачно-семейные отношения, включающие [психологические] аспекты предметно-практической деятельности, круг общения и его содержание, особенности эмоциональных контактов членов семьи, социально-психологические цели семьи и индивидуально-психологические потребности ее членов.

Разговор о функциях семьи можно начать с следующей их классификации:

- *репродуктивная* - рождение потомства;

- *воспитательная* - воспитание детей, реализация и самореализация родительских чувств;

- *хозяйственно-бытовая* - удовлетворение материальных потребностей членов семьи;
- *рекреативная* - восстановление физических и интеллектуальных сил;
- *эмоциональная и психологическая* - удовлетворение потребностей в симпатии, уважении, признании, поддержке, эмоциональной и психологической поддержке и защите;
- *духовная* - совместные проведение досуга и духовное обогащение;
- *социальная, социально-культурная* - социальный контроль, социализация и инкультурация.
- *сексуально-эротическая* - удовлетворение сексуально-эротических потребностей.

Правда, следует сказать, что современная семья утратила многие функции, укрепляющие ее в прошлом, например: *производственную, охранительную, образовательную* и др.

Таким образом, под функцией семьи следует понимать *внешние проявления свойств какого-либо субъекта в данной системе отношений (семье), определенные действия по реализации потребностей. Функция отражает связь семейной группы с обществом, направленность деятельности.* Однако часть функций, в том числе, частично и вышеперечисленные, являются устойчивыми к изменениям, в этом смысле их можно назвать традиционными. К ним можно отнести следующие функции:

- *репродуктивную* — в любой семье важнейшей является проблема деторождения. Цельность сексуальной потребности, обеспечивающей продолжение рода, и любви как высшего чувства часто неразделимы. Супружеская любовь в значительной мере зависит от характера удовлетворения сексуальных потребностей, особенностей их регулирования и отношения супругов к проблеме деторождения, самим детям;

- *хозяйственно-экономическую* — она включает питание семьи, приобретение и содержание домашнего имущества, одежды, обуви, благоустройство жилища, создание домашнего уюта, организацию жизни и быта семьи, формирование и расходование домашнего бюджета;

- *регенеративную* — означает наследование статуса, фамилии, имущества, социального положения. Сюда можно отнести и передачу каких-то фамильных традиций и ценностей;

- *образовательно-воспитательную* — состоит в удовлетворении потребностей в отцовстве и материнстве, контактах с детьми, их воспитании, самореализации в детях;

- *первоначального социального контроля* — моральная регламентация поведения членов семьи в различных сферах жизнедеятельности, регламентация ответственности и обязательств в отношении между супругами, родителями и детьми, представителями старшего и среднего поколений;

- *рекреативную* — она связана с отдыхом, организацией досуга, заботой о здоровье и благополучии членов семьи;

- *духовного общения* — развитие личностей членов семьи, духовное взаимообогащение;

- *социально-статусную* — предоставление определенного социального статуса членам семьи, воспроизводство социальной структуры;

- *психотерапевтическую* — позволяет членам семьи удовлетворять потребности в симпатии, уважении, признании, эмоциональной поддержке, психологической защите.

Семья как сложное образование становится объектом внимания различных разделов и направлений психологии: социальной, возрастной, клинической, педагогической и др. И здесь сразу появляется несколько терминов, известных нам и как вполне бытовые словосочетания.

**Психологический климат семьи** - в науке синонимами этого понятия являются «*психологическая атмосфера семьи*», «*эмоциональный климат*

*семьи», «социально-психологический климат семьи». Отсюда ясно, что строгого определения этих понятий нет. Можно полагать, например, под психологическим климатом обобщенную, интегративную характеристику семьи, отражающую критериальную степень удовлетворенности супругов основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем общения.*

Психологический климат определяет устойчивость внутрисемейных отношений, оказывая большое влияние на развитие и взрослых, и детей. Важно – *психологический климат не является чем-то неизменным, данным раз и навсегда*. Его создают члены семьи - от их усилий зависит, каким он будет, благоприятным или неблагоприятным, как долго продлится брак и т.д.

Для **благоприятного психологического климата** характерны следующие признаки: сплоченность, возможность всестороннего развития личности каждого ее члена, высокая доброжелательность и спокойная, достойная, традиционная требовательность членов семьи друг к другу, чувство защищенности и эмоционально-психологической удовлетворенности, гордость за принадлежность к своей семье, ответственность. В семье с благоприятным психологическим климатом каждый ее член относится к остальным с любовью, уважением и доверием, к родителям — с почитанием, к более слабому — с готовностью помочь в любую минуту. Важными показателями благоприятного психологического климата семьи являются стремление ее членов проводить свободное время в домашнем кругу, беседовать на интересующие всех темы, вместе выполнять домашнюю работу, подчеркивать достоинства и добрые дела каждого. Такой климат способствует гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи. Исходной основой благоприятного климата семьи являются супружеские отношения - совместная жизнь требует от супругов готовности к компромиссу, умения считаться с потребностями партнера, уступать друг другу, развивать в себе такие качества, как взаимное уважение, доверие, взаимопонимание.

Когда члены семьи испытывают тревожность, эмоциональный дискомфорт, отчуждение, следует говорить уже о *неблагоприятном психологическом климате* в семье, не позволяющем выполнять семье одну из главных функций — психотерапевтическую, снятия стресса и усталости, что ведет к депрессиям, ссорам, психической напряженности, дефициту положительных эмоций. Собственно, если члены семьи сами не стремятся изменить такое положение к лучшему, то и существование семьи становится проблематичным...

*Психологический климат можно определить и как характерный для той или иной семьи более или менее устойчивый приобретенный в результате совместного проживания эмоциональный настрой, который является следствием семейной коммуникации, то есть возникает в результате совокупности настроения членов семьи, их душевных переживаний и волнений, отношения друг к другу, к другим людям, к работе, к окружающим событиям. Это уже эмоциональная атмосфера - важный фактор эффективности функций жизнедеятельности семьи, состояния здоровья всех членов семьи, стабильности брака.*

Сегодня ученые полагают, что в современном обществе семья, утратив традиционные функции, все больше становится **институтом эмоционально-психологического контакта, своеобразным «психологическим убежищем»**. Попробуйте с этим поспорить...

Психологический климат семьи и *психологическое здоровье семьи* – близкие, но явно не тождественные понятия. Вероятно, психологическое здоровье семьи стоит дефинировать как *показатель динамики жизненно важных функций, выражающий качественную сторону протекающих в ней социально-психологических процессов и, в частности, способность семьи противостоять нежелательным воздействиям социальной среды. Устойчивая и долговременная психологическая взаимозависимость, сохранение близости/сходства межличностных интимных переживаний, значимость и, порой, тождественность ценностных ориентаций, общесемейные цели, гибкость их приоритетности, адресности, общая эмоциональная и психологическая целостность — вот, вероятно, основные положения нашего определения психологического здоровья семьи<sup>12</sup>.*

Итак, *психологическое здоровье* — состояние душевного психологического благополучия семьи, обеспечивающее адекватную их жизненным условиям регуляцию поведения и деятельности всех членов семьи. Можно выделить и показатели, критерии названного явления:

---

<sup>12</sup> Торохтий В.С., Прохорова О.Г. Психологическое здоровье семьи. – М.: Каро, 2009. – С.110-114.



- *сходство семейных ценностей;*
- *функционально-ролевая согласованность;*
- *социально-ролевая адекватность в семье;*
- *эмоциональная и сексуальная удовлетворенность;*
- *адаптивность в микросоциальных отношениях;*
- *устремленность/направленность на семейное долголетие<sup>13</sup>.*

Вполне возможно, что написанное нами выше представляет обобщенный психологический портрет современной семьи и характеризуют степень ее благополучия.

И здесь возникает еще один очень интересный вопрос - вопрос о семейных традициях, вопрос, в решении которого сплетаются социология и культурология, эстетика и этика, психология и этнология и т.д.

**Семейные традиции — это обычные, принятые в данной семье нормы, манеры поведения, обычаи и взгляды, которые передаются из**



Вкусные семейные традиции

**поколения в поколение.**

Семейные традиции и ритуалы являются одним из важных признаков функциональной семьи. Одновременно наличие семейных традиций является одним из главных и наиболее

важных механизмов передачи [следующим поколениям семьи] законов внутрисемейного взаимодействия: распределения ролей, применение и функционирование правил внутрисемейного общения, способов разрешения конфликтов и преодоления возникающих проблем. Семейные традиции [и обряды] основываются на общественных, религиозных и исторических

<sup>13</sup> Там же.

традициях и обрядах данной страны, социума, но творчески преобразуются и дополняются собственными, поэтому они *уникальны* для каждой семьи.

Кстати, говоря о здоровых (в том числе, и в психическом смысле) семьях, принято полагать следующее:

- каждый член семьи воспринимается равным другим;
- доверие, честность и открытость как существенные качества и свойства;
- внутрисемейное общение является конгруэнтным;
- члены семьи поддерживают друг друга;
- каждый несет свою часть ответственности за семью в целом;
- отдыхают, получают удовольствие и радуются все вместе;
- существенное место в жизнедеятельности семьи, в быту занимают традиции и ритуалы;
- члены семьи понимают/принимают особенности и уникальность каждого;
- в семье уважается право на приватность (наличие личного пространства, неприкосновенность частной жизни);
- чувства каждого принимаются и прорабатываются.

Заметим: исторически нам известно, что этнокультурные брачные и семейные традиции так или иначе преследовались и вытеснялись унифицированными требованиями. Меняясь в соответствии с требованиями среды более высокого порядка, семья сохраняет семейные традиции как один из основных способов воспитания, продолжения себя. И семейные традиции сближают всех родных, делает семью семьей, а не просто сообществом родственников по крови. Домашние обычаи и ритуалы реально могут стать своеобразной прививкой против отдаления детей от родителей, их взаимного непонимания.

Сегодняшнее общество, как мы знаем, испытывает сложности в связи с изменением социальных ориентаций. Переход страны в условия качественно новых экономических отношений реально повлиял на структуру семей как

малых групп, породив, помимо прочего, непривычные для них внутригрупповые изменения. В свою очередь, внутригрупповые изменения ведут к повышению уровня внутренней конфликтности, к росту разводов и снижению уровня рождаемости.

Нам ясно, что центром социально-психологических явлений оказывается ближайшее окружение, в котором находится индивид, микроусловия и их непосредственное влияние их на индивида – и что же это как не семья, в первую очередь? Связующее звено между физической жизнью и жизнью социального организма! Коллектив, заметьте, поскольку внесемейная и внутрисемейная деятельности являются социально значимыми, общественно необходимыми, коллектив, включенный в социальную структуру общества, интегрирующий его ценности. *А ценности и качество брака уже есть целостная характеристика функционального единства существенных свойств брака, его внутренней и внешней определенности, относительной устойчивости. Существенные свойства брака - способы проявления определенных сторон семьи по отношению к другим объектам общества. В качестве существенных свойств брака могут выступать социальные, экономические и правовые функции семьи.*

К *внешней определенности* брака можно отнести социальную адаптацию, соблюдение культурных и национальных традиций, соответствие общественным ожиданиям, выполнение функции воспроизводства населения, к *внутренней* – психологический климат, психологическую устойчивость, психологическую совместимость как супругов, так и вообще всех членов семьи. Отсюда: как *социальная единица семья выполняет важнейшие функции по воспроизводству населения (простому и расширенному), организации бытового потребления, первичному социальному контролю, как психологическое измерение - по формированию и поддержанию ценностных ориентации, морально-этических норм, внешней и внутренней культуры, образцов образа жизни.* С точки зрения психологии, наибольший интерес представляет именно **внутренняя определенность**

**брака.** Поскольку роль внутренних факторов стабильности брака решающая, то их необходимо *развести* по уровням, отражающим степень значимости в качестве супружеских отношений, то, видимо, стоит определить эти уровни: психофизиологический, психологический, социально-психологический, социокультурный. И все эти уровни сойдутся в одном: основными показателями внутренней определенности брака являются *совместимость и сработанность супругов*. При совместной жизни партнеры по браку почти постоянно находятся в процессе совместной деятельности, так как у них существует значительная взаимозависимость, обусловленная совместным ведением домашнего хозяйства, распределением семейного бюджета, вовлеченностью в процесс совместного воспитания детей. И если в браке между партнерами осуществляется совместная деятельность, то можно смело говорить о процессах совместимости и сработанности участников этой деятельности. Сложность в одном - нет ни единого подхода к проблеме психологической совместимости, ни однозначной трактовки самого понятия *совместимость*, ни объективных критериев и индикаторов совместимости. Ряд ученых рассматривает совместимость как *устойчивую адаптивную структуру по подобию и различию партнеров*.<sup>14</sup> Совместимость, по мнению представителей функционального подхода, выступает как *согласованность в социальных и ролевых ожиданиях партнеров*. Ученые, считающие наиболее важным адаптивный подход, характеризуют совместимость как *комплекс качеств (интеграция, сплоченность, взаимопонимание), поддающихся коррекции*. Удивительно, что вообще-то до 70-х годов прошлого века вопросы психологической совместимости (в том числе, и брачной, семейной совместимости) оставались



Б.Ф.Ломов

<sup>14</sup> **Обозов Н.Н., Обозова А.Н.** Три подхода к исследованию психологической совместимости // Вопросы психологии. - 1981. - № 6. - С. 98-101.

за границами фундаментальных исследований. Вероятно, впервые проблема психологической совместимости в отечественной психологии была поставлена в 1972 году Б.Ф.Ломовым<sup>15</sup>, указавшим, что фактор психологической совместимости группы наиболее значим для работоспособности групп, составленных из случайных людей. От совместимости зависят быстрота достижения согласованности действий и величина прилагаемых усилий. Несовместимые группы в потенциале содержат конфликт<sup>16</sup>. Можно добавить, что самым распространенным подходом к проблеме совместимости стоит считать структурный, ориентированный на поиск [оптимальных] сочетаний характеристик членов любой группы, то есть некой определенной гармонии, устойчивой адаптивной структуры.

Есть и такая точка зрения: совместимость - максимальная степень взаимного удовлетворения потребностей и поведения друг друга. Неплохо? И, наконец, словарное определение: «Совместимость - это социально-психологическая характеристика группы, проявляющаяся в способности ее членов согласовывать свои действия и оптимизировать взаимоотношения в различных видах совместной деятельности»<sup>17</sup>. Вполне понятно: фактора совместимости в браке наиболее важной является межличностная удовлетворенность установившимися отношениями, совместной деятельностью. Можно определить/выделить уровни психологических характеристик совместимости:

- *социологический* (социально-экономический статус, профессия, образование);

- *социально-психологический* (ценностные ориентации, общность целей и позиций, межличностный статус и т. д.);

---

<sup>15</sup> **Борис Федорович Ломов** (1927-1989) — советский психолог, специалист в области общей, инженерной и педагогической психологии, а также психологии познавательных процессов. Один из инициаторов разработки инженерной психологии в СССР.

<sup>16</sup> **Ломов Б.Ф.** Совместная (групповая) деятельность людей, формирование трудовых коллективов и психологические аспекты управления ими // Правовые и социально-психологические аспекты управления. - М., 1972.

<sup>17</sup> **Краткий психологический словарь.** - М.: Политиздат, 1985. - С.325.

- *психологический* (характер и другие свойства личности, интеллект и др.);

- *психофизиологический* (темперамент эмоциональность, реактивность организма).

Естественно, говоря о совместимости, нельзя оставить в стороне феномен, противоположный ей - несовместимость, когда потребности людей/супругов не находят удовлетворения во взаимодействии, а сами действия и поведение, в целом, взаимоисключают друг друга. Следствием несовместимости является *конфликт* - столкновение как субъективных, так и объективных тенденций в мотивах, отношениях, действиях и поведении партнеров. При несовместимости партнеров по браку наблюдается неспособность в критических ситуациях понять друг друга, несинхронность психомоторных реакций, различия во внимании, мышлении и в других врожденных и приобретенных качествах личности, что значительным образом влияет на *качество* брака, так как нарушает его устойчивость.

Вообще структуру взаимодействия в браке можно рассматривать как четырехкомпонентное образование: сюда входят *аффективный, когнитивный, конативный (поведенческий) и физиологический* компоненты. В различных видах совместной деятельности в браке функционируют различные компоненты, но иногда какой-либо один из компонентов становится ведущим. Для совместимости и сработанности супругов каждый компонент имеет различное значение (независимо от желания партнеров или, наоборот, значимо для них). Ведущим часто является *поведенческий компонент*.

*Семейное согласие* можно определить, как *единомыслие, общность точек зрения, единоподушие и дружеские отношения*. Кстати, при непосредственном *пространственном контакте* с партнером каждый из супругов получает информацию о многом, в частности, и о том, насколько успешно (или неуспешно) разворачивается сам процесс взаимодействия. При этом происходит оценка включенности и вклада партнера, которая

соотносится с успешностью и значительностью собственного. Кроме того, в семье как в реально действующей группе, сигнальная и регулятивная функции контекста ситуации взаимодействия существенно усиливаются в связи с высоким уровнем подготовленности партнеров к совместной деятельности и наличием прошлого опыта общения и взаимодействия в аналогичных ситуациях. И здесь мы не можем обойтись без понимания того, что вследствие нахождения в постоянной материальной и морально-психологической взаимозависимости, качество брака в большой степени зависит от *совпадений мотивов совместной деятельности* (от ориентации на материальную выгоду, на самоутверждение, на совместную деятельность по воспитанию детей и т. п.).

В психологии принято разграничивать два способа включения личности в ту или иную [социальную] целостность - *адаптацию* и *интеграцию*. Поскольку семья как социальная общность обладает наибольшими возможностями для социализации личности, следует отметить: *адаптация способствует простой (механической) устойчивости брака, а интеграция способствует качественной стабильности*. Для семьи можно выделить формы интеграции, выражающие дееспособность в выполнении супружества и связанных с ним семейных задач.

Стоит сказать здесь и о теории «брачного клиринга»<sup>18</sup> (англ. *clear* - *ясный, чистый, свободный*). В ее основе лежит разработка *наибольшего соответствия потребностей двух участников поиска с целью обеспечения оптимального обоюдодовыгодного союза*. Данная теория основывается на исходном положении о *полифункциональности брачного союза*, призванного удовлетворить разнообразные потребности партнеров в условиях тесного и длительного контакта (общий брачный потенциал состоит из физического, материального, культурного, сексуального и психологического факторов).

---

<sup>18</sup>**Брачный клиринг** - подбор оптимального партнера для заключения брака; понятие, которое в основном используется, когда пары подбираются при посредничестве служб знакомств и подобных им структур. Он опирается на достижения теории информации, социальной психологии и сексологии. Подбор перспективных для заключения брака пар осуществляется методом анкетирования

**Физический фактор** имеет интуитивный характер: вне зависимости от половой принадлежности один человек вызывает у другого человека безотчетную симпатию или антипатию. Эта индивидуальная и глубоко личностная реакция определяется всем физическим обликом, тембром голоса, манерой поведения, речью, мимикой, жестиком, манерой одеваться, наконец, запахом, свойственным данному человеку. Определяясь на первых этапах общения, физический фактор отличается исключительной устойчивостью.

**Материальный фактор** определяется соотношением вклада партнера в общий материальный статус семьи и соответствием этого вклада ожиданиям и требованиям другого партнера.

**Культурный фактор** определяется соотношением интеллектуально-культурных запросов супругов. Выраженность этого фактора весьма изменчива на протяжении жизни даже одной пары.

**Сексуальный фактор** определяется соответствием реальной программы интимной близости каждого из партнеров сексуальным ожиданиям другого. Этот фактор подвержен многим влияниям, в том числе влияниям возраста и состояния здоровья, с которыми он и должен прежде всего соотноситься.

Каждый из пяти факторов характеризуется различной относительной величиной и может приобретать разную направленность. Взаимодействуя, они интегрируются в общую результирующую, обозначаемую как брачный потенциал. Если большинство факторов имеют положительную направленность и способствуют укреплению союза, то брачный потенциал характеризуется *положительным индексом*; если же преобладают факторы отрицательные, направленные на распад союза, то брачный потенциал имеет *отрицательный индекс*.

В свое время Я.Щепаньский<sup>19</sup> выделил наиболее существенные признаки успешного брака: «Внутренняя сплоченность супружества и семьи поддерживается воздействием как внутренних, так и внешних сил». К внутренним силам он отнес:

- взаимную любовь там, где она является решающей в выборе супруга;

- чувство долга по отношению к супругам и детям;

- взаимное стремление к продвижению, карьере, благоустроенности;



Я.Щепаньский

---

<sup>19</sup> Ян Щепаньский (1913-2004) – известный польский социолог.



- заботу о совместном жилище, доме, домашнем хозяйстве, забота о детях, разделение труда в этой сфере;
- осознанное или неосознанное желание оправдать ожидания среды, родственников и более широких групп;
- стремление к осуществлению собственных мечтаний и представлений периода обучения;
- возможность гармоничного развития личности и использования брака как средства реализации экспансивных стремлений личности.

К внешним силам:

- магические санкции, делающие иногда невозможным развод;
- давление общественного мнения или системы санкций, когда отказывают в признанном положении в обществе людям из распавшихся семей;
- давление экономических условий;
- предъявляемые средой требования заботы о детях<sup>20</sup>.

Конечно, со временем функции семьи видоизменяются: одни утрачиваются, другие трансформируются в соответствии с новыми социальными условиями. Сегодня, например, возросло значение таких функций, как эмоциональная, сексуальная, воспитательная, духовная. Брак рассматривается как союз, основанный на эмоциональных связях, а не на хозяйственный и материальных. Кроме традиционных семья стала выполнять, как мы писали выше, функцию психологического убежища - места снятия напряжения и создания эмоционального комфорта. Особенно это касается молодых пар - создание благополучного психологического климата является залогом дальнейшей успешной семейной жизни.

В общем, для счастья семьи нужно не так уж много (или не так уж и мало?), а именно:

---

<sup>20</sup> Щепаньский Я. Элементарные понятия социологии. – М.: Прогресс, 1969. – С.146-147.

- направленность на другого (умение понимать его, внимательно к нему относиться, учитывать его вкусы, интересы и желания, взаимная эмпатийность и толерантность);

- нормальное, бесконфликтное общение;

- доверительность и симпатия;

- понимание друг друга;

- нормальная интимная жизнь;

- наличие места/комнаты/угла, где может отдохнуть от сложностей жизни семья в целом и каждый из ее членов в отдельности).

Социологи и психологи определяют следующие условия семейного благополучия:

- взаимопонимание между супругами;

- отдельная квартира;

- материальное благополучие;

- дети;

- уверенность в прочности брака;

- сексуальная удовлетворенность;

- интересный досуг в семье;

- интересная работа;

- соответствующее образование;

- хорошее положение на работе плюс карьера;

- хорошие друзья;

- самостоятельность супругов.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 1**

1. Дайте общее представление о том, что такое семья.

2. Как вы думаете, почему существует такое большое количество определений понятия семья?

3. Чем является семья для ребенка и для взрослого человека?

4. Что такое *патриархальная* семья?

5. Что такое *детоцентристская* семья?

6. Как изменились семьи после Второй мировой войны по мнению Каа?

7.Расскажите о признаках семьи *по размеру, по типу, по типу и по числу детей.*

8.Расскажите о функциях семьи.

9.Что такое *психологический климат*?

10.Что такое *психологическое здоровье*?

11.Что такое *внутренняя определенность брака*?

12.Дайте представление о *психологической совместимости*.

13.Что такое *семейное согласие*?

14.В чем сущность *брачного клиринга*?

15.Каковы наиболее существенные признаки успешного брака по Я.Щепаньскому?

## Тема 2. В основе всего любовь?

**Любовь как основа построения современной семьи.**

**Любовь как мотив вступления в брак.**

**Теоретические подходы к анализу любви как психологического и психофизиологического феномена.**

**Концепции и теории любви.**

**Невротическая любовь.**

**Гражданский брак.**

Принятие и любовь – вот два известных аспекта формирования адекватной личности, но, если быть точными, психология все же не располагает достаточными знаниями об этом. Нам, естественно, очень важно понять, что такое любовь, научиться *воспитывать* ее, изучить *условия существования* любви для того, чтобы, например, противостоять враждебности и недоверию. Любовь является предметом художественной, философской, религиозной, и даже социологической литературы, однако, если честно сказать, отечественная психология изучением любви занимается довольно мало.

Любовь – весьма распространенный психический феномен, но, одновременно, любовь как категория не имеет объективного статуса и



А.Маслоу

четкого определения. А.Маслоу<sup>21</sup>, объясняя молчание психологов [по поводу категоризации любви] желанием иметь дело с легко исследуемыми и хорошо изученными феноменами и уклонением от проблем, требующих изучения и трудно поддающихся исследованиям. Но ведь исследование любви, по Маслоу, весьма актуально: «Мы должны понять, что такое любовь, должны научиться воспитывать

<sup>21</sup> **Абрахам Маслоу** (1908-1970) — видный американский психолог, основатель гуманистической психологии.

ее, творить и прогнозировать, иначе мир будет захлестнут ненавистью и недоверием. Ввиду важности этой темы даже самые ненадежные, самые недостоверные данные ...заслуживают внимательного и самого тщательного анализа»<sup>22</sup>. Ученые умы Нового времени полагали, что *отличие человека от животных заключается в том, что он имеет чувства, которые формируются и воспитываются в ассоциациях близких друг другу людей. И в ряду этих чувств особое значение имеют теплые, принимающие, проявления любви и альтруизма, которые являются необходимыми условиями, обеспечивающими развитие человека. А вот невозможность удовлетворения потребности в любви, как правило, приводит к дезадаптации и серьезной патологии.*

Только вот стоит иметь в виду, что все же в обществе наличествует амбивалентное отношение к любви и нежности - проявление их наталкивается на различного рода ограничения или табу...



Определений любви много, и причина этого, видимо, заключается в многообразии человеческой природы и проявлений человеческих чувств, свойств, качеств. Понятие «любовь» выражает почти абсолютную абстракцию, полагают философы, вкладывая в него разное значение. Многоликое чувство вызывает

множество толкований, да такое множество, что иногда кажется, что стоит

<sup>22</sup> Маслоу А. Мотивация и личность / Пер. с англ. – М.: Евразия, 1999. – С.100.

просто отбросить их всех и принять любовь за нечто данное человеку свыше и навсегда, до самого конца существования его на Земле.

Любовь определяется как:

- сознательное и бессознательное половое влечение;
- духовно-эмоциональное единство;
- взаимная поддержка и развитие творческих сил;
- высшее удовольствие;
- торжество инстинкта самосохранения и продолжения рода;
- эстетическое самоутверждение;

- свойства влюбленной пары или как многообразие эмоциональных переживаний, иногда взаимоисключающих, как главный и доступный каждому способ самоутверждения и укоренения в жизни, которая без любви неполнокровна и неполноценна.

Заметим: важным источником формирования образа любви у человека является опыт, приобретенный в родительском доме, влияние поведения отца и матери, поскольку он во многом определяется усвоенным способом общения в совместной жизни с другими людьми.

Существует множество различных видов любви: романтическая любовь и любовь детей и родителей, любовь братьев и сестер, любовь к родной земле, литературе, Богу. Множество оценочных суждений о любви как раз и

затрудняют ее изучение. Так, например, существует представление о единственной истинной любви. Любовь – высокая ценность, и ее иногда ассоциируют с Богом,



отечеством, благородными идеалами в качестве вечной темы искусства...

Проблема любви практически не исследовалась экспериментальными методами, а различные направления психологии уделяют этому явлению внимание лишь в зависимости от того насколько важным оно представляется с точки зрения соответствующей концепции.

Сторонники *бихевиоризма*<sup>23</sup> рассматривают любовь как *способ поведения, характерный для влюбленной пары*. Чувства любви – это объединяющие чувства, поскольку при *преследовании* общих интересов участники отношений зависят друг от друга, а другая сторона – это желаемый объект. Постоянный источник удовлетворения имеет высокую ценность. О нем заботятся, вознаграждают, защищают и даже способствуют максимальному развитию его способностей. Возникновение и развитие отношений рассматривается с точки зрения концепции «вознаграждений – издержек» или «приобретений – потерь». Сами же отношения могут быть описаны при помощи определенного поведенческого шаблона. Термин «чувство» в контексте межличностных отношений используется для обозначения устойчивых субъективных ориентаций по отношению к другим людям. Бихевиоризм называет чувством то, что один человек значит для другого. При этом «значить» - сложная форма поведения – предрасположение действовать по отношению к некоторому объекту определенным образом:

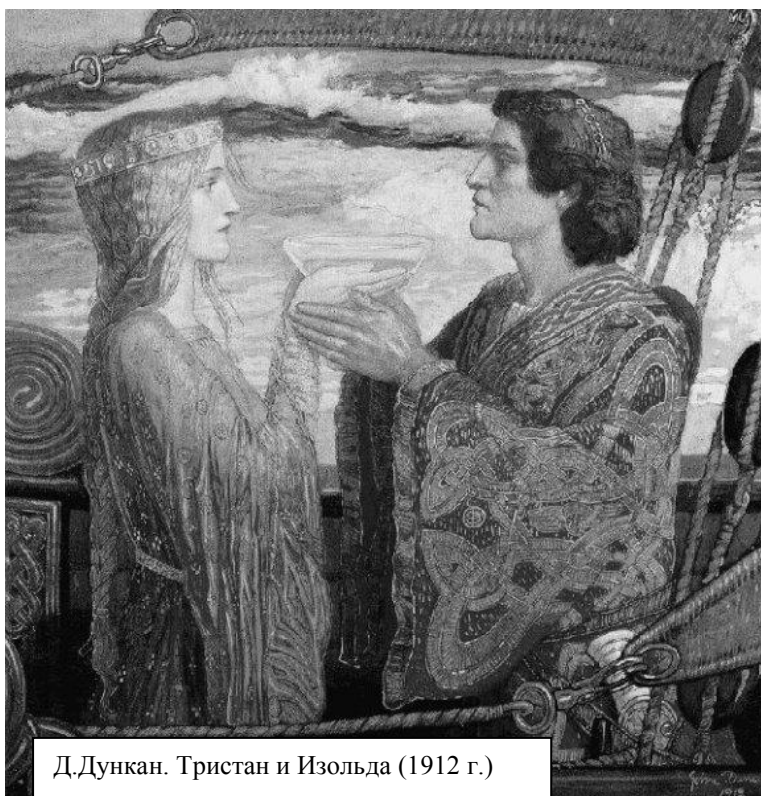
- *радость от присутствия любимого;*
- *грусть при отсутствии;*

---

<sup>23</sup> **Бихевиоризм** (англ. behavior — поведение) — направление в психологии человека и животных, буквально — наука о поведении. Это направление в психологии, определявшее облик американской психологии в начале XX века, радикально преобразовавшее всю систему представлений о психике. Его кредо выражала формула, согласно которой предметом психологии является поведение, а не сознание. Поскольку тогда было принято ставить знак равенства между психикой и сознанием (психическими считались процессы, которые начинаются и заканчиваются в сознании), возникла версия, будто, устраняя сознание, бихевиоризм тем самым ликвидирует психику. Основателем данного направления в психологии был американский психолог Джон Уотсон. Важнейшими категориями бихевиоризма являются *стимул*, под которым понимается любое воздействие на организм со стороны среды, в том числе, и данная, наличная ситуация, *реакция* и *подкрепление*, в качестве которого для человека может выступать и словесная или эмоциональная реакция окружающих людей. Субъективные переживания при этом в современном бихевиоризме не отрицаются, но ставятся в положение, подчиненное этим воздействиям. Во второй половине XX века бихевиоризм был замещен *когнитивной психологией*, которая с тех пор доминирует в психологической науке.

- страх, когда возникает опасность потерять любимого/любимую;
- ярость, если любимый человек подвергается нападению.

Конечно, наши чувства различаются по интенсивности, они зависят от того, насколько противоречивы ориентации одного человека по отношению к другому. Например, известно, что влюбленность достигает наивысшей силы,



Д.Дункан. Тристан и Изольда (1912 г.)

когда существует конфликт между эротическими устремлениями и необходимостью сдерживать себя (из уважения к предмету любви или по иным причинам). Представление о том, что препятствия усиливают любовь, прочно утвердилось в обыденном сознании. Примерами безумных страстей, которые только

усиливаются непреодолимыми препятствиями, изобилует классическая литература, начиная с легенды о Тристане и Изольде, и далее – к истории Ромео и Джульетты – и до наших дней. Возникнув, чувства имеют тенденцию к стабилизации, ярким проявлением которой является, например, любовь к умершим... Чувства могут и не осознаваться. Обычно высокая степень осознания существует в начале - при формировании чувств – различные черты характера партнера и собственного поведения замечаются, фиксируются, обдумываются, оцениваются. А когда отношения устанавливаются, стабилизируются, осознание уменьшается. Нет, чувства не исчезают, но люди их больше не осознают. Ведь многие родители очень любят своих детей, но редко думают об этом. Они просто считают это само



собой разумеющимся. Их любовь становится очевидной лишь в критических ситуациях – они стремятся защитить, спасти детей. Когда есть подобные установленные взаимоотношения, напоминания о любви и различные символы чувства становятся излишними.

Чувства имеют и сами постоянно развивают свою структуру - они существуют как элементы более содержательных взаимоотношений и не могут сохраняться без какой-либо поддержки со стороны окружающих (речь идет, конечно, о рассмотрении чувств в контексте межличностных отношений).



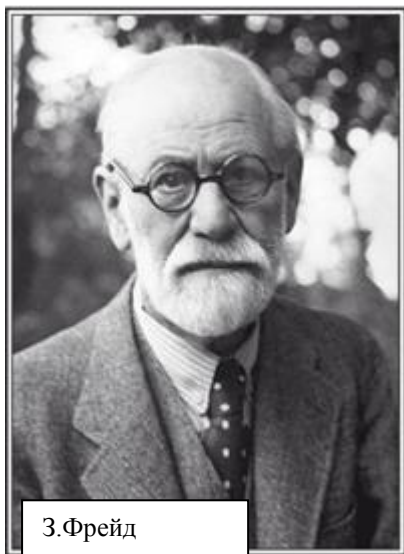
Ф.Дикси. Ромео и Джульетта

Психодинамическая концепция уделяла особое внимание любви всегда, практически с начала своего появления в науке. У З.Фрейда<sup>24</sup> нет разработанной концепции любви - для него характерно отождествление любви и секса, а любовь возникает как развитие сексуальности. В сексуальности Фрейд видит вообще единственный источник всякой психической энергии. Для психоанализа, в целом, характерен такой функционально-генетический подход к проблеме. Считается, что все эмоциональные привязанности и увлечения человека, будь то родительская или сыновья любовь, дружба, любовь к человечеству и привязанность к конкретным предметам и абстрактным идеям, есть проявления одних и тех же инстинктивных влечений. Но в отношениях между полами эти влечения пробивают себе путь к сексуальной близости, тогда как в остальных случаях они отвлекаются от этой цели или не могут достичь ее. Тем не менее, первоначальную природу этих чувств всегда можно распознать по жажде

---

<sup>24</sup> **Зигмунд Фрейд** (1856-1939) — австрийский психолог, психиатр и невролог. Известен как основатель психоанализа, который оказал значительное влияние на психологию, медицину, социологию, антропологию, литературу и искусство XX века.

близости и самопожертвования. Для психоанализа характерно понимание любви как чувства амбивалентного, всегда содержащего в себе элемент агрессии.



З.Фрейд

Однако подобный взгляд отвергался уже и самими представителями психодинамического направления (Адлер<sup>25</sup>, Фромм<sup>26</sup>). По их мнению, потребность в любви не может быть производной от сексуальной потребности. *«Любое взаимодействие между отдельными индивидуумами можно представить себе как испытание, как попытку двух одиночеств преодолеть разделяющую их пропасть»*<sup>27</sup>. Адлер и Фромм подчеркивали значение продуктивности любовных отношений и важность взаимной ответственности. Для Фромма любовь – это *«обязанность, пожизненное бремя, на которое обрекают себя любящие... Любовь – общее чувство двух любящих людей, по крайней мере, до тех пор, пока существует связь между объектом любви и собственным Я человека. Истинная любовь является выражением продуктивности личности, Она предполагает заботу, уважение, ответственность и знание. Любовь не эмоция и не аффект, это активное стремление к возвеличиванию любимого человека и к его счастью, берущее начало из способности любящего любить»*<sup>28</sup>.

С точки зрения сторонников гуманистической психологии потребность в любви – базовая потребность, удовлетворение которой необходимо для развития индивида, а отношения любви – это способ существования зрелой личности. Это состояние для личности *«так же естественно и спонтанно,*

<sup>25</sup> Альфред Адлер (1870-1937) — австрийский психолог, психиатр и мыслитель, один из предшественников неофрейдизма, создатель системы индивидуальной психологии. Его собственный жизненный путь, возможно, явился важным подспорьем в создании концепции индивидуальной теории личности.

<sup>26</sup> Эрих Зелигманн Фромм (1900-1980) — немецкий социолог, философ, социальный психолог, психоаналитик, представитель Франкфуртской школы, один из основателей неофрейдизма и фрейдомарксизма.

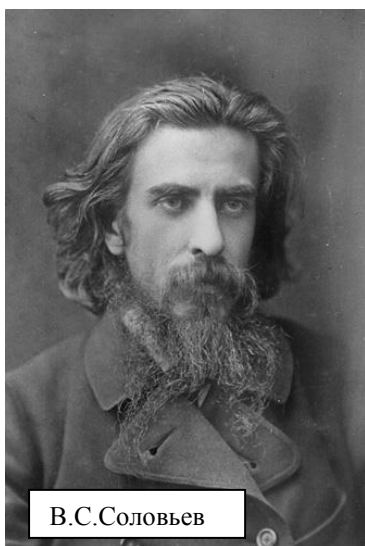
<sup>27</sup> Фромм Э. Искусство любить. Исследование природы любви. – Киев: Ника-Центр, Вист-С, 1998. – С.93.

<sup>28</sup> Там же.

*как сила сильного мужчины, как запах розы, как грация кошки, как ребячество ребенка»<sup>29</sup>.*

А. Маслоу отмечал, что для любви характерны следующие проявления: чувства нежности и привязанности, которые в случае взаимной любви доставляют удовлетворение, радость, счастье, восторг или экстаз; стремление к близости и интимным контактам; удовольствие просто смотреть на объект или находиться рядом; в разлуке испытывать печаль и депрессию. Сексуальное возбуждение характеризуется тем, что иной сексуальный партнер непредставим, никакой другой человек не может вызвать столь сильного желания. Любовь великодушна, ей нравится делать что-нибудь для другого, доставлять радость, видеть его счастливым. Для любви характерно стремление к полному знанию, абсолютной психологической близости, интимности, взаимопониманию. При этом особую радость доставляет быть искренним, делиться секретами. Все это побуждает влюбленных искать уединения<sup>30</sup>.

*Экзистенциальный подход рассматривает любовь как средство, способное смягчить боль универсальной изоляции.*



В.С.СОЛОВЬЕВ

Любопытно, что представители всех направлений отмечают, что *для любви характерна идеализация партнера*. Например, в романтической любви. Вообще, она может рассматриваться как *нарушение в системе межличностного восприятия*, или свидетельствовать о значимости мотивов любви и принятия для личности. Кстати, идеализация как нарушение восприятия не является особенностью стабильных любовных отношений. В.С.Соловьев<sup>31</sup> в

<sup>29</sup> Маслоу А. Мотивация и личность / Пер. с англ. – СПб.: Евразия, 1999. – С.78.

<sup>30</sup> Там же. С.77-105.

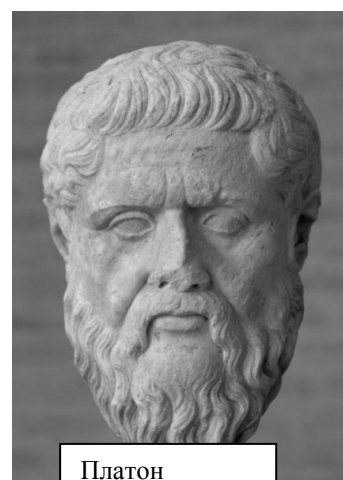
<sup>31</sup> Владимир Сергеевич Соловьев (1853-1900) — русский религиозный мыслитель, мистик, поэт, публицист, литературный критик; почетный академик Императорской Академии наук по разряду изящной словесности (1900). Стоял у истоков русского «духовного возрождения» начала XX века.

работе «Смысл любви» отмечал, что идеализация – это восприятие, при котором в объекте любви видят не только то, что там есть сегодня, но и то, что там будет или, по крайней мере, может быть<sup>32</sup>.

Упомянутые выше бихевиористы рассматривают идеализацию скорее как нарушение в системе межличностного восприятия. Идеализация ими объясняется тем, что персонификации создаются путем приписывания мотивов, причем желательных. Как только сформировалась персонификация, шаблоны чувств фиксируются. Таким образом, персонификация основывается на гипотезах любящего, а не на реальных качествах объекта. Однако персонификация, построенная на предположениях, включает в себя и некоторые ожидания, если они постоянно не оправдываются, то изменяется персонификация, а в месте с ней шаблон поведения, которым определяются чувства, так, что, в конце концов, любви наступает конец...

**Итак, семья - это союз мужчины и женщины, основанный на доверии и понимании, сопереживании различных аспектов жизни, позитивном эмоционально-чувственном восприятии друг друга. Соединяющей силой в семье является взаимная привлекательность супругов, способность удовлетворять физические и духовные потребности.**

Любовь - основа романтических взаимоотношений между мужчиной и женщиной, основа восторгов и восхищений. Любовь - высшее блаженство. Состояние любви естественно для человека, оно прекрасно, потому что раскрывает в человеке самое лучшее, облагораживает и одухотворяет. Платон<sup>33</sup> говорил: *«Кто любит за высокие нравственные достоинства, тот остается*



Платон

<sup>32</sup> Соловьев В.С. Смысл любви. – М., 1991. – С.72.

<sup>33</sup> Платон (428 или 427 до н. э. — 348 или 347 до н. э.) — древнегреческий философ, ученик Сократа, учитель Аристотеля.

*верен всю жизнь, потому что он привязывается к чему-то постоянному»<sup>34</sup>.*

Желание быть с любимым, особенно когда любовь взаимна, прекрасно, но, вместе с тем иррациональная природа романтической любви часто туманит наше сознание, что является причиной того, что мы не замечаем потенциальных проблем и не задумываемся над тем, что произойдет, когда угаснет страсть. К сожалению, нередко в браке любовь уходит, проходит, гаснет... Любовь не выдерживает проверки бытом, повседневностью. Когда с высоты романтических грез влюбленные *спускаются на землю* не только с правами, но и обязанностями, то встают новые проблемы, решать которые надо только им самим...

Но любовь можно укрепить, сохранить, постоянно привнося в нее свои чувства и реально прилагая определенные усилия. Постоянно лелея и ухаживая, отдавая друг другу тепло, разделяя взаимные интересы и ответственность, супруги могут получить шансы на долгую любовь.

Уже не первое десятилетие мы слышим о свободных взаимоотношениях между мужчиной и женщиной, о гражданском браке, о пробном браке, хотя и браки по любви в чести, но не уменьшается ли их количество? Познать любовь и обрести спутника жизни до самого ее конца - что может быть прекрасней? Однако суровая реальность такова, что большинство из нас куда активнее учатся и отдыхают, чем просто повышают свой культурный уровень, да еще и учатся быть терпимыми по отношению друг к другу. А вот браки по расчету, браки с заключением контракта оказываются более стойкими. Материальное благополучие в таких семьях, постоянная опека родителей, близких, тех, кто благословил этот союз - не это ли способствует его прочности? Только вот наш вопрос о Любви... Не она ли главное в этой жизни? Или автор данного пособия просто романтик?

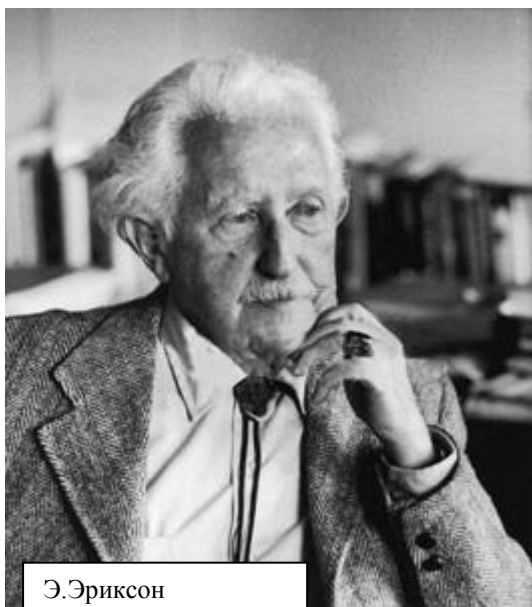
Семья в проблемном обществе испытывает различные сложности, и требования к ней меняются - возможно, оттого, что мы стали другими и стало другим все наше общество. Наиболее сложными и представляются

---

<sup>34</sup> Платон. Собрание сочинений в 3 т. - М.: Мысль, 1968-1973. - С.113.

стабильные романтические отношения между мужчиной и женщиной, потому что разрушаются этические, нравственные ценности, элементарные нормы культуры. Люди, к сожалению, перестают жить сердцем, душой, все меньше доверяют интуиции, любви, Богу... И каким бы банальным не показался вам авторский запал, общество уверенно движется к отчужденности, прагматизму, расчетливости – об этом свидетельствуют исследования, наблюдения врачей, сексологов, психологов, социологов.

Мы не можем отрицать, что, с одной стороны, старые традиции и обычаи, которые еще действуют и применяются сегодня, создают много трудностей для формирования благополучия семьи. Но, с другой стороны, преобразования, происходящие в обществе, пытаются подорвать старые традиции, к сожалению, уничтожают, отвергают, отодвигают их позитивные аспекты. Те, кто видят свободу сексуальных взаимоотношений с экранов телевизора, в интернете, пытаются оправдать это изменением мира, движением к свободе личности. И что же? Все большую роль начинает играть экономический фактор, делая брак зависимым, в первую очередь, от



Э.Эриксон

материального благополучия.

*В эпигенетической концепции Э. Эриксона<sup>35</sup> любовь рассматривается как психологическое новообразование ранней зрелости (молодости), кристаллизующее в себе позитивные достижения предыдущих стадий развития; как способность, позволяющая разрешить противоречие между осознанием личностью своей уникальности и направленностью на установление близких, интимных отношений с другими людьми. Любовь понимается как психосоциальное свойство, предоставляющее возможность*

---

<sup>35</sup> Эрик Хомбургер Эриксон (1902-1994) – известный немецкий и американский психолог, психоаналитик. Автор теории стадий психосоциального развития,

разделения личностной идентичности в равноправных отношениях и предполагающее сохранение верности партнеру, готовность к самоограничению и альтруизму<sup>36</sup>.

К.Роджерс<sup>37</sup> расширил и обогатил наши представления о любви как *процессе общения и установления отношений*, введя требование *конгруэнтности — внутренней честности личности в отношении своего внутреннего мира, исключающей самообвинение и самозащиту*. Конгруэнтная коммуникация, честная, искренняя, безоценочная, лишенная попыток



К.Роджерс

манипулирования партнером и отрицающая «двойной стандарт» требований и прав для себя и партнера, является основой семейного общения<sup>38</sup>.

К.Хорни<sup>39</sup> противопоставляет зрелой любви здоровой личности «невротическую» потребность в любви и «невротическую» любовь.



К.Хорни

Невротическая потребность в любви — это преувеличенная потребность человека в эмоциональной привязанности, положительной оценке себя со стороны окружающих и повышенная чувствительность к фрустрации этих потребностей, проявляющаяся в непомерном страхе отвержения, реального или воображаемого. Невротическая любовь, в отличие от любви здоровой личности, неразборчива, не насыщаема и навязчива.

Неразборчивость невротической любви проявляется в том, что ее носителю

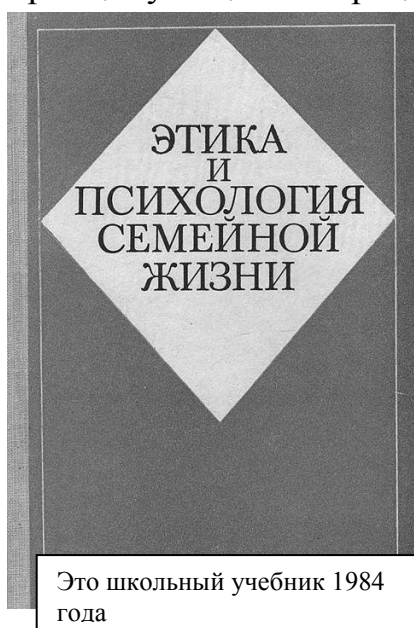
<sup>36</sup> Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. — М.: Прогресс, 1996. - С.99.

<sup>37</sup> Карл Рэнсом Роджерс (1902-1987) — американский психолог, один из создателей и лидеров гуманистической психологии.

<sup>38</sup> Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. — С.236.

<sup>39</sup> Карен Хорни (1885-1952) — американский психоаналитик и психолог, одна из ключевых фигур неофрейдизма. Акцентировала значение воздействия окружающей социальной среды на формирование личности.

хочется, чтобы его любили все. Зрелая любовь избирательна — здоровая личность ждет любви, уважения и признания лишь от тех людей, кого любит и ценит сама. Ненасыщаемость/ненасытность любви проявляется в том, что человеку постоянно требуются подтверждение своей значимости и исключительности для партнера, доказательства любви словом и (или) действием, в то время как «в норме» подтверждение сложившихся отношений и чувств партнеров, их своеобразное «озвучивание» становится необходимым лишь в нестабильных ситуациях неопределенности, при зарождении отношений любви или в ситуации кризиса отношений. Человек, все время требующий внимания партнера, оправдывает этой целью любые средства — провокации, вызов на скандал, выяснение отношений. Такую любовь характеризуют высокая степень ревности, навязчивость, стремление во что бы то ни стало сохранить свою исключительность для партнера по принципу «цель оправдывает средства»: в ход идут угрозы, шантаж,



взывание к жалости, попытки «купить любовь» партнера. Действие защитных механизмов, нацеленных на уменьшение тревоги, связанной со страхом быть отвергнутым, в зависимости от стратегии, реализуемой невротической личностью, может иметь следствием стремление к власти, отрицание любви и изоляцию и эмоциональную дистанцированность от людей. Однако неадекватность указанных защит приводит к возрастанию тревоги и

чувствительности личности, к депривации потребности [всегда, везде и всеми] быть любимым<sup>40</sup>.

Как известно, в ряде стран мира детей с первого класса учат основам семейной жизни. В нашей стране подобный опыт тоже есть: в общеобразовательных школах в 1980-х годах был курс «Этика и психология

<sup>40</sup> Хорни К. Невротическая потребность в любви. — М.: Астер-Х, 2011. — С.89-91.



семейной жизни». Но сегодня систематической работы в этом направлении не ведется. Правда, не столь многочисленные школьные психологи, преподаватели психологии могут частично восполнить отсутствие необходимых знаний на классных часах, с помощью различных акций. В вопросах этики семейной жизни и любви в семье и браке среди психологов нет единства. А тезис «изменять – это нормально, естественно»? Не пришел ли он из статистически установленного факта измены [многими супругами]? Иисус в Нагорной проповеди говорил: *«Входите тесными воротами, потому что широки ворота и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны ворота и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их»* (Мф. 7:13-14).



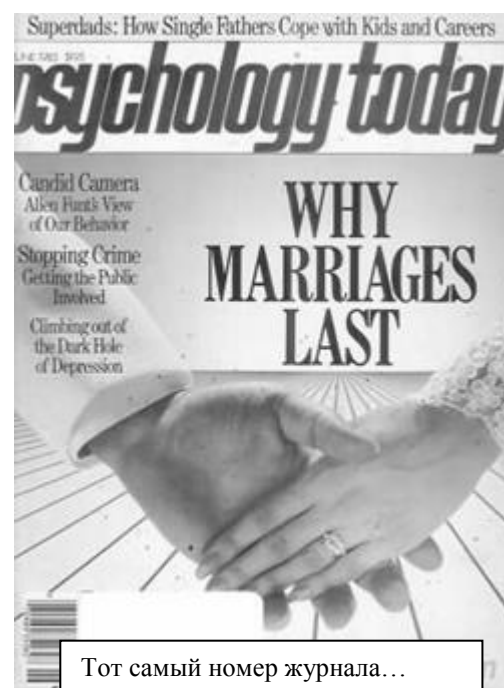
Нагорная проповедь Христа

Мы неслучайно так начали предыдущий абзац, ибо тема нашего дальнейшего разговора – уже упоминавшийся гражданский брак, который вызывает много споров: некоторые откровенно называют его развратом, некоторые – *продвинутой* формой семейной жизни, более прогрессивной, чем традиционный, заверенный печатью брак. Попытаемся проанализировать это явление.

Под «гражданским браком» понимается *сожительство*, хотя этот термин не является корректным - исторически гражданский брак – брак, зарегистрированный в уполномоченном на то государством органе, возникший как альтернатива церковному браку. То есть гражданский брак *заключается* чиновником, а религиозный священником. Конечно, выражение гражданский брак менее обидно, чем сожительство...

Один из главных аргументов сторонников гражданского брака - такая форма совместной жизни позволяет *попробовать* взаимоотношения с человеком без официального их оформления. И в случае неудачно

сложившихся обстоятельств можно прервать эти отношения без лишних юридических хлопот. Ну да, люди встречаются, расходятся. Зачем усложнять жизнь? Установка на гражданский брак: «Если наши отношения не сложатся — сразу *разбежимся*, даже госпошлину за развод платить не нужно». Отношения мужчины и женщины не бывают безоблачными. Конфликтов, сложностей во взаимопонимании, усталости, финансовых проблем, болезней – всего этого избежать нельзя, с чем-то сталкиваются все пары. Получается, что сторонникам гражданского брака свойственна, прежде всего, неуверенность в своих силах? А как насчет мотивации избегания неудач. Поведение людей определяется, в основном, двумя противоположными типами мотивации: **избегание неудач и достижение успеха**. На первый взгляд фундаментальное различие этих видов мотивации не очевидно - и то, и другое хорошо. Но когда речь идет о факторах, определяющих *активность* человека, его *цели* и *способы их достижения*, мотивация на успех или избегание неудач имеет едва ли решающее значение. Вступление в брак - безусловно, одно из самых важных, стрессовых (стрессогенных?) событий в жизни. И здесь нужны *решимость, готовность рискнуть, желание идти до конца*, то есть мотивация достижения успеха. Чтобы отношения сложились и завершились успешно, нужно верить в себя и своего избранника, верить, что все получится, верить в свои способности конструктивно решать возникающие проблемы.



В 1985 году в журнале «Psychology Today» были опубликованы результаты исследования, в котором изучались успешные пары, прожившие в браке более 15 лет. Интересно, что у мужчин и женщин семь наиболее важных причин продолжительности совместного проживания совпадают:

- он(а) является моим лучшим другом;
- он(а) мне нравится как личность;
- брак — это долгосрочное обязательство;
- брак священен;
- у нас общие цели и задачи;
- он(а) со временем становится все интереснее;
- я хочу, чтобы наши отношения развивались успешно.

Среди главных причин успешного брака три (3, 4 и 7) напрямую связаны с *установкой на успех отношений*, что прямо противоположно установке сторонников гражданского брака на избегание неудач. А помните клятву



Клянемся быть вместе...

новобрачных во всех голливудских фильмах: «Клянемся быть вместе, пока смерть не разлучит нас». А стоит доводить эту идею до абсурда? Люди, стремящиеся к пожизненным отношениям, имеют право на развод. А случаи, когда супруг или супругу пристрастились к алкоголю или наркотикам? Брак распадается, и супруги, потратившие годы на создание, сохранение или возрождение счастливой семьи или просто приемлемой доброжелательной атмосферы в доме, исчерпав все возможности, имеют и

моральное, и юридическое право расписаться в своем поражении.

А вот в гражданский брак вступают, видимо, преимущественно люди с *внешним локусом контроля*. Это понятие отражает склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам. С другой стороны, таким людям свойственно считать ответственным за результаты своей деятельности свои собственные способности и усилия.

Многочисленные исследования показали, что люди, обладающие *внутренним* *локусом* *контроля*,

более уверены в себе,

последовательны и настойчивы в достижении

поставленной цели, склонны к

самоанализу, уравновешенны,

общительны, доброжелательны и независимы.

Давайте

## Гороскоп любви

 <p><b>Овен</b> Ты - многих качеств сочетание Ты - и любовник, и супруг, Но в сексе требуешь признания Своих практических заслуг.</p>	 <p><b>Весы</b> Ваш секс подобен озарению, В нем есть и нежность и экстаз, Неукротимое влечение Партнеры очень ценят Вас.</p>
 <p><b>Телец</b> У вас в душе бушуют страсти, Хотя вы внешне холодны, Но ночи с вами это счастье, - Они восторгами полны.</p>	 <p><b>Скорпион</b> Для Вас в любви важна победа, Азарт спортивный и подъем, А эротическое кредо Быть в сексе лидеров во всем.</p>
 <p><b>Близнецы</b> Всегда с партнером вы взаимно Стремитесь к чувственной мечте, И в отношениях интимных Дань отдаете красоте.</p>	 <p><b>Стрелец</b> Вы веселы, шедры на ласки, Неутомимы до утра, Любить вас можно без опаски, Но все же секс для вас игра</p>
 <p><b>Рак</b> Вы сексуальны, возбудимы Гроза чужих мужей и жен, Но все желания любимых Для вас незыблемый закон.</p>	 <p><b>Козерог</b> В любви вы интеллектуальны, Вам чужд безудержный экстаз, И секс для вас покровом тайны Укрыт бывает каждый раз.</p>
 <p><b>Лев</b> У «Льва» всегда партнеров - стая, Львы мастера любовных игр, И утверждают все, кто знают, Что «Лев» в постели просто тигр.</p>	 <p><b>Водолей</b> С тобою секс разнообразен И в ранг искусства возведен. В мир эротических фантазий Партнер с тобою погружен.</p>
 <p><b>Дева</b> Вы от природы сексуальны, Себя вам трудно превозмочь Достичь гармонии финальной Лишь Лев способен вам помочь.</p>	 <p><b>Рыбы</b> Любовь вот ваше назначение, Оно по жизни вас ведет, Секс с вами это вдохновенье, Секс с вами чувственности взлет.</p>

Как вам нравится такое творение человеческого разума?

посмотрим: внешними силами, несущими ответственность за происходящее с человеком могут быть самые разные явления: Бог, звезды, судьба, правительство, страна рождения и проживания, семья, экономическая ситуация и все, прочее, на что хватит выдумки...

Наш разговор о любви не прост – но, когда речь идет о взаимоотношениях мужчины и женщины, внешней силой зачастую выступает все же именно любовь. Любовь в понимании современной цивилизации (в том числе, и в России) как сильное чувство, страсть, неподконтрольная воле человека сила. Чрезвычайно широко распространено мнение, что любить легко - нужно лишь встретить достойного любви человека, и любовь будет сильной, мощной, вечной - проблема любви видится во внешних по отношению к человеку обстоятельствах, а зависит лишь от объекта любви. Однако, видимо, это неверное представление о любви. Любовь подразумевает постоянную сосредоточенность, терпение и самодисциплину, а если она зависит от настроения, спонтанных чувств и

сиюминутных желаний, то это все же не любовь. Любовь — в первую очередь, волевой акт, способность человека, это определенный вид деятельности, почти полностью зависящий от субъекта.

Продолжая длинный разговор о гражданском браке, назовем еще одну черту людей его предпочитающих - *легкомыслие*. Это особенно очевидно, если вспомнить о праве наследования. Согласно существующим нормам права признается только брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния (статья 1 Семейного кодекса РФ). Соответственно, в случае смерти одного из гражданских супругов оставшийся партнер не может претендовать на наследование собственности усопшего. И суду уже не интересно, насколько они были счастливы и как долго прожили вместе. Хотя в большинстве случаев именно понимание того, что имущество, совместно нажитое в браке, является общей собственностью супругов и при разводе делится поровну, и является причиной избегания официального брака. Об этом вроде и не говорят, но доходящая до скупости расчетливость является одним из важнейших мотивов гражданского брака. Уточним: итак, гражданский брак по сравнению с официальным, имеет немалое количество недостатков. Статья 74 Семейного кодекса РФ гласит: *если мужчина и женщина проживают одной семьей, но не находятся между собой в браке, имущество, нажитое ими за время совместного проживания, принадлежит им на правах общей совместной собственности, если иное не установлено письменным договором между ними*. Написано обнадеживающе, но заметьте - *только в случае обоюдного согласия*. Если вас не устраивает дележ, доказать в суде что-либо будет гораздо сложнее, чем при законном браке. Что касается наследства, то в статье 1261 Гражданского кодекса сказано: *«Лица, проживавшие с наследодателем одной семьей не менее 5 лет ко времени открытия наследства, имеют право на наследование»*. Но только в четвертую очередь!

Психологические, экономические, юридические проблемы перемешиваются, создавая вместе такое количество проблем и загадок! А

вот и такая черта людей, живущих гражданским браком: *неуважение к своей фамилии, семье, роду*. По закону, ребенок, родившийся у незамужней женщины, автоматически получает фамилию матери (статья 51 Семейного кодекса РФ). Есть, конечно, семьи, в которых и муж, и дети осознанно берут фамилию матери, например, из эстетических соображений (Пупкин становится Петровым). Но сегодня вовсе не редкость отсутствие официального отца: мужчинам все равно, какая фамилия будет у их детей. Молодежь не может рассказать о своей родословной [далее дедушки и бабушки]. Юношам и девушкам не интересно знать, откуда они взялись и как жили их предки. А ведь осознание себя как звена в цепи поколений позволяет человеку чувствовать себя уверенней, делает нас более ответственными, потому что мы задумываемся, а как будут вспоминать о нас, как оценят нас потомки.

Не хотелось бы выглядеть ханжей, но, на наш взгляд, создание крепкой семьи – это настоящее, это в высшей степени человеческое! Гражданский брак отражает некое отчуждение человека от самого себя и своей семьи.

Кстати, почему-то широко распространено убеждение, что к гражданскому браку более склонны мужчины, они больше ценят свою свободу. Но ведь известно, что большая часть разводов совершается по инициативе женщин. В то же время, разведенные мужчины вступают в повторный брак чаще, чем женщины (по некоторым данным в 3 раза). Иначе говоря, мужчины более тяготеют к жизни в браке, чем женщины. Самооправдание есть - нет достойных мужчин: один зарабатывает мало, другой слишком старый, третий курит и пр. Встречаться и жить с такими мужчинами можно, но в мужья они не годятся. Поскольку с *принципами* действительно ситуация сложная, эта *рационализация* позволяет оправдывать названную позицию.

Вот так и получается, что с гражданским браком связан целый комплекс отрицательных психологических свойств: *неуверенность в себе, мотивация избегания неудач, внешний локус контроля, легкомыслие, скупость,*

*неуважение к фамилии и отчужденность от своей природы.* Все эти черты могут отрицательно сказываться и на душевном благополучии человека, и на успешности [как в семейной жизни, так и в профессиональной деятельности].

## **Вопросы и задания по материалам Темы 2**

1. Как по-вашему, почему так много определений любви?
2. Что такое романтическая любовь?
3. Подготовьте сообщения об известных литературных историях любви.
4. Как понимают любовь бихевиористы?
5. Как понимают любовь представители психодинамической концепции?
6. Подготовьте сообщения по книге Э.Фромма «Искусство любить».
7. Каким образом представлялась любовь К.Роджерсу, Э.Эриксону?
8. Подготовьте сообщения по книге К.Хорни о невротической потребности в любви.
9. Что такое *гражданский брак*?
10. Попробуйте сформулировать свое отношение к гражданскому браку.

### **Тема 3. Семья как особая многофункциональная система**

**Понятие системы. Свойства живой системы.**

**Коммуникация и паттерн в семейной системе.**

**Семейные мифы.**

**Семейный гомеостаз.**

**Функциональные и дисфункциональные семейные системы.**

**Подходы Минухина и Боуэна.**

Понятие системы относится к числу основополагающих в науке и практике и используется, как мы знаем, в различных научных дисциплинах и сферах человеческой деятельности. Известные словосочетания «информационная система», «человеко-машинная система», «экономическая система», «биологическая/живая система» и многие другие иллюстрируют распространенность этого термина в разных предметных областях. В литературе, научной и научно-популярной, околонушной и художественной существует множество определений того, что есть «система». Несмотря на различия формулировок, все они в той или иной мере опираются на исходный перевод греческого слова *systema* – целое, составленное из частей, соединенное. Система - *совокупность объектов, объединенных связями так, что они существуют (функционируют) как единое целое, приобретающее новые свойства, которые отсутствуют у этих объектов в отдельности.* Замечание о *новых* свойствах системы в этом определении является важнейшей особенностью, отличающим ее от простого набора несвязанных элементов. Наличие у системы новых свойств, которые не являются суммой свойств ее элементов называют *эмерджентностью* (например, работоспособность системы «коллектив» не сводится к сумме работоспособности ее элементов – членов коллектива). Объекты в системах могут быть и материальными, и абстрактными. В первом случае говорят о материальных (эмпирических) системах, во втором – о системах абстрактных. К числу абстрактных систем можно отнести теории, формальные языки, математические модели, алгоритмы и др.

Для выделения систем можно использовать следующие принципы:



- *принцип внешней целостности* – ограниченность системы от окружающей среды. Система взаимодействует с окружающей средой как единое целое, ее поведение определяется состоянием среды и состоянием всей системы, а не какой-то отдельной ее частью;

- *принцип внутренней целостности* – устойчивость связей между частями системы. Состояние самой системы зависит не только от состояния ее частей – элементов, но и от состояния связей между ними. Именно поэтому свойства системы не сводятся к простой сумме свойств ее элементов, в системе появляются те свойства, которые отсутствуют у элементов в отдельности;

- *принцип иерархичности* – в системе можно выделить подсистемы, определяя для каждой из них свой вход, выход, назначение. В свою очередь, сама система может рассматриваться как часть более крупной системы. Дальнейшее разбиение подсистем на части приведет к тому уровню, на котором эти подсистемы называются элементами исходной системы. Теоретически систему можно разбивать на мелкие части, по-видимому, бесконечно. Однако практически это приведет к тому, что появятся элементы, связь которых с исходной системой, с ее функциями будет трудно уловима. Поэтому элементом системы считают такие ее более мелкие части, которые обладают некоторыми качествами, присущими самой системе. Чтобы закончить столь долгий разговор о свойствах систем, добавим о наличии в них:

- *общей цели* системы и, как следствие, централизованного управления, подчиненности между элементами разных уровней при их относительной автономности;

- *активно действующих элементов* – с собственными целями (которые, вообще говоря, могут не совпадать с целями самой системы) и поведением;

- *многообразия видов взаимосвязей между элементами системы* (материальные, информационные, энергетические связи) и системы с внешней средой.

По степени взаимодействия с внешней средой различают *открытые* и *замкнутые* системы. Замкнутой называют систему, любой элемент которой имеет связи только с элементами самой системы, замкнутая система не взаимодействует с внешней средой. Открытые системы взаимодействуют с внешней средой, обмениваясь веществом, энергией, информацией. Все реальные системы тесно или слабо связаны с внешней средой и являются открытыми.

По характеру поведения, системы делят на *детерминированные* и *недетерминированные*. К детерминированным относятся те системы, в которых составные части взаимодействуют между собой точно определенным образом. Поведение и состояние такой системы может быть однозначно предсказано. В случае недетерминированных систем такого однозначного предсказания сделать нельзя. Если поведение системы подчиняется вероятностным законам, то она называется вероятностной. В таком случае прогнозирование поведения системы выполняется с помощью вероятностных математических моделей. Можно сказать, что вероятностные модели являются определенной идеализацией, позволяющей описывать поведение недетерминированных систем. Но часто отнесение системы к детерминированным или недетерминированным зависит только от задач исследования.

Предмет нашего главного разговора в этом пособии – семья, на которую мы предлагаем взглянуть как на систему, но систему особого рода – живую!

Итак, семья живая и открытая система, находящаяся в постоянном взаимодействии с окружающими ее людьми и миром (космосом?). Состав семьи определяется ее членами или родственниками (ближайшими и дальними).

Жизнь семейной системы подчиняется двум законам: закону постоянства и закону развития:

- *закон постоянства* гласит: всякая система стремится к постоянству, к стабильности. Для семьи это означает, что она в каждый данный момент времени своего существования стремится сохранить *status quo*. Нарушение этого статуса болезненно для всех членов семьи, несмотря на то, что события могут быть и радостными, и долгожданными, например, рождение ребенка, распад мучительного брака и пр. Закон постоянства обладает огромной



Дж.Хейли

силой. Как показали исследования Джея Хейли<sup>41</sup> (1980), благодаря стремлению не допустить ухода повзрослевшего ребенка из семьи и, тем самым, сохранить семейную структуру, родители, например, способны терпеть любое *психопатологическое* поведение

подростка, что может вызывать непонимание посторонних;

- *закон развития*, когда всякая семейная система стремится пройти полный жизненный цикл. Например, семья в своем развитии проходит определенные стадии, связанные с некоторыми неизбежными объективными обстоятельствами. Одним из таких обстоятельств является *физическое время*: возраст членов семьи меняется и обязательно меняет семейную ситуацию. Каждому возрастному периоду в жизни человека соответствуют определенные психологические потребности, которые человек стремится реализовать. Вместе с возрастом меняются и запросы к жизни вообще и к близким людям в частности. Это определяет стиль общения и, соответственно, саму семью. Рождение ребенка, смерть старого человека - все это существенно меняет структуру семьи и качество взаимодействия членов семьи друг с другом.

Исследователи полагают, что каждая семья проходит следующие стадии цикла собственной жизни.

---

<sup>41</sup> Джей Хейли (1923-2007) – известный американский психолог, специалист в области семейной психологии.

➤ *первая стадия* — жизнь одинокого молодого человека, или девушки финансово практически самостоятельных, живущих отдельно от своих родителей. Это очень важно для формирования самостоятельных, независимых от родителей взглядов на жизнь;

➤ *вторая стадия* начинается в момент встречи с будущим брачным партнером и возможным заключением брака - влюбленность, роман,



Пока все удачно! Фрагмент фильма «Знакомство с родителями»

возникновение идеи брака, длительных, стабильных отношений. Знакомство с родителями! Эта стадия часто заканчивается браком.

Происходит объединение влюбленных под одной крышей, начало ведения совместного хозяйства, общая жизнь (но не факт, что у молодых есть отдельное жилье и они вполне финансово обеспечены и отделены/отдалены от своих

родителей);

➤ *третья стадия* семейного цикла связана с рождением ребенка. Это кризисный период для всей системы! Необходимо заново *договариваться* о том, кто что делает и кто за что отвечает, у кого и какие роли в данной семье;

➤ *четвертая стадия* может обозначиться при появлении второго ребенка в семье. Она ничего нового, кроме возможной детской ревности (если разница между детьми менее 7 лет), в семью не вносит;

➤ *пятая стадия* связана со старением и болезнями прародителей. Семья переживает кризис. Старики становятся беспомощными и зависимыми от среднего поколения. Фактически они занимают позицию маленьких детей

в семье, сталкиваясь, однако, чаще с досадой и раздражением, чем с любовью. Это стадия очередного *пересмотра договора*, касающихся всех домочадцев;

➤ *шестая стадия* повторяет первую. Старики умерли, и перед нами семья со взрослыми детьми – все повторяется...

Таким образом, семья – растущая, развивающаяся, активная, изменяющаяся/неустойчивая живая система, требующая усилий всех ее членов для ее же сохранения, развития и укрепления. Жизнь семьи – это часто непримиримый компромисс и нелегкий труд, заключение соглашений, умение увидеть ситуацию целиком и посмотреть на нее со стороны, взвесить силы и возможности, разглядеть перспективы, привнести в нее плановость и умение разговаривать между членами семьи на интересующие темы. Мудрость, любовь, уважение и понимание – это то, что помогает семье развиваться и сохраняться на долгие годы в целостности, любви и гармонии.

Естественно, в психологическом смысле понятие «семья» шире, чем в юридическом и бытовом, поскольку включает в себя не только людей, связанных кровным родством, но и значимых близких для всех или некоторых членов семьи.

Значимые близкие – люди, не имеющие кровного родства с представителями данной семьи, но в силу своих эмоциональных отношений со всеми или отдельными членами данной семьи, влияющие на развитие и характер взаимоотношений внутри семьи.

Особенности функционирования [всей] семейной системы описываются такими понятиями, как **паттерны взаимодействия, циркулирование информации, стиль эмоциональной коммуникации, метакоммуникация.**

Подробнее:

- *паттерны взаимодействия* — устойчивые способы поведения членов семьи и постоянно повторяющиеся коммуникативные стереотипы, включающие в себя определенные послания (сообщения) или содержащие определенный смысл для членов семьи — например, постоянное выражение друг другу недовольства, ссоры, высмеивание, обиды, унижение, поддержка,

защита и т.д. Стереотипная последовательность паттернов взаимодействия в ряде случаев может приобретать циркулярную форму;

- *циркулирование информации* в семье отражает характер обмена информацией между членами семьи, обусловленный постоянным повторением определенных паттернов семейного взаимодействия. Передача той или иной информации может осуществляться следующим образом:

- в виде прямых и ясных посланий друг другу;
- в виде косвенных обращений и манипулятивных действий;
- в виде двойных посланий;
- с привлечением третьих лиц для передачи информации;

- *стиль эмоциональной коммуникации* определяется соотношением позитивных и негативных эмоций, критики и похвалы в адрес друг друга, наличием или отсутствием запрета на открытое выражение чувств. Стиль эмоционального общения в семье, когда доминируют негативные эмоции, постоянная критика, унижение, устрашение партнера, неверие в его способности и возможности, ведет к снижению самооценки и самоуважения, росту внутреннего напряжения, тревоги, агрессии и, как следствие, к невротическим и психосоматическим расстройствам<sup>42</sup>;

- *метакоммуникация* — важная характеристика семейного функционирования, с точки зрения развития как самой семейной системы, так и отдельных членов семьи. Данный термин описывает процессы совместного обсуждения и осмысления того, что происходит между членами семьи, то есть представляет собой комментарий или сообщение по поводу коммуникации. Она может быть вербальной и невербальной, и часто представляет собой сигналы, помогающие правильно понять контекст сообщения. Противоречивость сообщения на уровне его содержательной или смысловой части, или выражающаяся в несоответствии его вербальных и невербальных компонентов, приводит к парадоксу.

---

<sup>42</sup> Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов. - СПб.: Речь, 2006. – С.52-53.

Крайним вариантом парадоксальной коммуникации является «двойной зажим». «Двойной зажим» («двойная связь», «двойная ловушка», «двойное послание») может быть определен как ситуация, когда индивид на разных уровнях коммуникации получает два противоречивых сообщения от одного и того же лица, с которым он, как правило, находится в близких отношениях. При этом ни на одно из полученных сообщений у него нет возможности адекватно отреагировать. В то же время, он не в состоянии прервать взаимодействие в силу значимости отношений. Все это делает ситуацию безвыходной, так как реакция, адекватная одной части послания, будет вступать в конфликт с его другой частью. Помимо «двойной связи», признаками *дисфункциональности семейной метакоммуникации* являются ее *фрагментарность* или полная *сокрытость* (наличие «семейных секретов»). Так, например, может утаиваться информация от тяжелобольного члена семьи - при этом вся семья вовлекается в фальшивые тягостные коммуникации, которые еще больше увеличивают тревогу и депрессию у самого больного и у его близких<sup>43</sup>.

Говоря о дисфункциональности семьи, стоит упомянуть о так называемых семейных мифах (термин предложен А.Феррейрой<sup>44</sup>) и означающий *«определенные защитные механизмы, используемые для поддержания единства в дисфункциональных семьях»*<sup>45</sup>. Как синоним данного понятия могут применяться «верования», «убеждения», «семейное кредо», «наивная семейная психология» и другие.

Семейные мифы — социально-психологический феномен, представляющий собой искаженные, несоответствующие реальности представления членов семьи о себе, друг друге и о семье в целом. Внутри данной семьи они *согласованы* на подсознательном уровне, не подвергаются сомнению и позволяют каждому ее члену выстраивать собственную психологическую защиту с окружающими людьми и внутри семьи. Отсюда - семейный миф - своеобразный групповой защитный механизм, способствующий поддержанию целостности семейной системы. В его основе лежат неосознаваемые эмоции: вина, эмоциональное отвержение, страх перед ответственностью выступать в определенной семейной роли. Формула семейного мифа: «Мы — это ...». Он, как правило, всегда звучит очень мило и привлекательно: «Мы дружная семья», «Мы все равны», «Мы герои» Однако за таким звучанием чаще всего скрывается конкретная проблема. Проблемная сторона идеализируется и становится центром данного мифа. Члены семьи находятся внутри него, живут по его правилам и видят реальность только в категориях мифа. Иногда миф выполняет конкретные функции. Например, семейный миф «Мы — дружная семья» функционален в трудных или опасных условиях жизни; людям кажется, что они могут выжить только вместе, а в единстве — их сила. Миф становится дисфункциональным, когда уже не требуется такого объединения.

Семейный миф, как правило, формируется несколькими поколениями семьи. Серьезную роль в этом играют среда (та, в которой жил и воспитывался каждый член семьи, то есть в которой жили еще дедушки и бабушки, и та, в которой они находятся сейчас); то, кем были родители, прародители; какие ценности они прививали каждому; какой образ семьи получился в результате. Главные источники формирования образа

---

<sup>43</sup> Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. - М.: Независимая фирма "Класс», С.107.

<sup>44</sup> Антонио Феррейра (1923-1986) – известный американский психолог, семейный психотерапевт.

<sup>45</sup> Antonio J. Ferreira. Family Myth and Homeostasis. - Arch Gen Psychiatry. 1963. P. – 24.

семьи - совместная деятельность и внутрисемейное общение. В случае гармоничного развития семьи формируется адекватный образ «Мы» и создание семейных мифов не требуется. В случае возникновения дисфункции семьи и нарушений межличностной коммуникации между ее членами формируется неадекватный образ «Мы». Тогда для поддержания иллюзии существующего в семье мира и согласия и формируются семейные мифы. Они даже *необходимы*, особенно тогда, когда границы семьи находятся под угрозой.

В середине XX века в психологии появился термин «*семейный гомеостаз*». Семья действует таким образом, чтобы во взаимоотношениях поддерживалось *равновесие*. Члены семьи способствуют сохранению данного равновесия скрытыми и, достаточно часто, неосознаваемыми для себя способами. Это равновесие обнаруживается в повторяющихся, циклических, предсказуемых паттернах коммуникации в семье. Когда гомеостаз оказывается под угрозой вследствие стремления к изменению существующего положения вещей наиболее страдающим членом (в психотерапии и семейной терапии его обозначают «*выделенный пациент*») является тот, на кого заметно повлияли трудные отношения, но остальные члены семьи прилагают усилия к сохранению гомеостаза. Поведение *выделенного пациента* служит сообщением об искажении собственного развития в целях облегчения существующих трудностей.

Мы все больше убеждаемся, что брачные, семейные отношения - это не просто взаимоотношения двух людей, оказавших предпочтение друг другу, а **соединение двух семей в ситуации явного и скрытого взаимовлияния, в результате которого формируется, функционирует и развивается и сама эта система, и сложная сеть подсистем.**

Нам кажется, что сейчас будет уместно сказать о *синергии* в семейных отношениях.

Один из авторов этой концепции – Стивен Кови<sup>46</sup>.

---

<sup>46</sup> **Стивен Кови** (1932-2012) — американский консультант по вопросам руководства, управления жизнью, преподаватель и консультант по организационному управлению. Известен как лектор и автор книги «Семь навыков высокоэффективных людей», которая в августе 2011 была названа журналом «TIME» одной из 25 наиболее влиятельных книг по бизнесу.





С.Кови

Синергия представляет собой деятельность самого высокого порядка — подлинную проверку и проявление всех остальных навыков, соединенных вместе. Синергия означает, что целое больше суммы его частей. Что  $1+1 =$  как минимум 3. Это значит, что связь, существующая между частями целого, сама по себе является частью этого целого. И это не просто часть, а наиболее стимулирующая, объединяющая. Способ, которым мужчина и женщина дают жизнь новому человеку, является примером синергии. Суть синергии заключается в том, чтобы ценить различия — уважать их, наращивать сильные и компенсировать слабые стороны. Не только физические, но и социальные, эмоциональные, различия в менталитете и так далее. Если супруги будут объединять свои

желания, не оставаться по разные стороны проблемы, соединять усилия по их решению, вместе изучать, анализировать, работать над созданием альтернативы, способной эти потребности удовлетворить, их мир изменится, а семья, брак и любовь сохранятся.

В основе проблем в супружеских и семейных взаимоотношениях, как правило, часто лежат нарушения в иерархической системе. Иерархия существует в любой системе. Насколько она четко прописана, насколько ее признают все члены структуры, зависит, насколько будет успешным функционирование данной структуры. Существует три основных типа взаимоотношений (мы уже упоминали об этом в другом контексте, поэтому напомним):

- взаимоотношения *партнерские* («на равных»);
- *комплементарные* (дополняющие);
- *метакомплементарные* (когда главный притворяется, причем, часто не вполне осознанно, что главным является не он, а другой выступает в роли подчиненного на самом деле.

Собственно, можно предложить и такие варианты иерархии в семьях, или *поперечные коалиции*:

- один из родителей образует устойчивую коалицию с ребенком против другого, дистанцированного родителя - в этом случае ребенок имеет возможность не выполнять требования последнего, так как его всегда поддержит другой родитель. Типичный случай - мать образует коалицию с

ребенком, отец находится на расстоянии. Эта коалиция помогает матери (чувствующей себя слабой) справиться с отцом, совладать с низким уровнем самоуважения, низкой самооценкой, уменьшить тревогу и контролировать третью сторону;

- один родитель с ребенком создает коалицию против коалиции другого родителя с ребенком - так происходит, когда и между детьми имеются конфликты. Родители занимают сторону «своего» ребенка. Между супругами происходят конфликты по поводу детей;

- бабушка (дедушка) образует коалицию с ребенком против родителей. Часто встречающийся вариант в *разведенных* семьях, когда мать с ребенком живет в доме своей матери - коалиция бабушки и ребенка против воспитательных мер матери;

- один родитель объединяется с любимым ребенком против других детей, позволяя ему больше, чем другим детям и вызывая у них ревность;

- один из супругов объединяется со своими родителями против другого супруга;

- старшее поколение (бабушка и дедушка) объединяются с младшим против среднего поколения.

Такие вот **поперечные семейные коалиции**, естественно, вносят дисбаланс в семейные отношения.

Еще один из вариантов нарушения семейной иерархии - скрытые коалиции. В этом случае наличие коалиции между участниками может не признаваться членами семьи. Обычно она возникает на основе совместного секрета через идентификацию двух членов семьи и часто выражается в подкреплении симптоматического поведения.

Например, ребенок отказывается ходить в школу. Оба родителя согласны, что ему нужно учиться. Они вместе обсуждают эту проблему и планируют совместные действия. Отец отводит ребенка утром в школу, однако тот через полчаса сбегает домой. Мать, втайне сочувствуя ребенку и считая его чересчур робким, таким же, какой сама была в детстве, разрешает ему остаться дома, принимает всерьез его жалобы на головную боль, укладывает в постель и кормит чем-нибудь вкусным. Когда вечером приходит отец, она говорит ему, что не смогла справиться с ребенком, и просит его уговорить ребенка ходить в школу. Коалиция здесь является скрытой, так как мать внешне солидарна с отцом и

может даже поддерживать его требования. И если отец не будет выходить из себя и бить ребенка, то коалиция может так и остаться непроявленной.

А теперь о *перевернутой иерархии*.

Это понятие описывает ситуацию, когда по каким-либо причинам статус ребенка в семье становится выше, чем статус одного или обоих родителей. Например, отец с дочкой могут вести себя как супруги и относиться к матери и остальным детям как к младшим в семье. Еще случай: когда один из родителей заболевает и теряет трудоспособность, тогда ребенок выступает в роли родителя по отношению к больному и остальным детям, отодвинув в сторону собственные чувства и желания. Такая позиция ребенка известна как **парентификация**. Иногда благодаря симптоматическому поведению ребенок может приобрести чрезмерное влияние в семье и регулировать супружеские взаимоотношения.

Близко к только что означенному понятие чрезмерной *статусности*. Несбалансированность иерархии в детской подсистеме (отношения между детьми) может выглядеть как чрезмерная ее *иерархизированность*, когда кто-то из детей обретает особый статус, становясь, например, слишком ответственным за других детей и приобретая непосильные для него функции родителя.

Печально говорить и об *отсутствии* в семье иерархической структуры, например: мать, которая в ответе за каждую мелочь, происходящую с детьми, перегруженная их постоянными требованиями, и она не в силах из выполнить, делегировать свою власть, оставаясь в ответ буквально за все...<sup>47</sup>

Полагаем, что сейчас уместно будет уточнить вопрос о *функциональных и дисфункциональных* семьях (сами термины уже упоминались нами выше).

**Дисфункциональная семья** – это закрытая семейная система, в которой присутствуют жесткие правила поведения и закрепленные роли за каждым членом семьи, которые с течением времени не меняются, проблемы из семьи не выносятся и не решаются, посторонним людям тяжело попасть внутрь

---

<sup>47</sup> Черников А.В. Системная семейная терапия. - М., 2001.

такой системы. К дисфункциональным будут относиться семьи, в которых есть алкоголики, наркоманы, трудоголики, люди с другими зависимостями; отсутствует один из родителей; кто-то из членов семьи болен тяжелой болезнью; присутствует физическое или психологическое насилие. В такой семье существуют часто жесткие правила:

- ❖ нельзя обсуждать личные проблемы;
- ❖ нельзя открыто выражать свои чувства;
- ❖ невозможны прямые, честные коммуникации;
- ❖ запрещается играть, развлекаться;
- ❖ запрещается доверять другим людям и себе;
- ❖ нельзя быть эгоистичным;
- ❖ нельзя кому-то постороннему (друзьям, знакомым, психологам и т.д.) рассказывать о проблемах в семье;
- ❖ запрещается менять свою роль в семейной системе - нельзя из ребенка стать взрослым, из больного здоровым, из неудачника успешным и т.д.

При попытках нарушить семейные правила семейная система будет препятствовать этому всеми силами ...

**Функциональная семья** – открытая семейная система, в которой существуют гибкие правила взаимодействия друг с другом, при изменении внешних или внутренних условий, правила могут меняться, члены семьи тоже могут менять свои роли, и в эту семейную систему могут легко попасть другие люди.

Признаки функциональной семьи:

- ❖ личные проблемы признаются, обсуждаются и решаются;
- ❖ уважаются индивидуальные особенности каждого члена семьи;
- ❖ поощряется открытое выражение своих чувств и потребностей;
- ❖ любой член семьи может выбирать и менять свою роль в семейной системе;
- ❖ в семье есть место отдыху и развлечениям;

- ❖ конфликты разрешаются открыто;
- ❖ каждый член семьи имеет право на личную свободу, проявление и развитие своих способностей.

Основоположники системного подхода в психологии и семейной психотерапии рассматривают семью не просто как объединение индивидуальностей, связанных узами родства, а как *целостную систему, где никто не страдает в одиночку: семейные конфликты и кризисы оказывают деструктивное влияние на всех*. Поскольку семья – система, то не важно, какой из ее элементов изменяется - изменения в поведении любого из членов семьи влияют на нее и другие входящие в нее подсистемы (других членов семьи), испытывая еще и воздействие с их стороны.

Автор теории семейных систем М.Боуэн<sup>48</sup> утверждает, что члены семьи



М.Боуэн

не могут действовать независимо друг от друга, так как такое поведение приводит к внутрисемейной дисфункциональности.

Боуэн рассматривает все человеческие эмоции и поведение как продукт эволюции. Причем не индивидуальной, уникальной, а связанной со всеми

формами жизни. Он разработал восемь тесно связанных между собой концепций, среди которых концепции дифференцировки собственного Я, эмоциональных треугольников, семейных проекций и др. По мнению Боуэна, *механизм внутрисемейных отношений аналогичен механизму функционирования всех других живых систем*. Члены семьи должны научиться дифференцироваться в семейном общении, осмысливать имеющиеся у них способы взаимодействия в семье и осваивать более продуктивные. При этом семейному психологу предписывается не подходить к семье с готовыми рекомендациями, а вести совместный поиск -

<sup>48</sup> Мюррей Боуэн (1913-1990) – известный американский хирург, психиатр, психолог, психотерапевт.

он позволяет членам семьи освоить продуктивные способы выхода из проблемных ситуаций, развивает чувство субъектности и уверенности в своих силах, что [после ослабления негативной симптоматики] приводит к устойчивым переменам в жизни семьи<sup>49</sup>.

Эмоциональная система семьи, по Боуэну, может формировать два основных типа личности:

- ✓ обособленную, независимую, дифференцированную от семьи;
- ✓ подчиненную, зависимую, сплавленную с семьей.

Черты *хорошо дифференцированной* личности:

- личность ориентирована на цели. Человек может сформулировать свою систему ценностей, отличную от мнений семьи и окружающих. Ориентируясь на эту систему ценностей, он выдвигает цели, сообразуясь с доводами своего интеллекта и ориентируясь на свои потребности. Его поведение определяется этими выдвинутыми им самим целями;

- разделение между мышлением, чувствами и потребностями. Имеется в виду, что внутри себя человек способен очень четко отделять друг от друга следующие блоки: что я думаю, что в моем внутреннем опыте является результатом анализа с помощью разума; что я чувствую, чувственно воспринимаю (например, вижу); какая часть моего внутреннего опыта автоматически складывается в процессе восприятия, насколько она подчиняется тем или иным моим желаниям; чего я хочу, каковы мои истинные мотивы в данной ситуации.

Черты *недифференцированной* личности:

- личность ориентирована на отношения, а не на цели, то есть эмоционально менее зрелая. Эти люди в значительной степени зависят от того, поддержат ли окружающие их самоуважение. Их время и энергия тратятся на поиски поддержки во взаимоотношениях, а не на постановку и достижение собственных целей;

---

<sup>49</sup> Боуэн М. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика. – М.: Когито-Центр, 2008.

- отсутствует разделение между мышлением, чувствами и потребностями, что объясняет их ригидность (негибкость) в общении. В поведении они более склонны руководствоваться эмоциями, чем результатами осмысления ситуации. Они часто упускают из виду ту роль, которую играют их собственные интерпретации в возникновении того или иного чувства. Им кажется, что их субъективные переживания связаны с анализом действительного положения вещей (не разделяют между своим чувственным восприятием и мышлением). Выражением этого могут служить следующие фразы: «Я чувствую, что вы отвергаете меня», «Когда вы не соглашаетесь со мной, я чувствую себя отвергнутым».

По мнению М. Боуэна, процесс дифференциации, в основном, совпадает с процессом становления, созревания личности. На начальных этапах осознается отделение себя от других. На последующих - более четкое отделение друг от друга своих потребностей, чувств и мыслей, результатом чего становится способность осмысливать свои чувственные (сенсорные) процессы абстрагирование от интеллектуальных, интеллектуальные - абстрагировано от потребностей и т. д. В



некоторых семьях этот естественный процесс тормозится особенностями, правилами внутрисемейной жизни, типичными способами реагирования, которые удерживают личности в недифференцированном состоянии. Эти семьи называются слитными или недифференцированными семьями. Одним из правил жизни в такой семье является чувствительность к нюансам эмоциональных отношений, повышенная реактивность по отношению к ним. Каждый член такой семьи постоянно следит за настроением других членов семьи и отмечает про себя, какие чувства испытывают другие по отношению к нему. Другим правилом жизни в такой семье является частое требование

одинаковости. Различия между людьми отрицаются. Члены таких семей не умеют быть близкими с другими людьми и, в то же время, обладать достаточной автономией от их мнений, желаний, оценок. Иное мнение рассматривается как оскорбление другого, вызов сложившимся внутрисемейным отношениям, ценностям семьи. Отсюда неспособность членов подобных семей искренно обсуждать друг с другом те или иные вопросы, касающиеся взаимных отношений, большое количество правил, затрудняющих коммуникацию. Это приводит к тому, что зачастую информация, адресованная одному члену семьи, передается другому - двое обсуждают третьего. Это действие выполняет компенсаторную функцию, но тормозит развитие семьи и отдельных ее членов, так как никто не получает обратной связи и не знает своих ошибок. Вместо того, чтобы жить своей жизнью, люди тратят время на бесплодное обсуждение чужих жизней. В таких семьях существует множество семейных треугольников - все обсуждают друг друга, но за глаза. Компенсаторная роль третьего в таких треугольниках заключается в том, что ему передают информацию, адресованную другому лицу. Следующей особенностью жизни в такой семье является ригидность, самоценность, сакральность, несменяемость правил. Семейные правила носят прагматичный характер - если они уже не помогают семье решать какие-либо проблемы, препятствуют росту личности членов семьи, то их необходимо менять. Люди из таких семей склонны абсолютизировать правила, а выполнение их становится своего рода признаком лояльности по отношению к другим, невыполнение рассматривается как вызов межличностным отношениям, негативная реакция на другого, оскорбление другого. Это связано с тем, что семьи подобного рода рассматривают правила (как и вообще все аспекты жизни) через призму межличностных отношений, а не через призму полезности. Перечисленные выше правила и особенности внутрисемейной жизни внутри слитных семей создают игровой, искусственный, натянутый характер взаимоотношений в семье. Они препятствуют подлинной открытости, интимности. В этих семьях



возможна лишь иллюзия открытости, ибо члены семьи неспособны принять тех, кто совершенно отличен от них. Люди, выросшие в слитных семьях и не отделившиеся от них, имеют склонность создавать такие же семьи<sup>50</sup>.

Существует и еще один подход к структуре семьи - С. Минухина<sup>51</sup>.

В основе этого подхода лежат аксиомы:

- необходимо принимать в расчет всю семью. Каждый из членов семьи должен рассматриваться как ее подсистема;

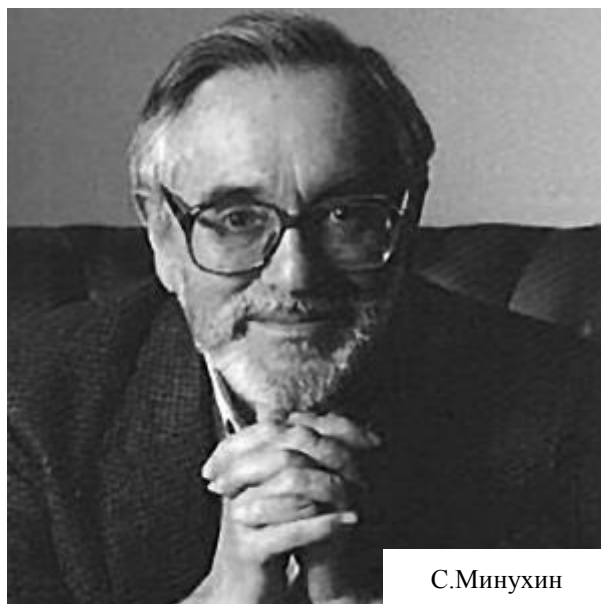
- терапия семьи изменяет ее структуру и приводит к изменению поведения каждого из членов семейной системы;

- работая с семьей, психолог присоединяется к ней - в результате возникает терапевтическая система, делающая возможными семейные изменения;

- семья предстает как дифференцированное целое, подсистемы которого – отдельные члены семьи или несколько ее членов. Каждая подсистема (родительская, супружеская, детская) имеет специфические функции и предъявляет к своим членам определенные требования. При этом для каждой подсистемы необходима определенная степень свободы и автономии. К примеру, для адаптации супругов друг к другу нужна определенная свобода от влияния детей и внесемейного окружения. Поэтому важное значение приобретает проблема границ между семейными подсистемами.

Минухин выделяет два типа нарушения границ:

- их спутанность, нечеткость, размытость;
- излишняя закрытость, приводящая к разобщенности членов семьи.



С.Минухин

<sup>50</sup> Боуэн М. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика. – М.: Когито-Центр, 2008. – С.47-98.

<sup>51</sup> Сальвадор Минухин (род.1921) – известный американский психотерапевт, детский психолог и психиатр.

Один из таких типов нарушения границ можно найти в любой неблагополучной семье. Так, выраженная размытость границ между матерью и ребенком приводит к отчуждению отца. В результате в семье начинают функционировать две автономные подсистемы: «мать-ребенок (дети)» и «отец». У детей в этом случае тормозится развитие компетентности в общении со сверстниками, а у родителей существует угроза развода. А вот у семей с разобщающими границами, наоборот, нарушена способность к формированию семейного Мы. Члены семьи настолько разобщены, что не могут удовлетворить в семье важнейшую из человеческих потребностей – в доверии, тепле и поддержке. Спутанная семья реагирует на любые изменения быстро и интенсивно, ее члены как бы заражают друг друга своим настроением. А в безучастной семье преобладает отчуждение, которое ребенок ощущает как холод, отсутствие любви и может охарактеризовать свою семью так: «У нас никому ни до кого нет дела»<sup>52</sup>.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 3**

1. Что такое система?
2. Каковы свойства живых систем?
3. Расскажите о роли коммуникаций и паттернов в семейной системе.
4. Что такое семейные мифы, как они складываются и какова их роль в жизни семьи?
5. Что такое *семейный гомеостаз*?
6. Дайте общее представление о синергии в семейных отношениях.
7. Что представляют собой функциональные и дисфункциональные семейные системы?
8. Подготовьте сообщения о концепциях М.Боуэна и С.Минухина.
9. Что представляют собой два типа личности, согласно взглядам М.Боуэна?

---

<sup>52</sup> Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. — М.: Независимая фирма "Класс", 1998. — С.101-200.

#### **Тема 4. Ролевая структура семьи**

**Ролевая структура семьи.**

**Социальные и гендерные стереотипы.**

**Проблема распределения власти в семье.**

**Авторитарный, демократичный и эгалитарный тип главенства. Симметричные и комплементарные отношения.**

**Пластичность и ригидность семейной структуры.**

**Манипуляции и управление в семье.**

Основными показателями или параметрами ролевой структуры семьи является характер главенства, определяющего систему отношений подчинения, власти, то есть вышеупомянутое иерархическое строение и распределение ролей [в соответствии с теми задачами, которые решает семья на данной стадии своего жизненного цикла]. Семья определенным образом функционирует, что бывает заметно внешне или скрыто от окружающих, но внутри семьи осознается практически всеми членами ее, достигшими того возраста, когда это можно понять... Руководство/управление и жизнедеятельность/функционирование, принятие решений, мера и степень участия в управлении и организации, сами отношения власти-доминирования и подчинения – вот она, ролевая структура семьи. И вот тут-то и начинается определение фактического участия каждого члена семьи в ее жизни и организации, индивидуации и обособления: характер распределения функций, и мера участия членов семьи в решении проблем являются основаниями для установления фактического главенства в семье. Но наряду с *фактическим главенством* существует и *формальное главенство*, главенство, приписываемое по определенным правилам. В случае расхождения возникают конфликты, направленные, в основном, на признание фактического руководства за кем-либо, или откровенная борьба за установление главенства одного из членов семьи. Традиционно формальное главенство приписывается мужу, а фактическое *персональное главенство* в равной степени *распределяется между мужем и женой*.

Именно выполнение семейных функций и удовлетворение потребностей всех членов семьи, в принципе, обеспечивает ее ролевая структура.

Роль - нормативно одобряемая модель поведения, ожидаемая от человека, занимающего определенную социальную позицию и позицию в межличностных отношениях. Содержание роли и ее выполнение регулируются нормами, выработанными и принятыми группой, то есть определенными правилами, которым необходимо подчиняться для реализации совместной деятельности группы. Существуют правила, предписания, касающиеся как принятия ролей, так и их исполнения. Имеют место также контроль за выполнением роли и санкции, как внешние, так и внутренние, направленные на восстановление баланса семейной деятельности за счет определенного воздействия на члена семьи, не выполняющего свою роль<sup>53</sup>.

Чтобы семья функционировала эффективно, ее ролевая структура должна отвечать следующим требованиям:

- непротиворечивость совокупности ролей, образующих целостную систему (и в отношении ролей, выполняемых одним человеком, и семьей в целом);

- выполнение ролей должно обеспечивать удовлетворение потребностей всех членов семьи;

- принятые роли должны соответствовать возможностям личности, не должно быть появления возможности *не справиться* со своей ролью.

Любопытно разобраться и в так называемых планах *межличностных* и *конвенциональных* ролей.

**Конвенциональные роли** детерминируются социокультурным окружением и достаточно строго регламентируются, регулируются правом, моралью, традициями, они стандартизированы, постоянны, формализованы. Конвенциональные роли могут быть классифицированы: в соответствии со статусом родственных отношений (что определяются историческими, культурными, этническими особенностями и часто варьируются); по функциональному принципу.

**Межличностные роли** индивидуализированы, определяются характером межличностных отношений в каждой конкретной семье, собирая в себе уникальный опыт семейного межличностного общения.

Ролевое поведение внутри семьи характеризуется степенью идентификации исполнителя со своей ролью - степенью принятия

---

<sup>53</sup> Андреева Г.М. Межличностное восприятие в группе. — М.: Изд-во МГУ, 1981. — С.57.

ответственности за выполнение роли, ролевой компетентностью, сформированностью мотивационного и операционно-технического компонентов ролевого поведения и конфликтностью роли, что, в свою очередь зависит от противоречивости различных поведенческих моделей<sup>54</sup>. И вот важно помнить о сильном влиянии фактора родительской семьи. Особенно это важно для нашей действительности, в которой распространены *двухпоколенные семьи*. И такое, часто не осознаваемое, воздействие может осуществляться как: а) *повторение (воспроизведение)* в собственной семье характера распределения семейных ролей и исполнение усвоенных ролей в той форме, в какой они исполнялись в родительской семье; б) отвержение семейного уклада родительской семьи<sup>55</sup>.

И еще - *сиблинговые отношения* в материнской семье. Модель отношений с братьями и сестрами, позиция в этих отношениях - все это очень легко и просто переносятся на собственного супруга и детей, определяют претензии на лидерство, отношение к вопросам власти, сотрудничества, кооперации, соревновательности. Можно, кстати, выделить варианты сочетания ролевых ожиданий в зависимости от сиблинговых позиций:

- *комплементарный брак* - взаимодополняющие сиблинговые позиции супругов - здесь наблюдается наиболее благоприятный вариант формирования ролевой структуры - взаимодополняющие ожидания, готовые стереотипы межличностных ролей и опыт их исполнения;

- *частично комплементарный брак* как частичное совпадение сиблинговых позиций супругов (например, позиции среднего и старшего ребенка) частично согласует ожидания супругов в отношении межличностного взаимодействия;

---

<sup>54</sup> **Карабанова О.А.** Психология семейных отношений: Учебное пособие. – М.: Издательство СИОКПП, 2001. – С. 89.

<sup>55</sup> Там же.

- *некомплементарный брак* как тождественность сиблинговых позиций супругов приводит к конкуренции в борьбе за присвоение одной и той же межличностной роли.

В принципе, жесткой зависимости здесь не существует, но определенное влияние есть. Тут можно еще сказать об этнокультурной составляющей - в разных культурах порядок рождения влияет на ролевое поведение по-разному. Принятие семейных ролей определяется еще и влиянием особенностей мотивационно-потребностной, ценностно-смысловой сферы членов семьи, личностных особенностей каждого. А вот выше мы говорили о дисфункциональных семьях, так добавим: еще одним показателем показателем дисфункциональности семейной системы служит появление *патологизирующих ролей*, которые позволяют системе сохранить свою стабильность - в их основе лежат защитные механизмы, обусловленные наличием личностных проблем каждого из членов семьи, и нарушением функционирования семьи в целом.

Патологизирующие роли оказывают психотравмирующее действие и на их исполнителя, и на остальных членов семьи, и на семью в целом. Они могут быть *индивидуальными* и *семейными*.

К *индивидуальным патологизирующим ролям* относят такие роли, как «семейный козел отпущения», «позор семьи», «любимчик», «тяжело и вечно больной» и др.

Причины и факторы появления и бытования *семейных патологизирующих ролей* лежат в области нарушений в системе «семья-социальное окружение».

**Гармонично развитая семья – это вполне адекватный образ «Мы», включающий определение супружеских отношений, согласованное ролевое**



Как вы думаете, это гармоничная семья?

**поведение и стиль жизни семьи. Источником формирования образа «Мы» является совместная деятельность и внутрисемейное общение.**

Возможно, культурная среда, социум, что нас окружает, вполне серьезно, хотя часто и скрытно провозглашает, что мужчины и женщины не похожи друг на друга и должны исполнять различные [социальные] роли. Мужчины и женщины – две половинки целого, противоположности...

Это истина? Мы так отличаемся друг от

Платон утверждал, что в начале времен мужчины и женщины были сотворены не такими, каковы они теперь - это было существо единое, но с двумя лицами, глядевшими в разные стороны. Одно туловище, одна шея, но четыре руки и четыре ноги и признаки



Согласно Платону...

обоих полов. Они словно срослись спинами.

Однако ревнивы греческие боги заметили, что благодаря четырем рукам это существо работает больше, а два лица, глядевшие в разные стороны, позволяют ему всегда быть настороже, так что врасплах его не застанешь, а на четырех ногах можно и долго стоять, и далеко уйти. Но самое опасное – будучи двуполым, оно ни в ком не нуждалось, чтобы производить себе подобных.

И Зевс, верховных олимпийский бог, сказал тогда: «Я

знаю, как поступить, чтобы смертные потеряли свою силу».

И ударом молнии рассек существо надвое, создав мужчину и женщину. Таким образом народонаселение земли увеличилось, но при этом ослабело и растерялось – отныне каждый должен был отыскивать свою потерянную половину и, соединяясь с ней, возвращать себе прежнюю силу, и способность избегать измены, и свойство работать долго, и шагать без усталости. И это соединение, когда два тела сливаются в одно, мы и называем сексом (!?).

Может быть, удивительно, но специалисты в области социальной психологии утверждают, что объяснение многих гендерных различий следует искать не в гормонах и хромосомах, а в социальных нормах, приписывающих нам различные типы поведения, аттитюды и интересы в соответствии с биологическим полом.

Наборы норм, содержащие обобщенную информацию о качествах, свойственных каждому из полов, называются половыми или гендерными ролями. Часть этих норм активно внедряется в сознание через телевидение и популярную литературу, другие приходят, когда мы

непосредственно испытываем одобрение/неодобрение со стороны общества, когда отклоняемся от ожидаемого окружающими поведения. Отсюда: гендерные стереотипы часто действуют как социальные нормы. Нормативное и информационное давление вынуждает нас подчиняться гендерным нормам, жить в рамках гендерных стереотипов, соответствовать гендерным ролям, чтобы получить социальное одобрение и избежать социального неодобрения/осуждения.

Об информационном давлении можно говорить тогда, когда мы начинаем считать гендерные нормы правильными, потому что находимся под влиянием социальной информации. Мы живем в той культуре, где мужчины обычно занимаются одними вещами, а женщины – другими, где гендерные отличия считаются природными – поэтому собственно, мы принимаем гендерные роли и следуем им. Подчинение гендерным нормам может наблюдаться и в поведении, и в системе верований как уступчивость, одобрение, интернализация, идентификация. Мы в различной степени подчиняемся традиционным гендерным ролям, причем, часто очень *полотипизированным*, особенно это проявляется у тех, у тех, кто имел опыт критического переживания гендерной социализации, когда отклонение от половой роли влекло за собой жестокие социальные последствия.

Мы уже в 3 года с уверенностью относим себя к мужскому или женскому полу, начинаем замечать, что мужчины и женщины ведут себя по-разному, занимаются разной деятельностью и интересуются разными вещами.

К 7 годам дети достигают гендерной константности, понимая, что гендер постоянен и изменить его невозможно. У ребенка появляется повышенное внимание к ролевым моделям, обладающим тем же полом, что и он сам, и обусловленное желанием быть самым лучшим мальчиком или девочкой.

Кстати, *стереотипные гендерные атрибуты* считаются «истинными» не только потому, что их воспринимают как внутренние



диспозиции, но и потому, что общество уже пришло к единодушному мнению об истинности этих стереотипов. Гендерные стереотипы приняты всеми членами общества, потому что, несмотря на некий возможный отказ от них, мы по-прежнему поступаем в соответствии с ними, видя, как делают это другие, в той жизни, в которой мужчинам и женщинам,



любом случае, отводятся неравные роли и статус. Результат? Понимание того, что мужчины и женщины обладают ярко выраженными и вполне четко определенными стереотипными чертами. Даже тогда, когда объективные факты идут в разрез с общепринятым мнением, мы считаем его правильным. А по поводу *мужественности* и *женственности*? Поскольку не существует объективного

критерия, который позволил бы определить, что такое на самом деле «*истинная фемининная личность*», то если все согласятся с тем, что женщины эмоциональны, несамостоятельны и заботливы, эмоциональность, несамостоятельность и заботливость станут признаками «*истинной фемининности*». В результате эти свойства становятся нормативными и ценными качествами женщин, поскольку их демонстрация одновременно определяет и подтверждает ту самую «*истинную фемининность*». Точно также общее для всех наблюдение, согласно которому должности начальников/руководителей всегда занимают мужчины, способствует созданию нормы, предписывающей, что начальниками должны быть мужчины... И, поскольку стереотипы становятся если не явными, то косвенными ценностями, мужчины и

женщины стараются *культивировать* в себе стереотипные черты. Только вот интересно: мужчины, так и женщины ведут себя на людях более стереотипно, чем без свидетелей. Проблема, создаваемая стереотипами, состоит в том, что они заставляют нас верить в стереотипные мнения даже тогда, когда стереотипные черты на самом деле не существуют. Согласно одной из теорий социальных ролей многие гендерные различия являются продуктами разных социальных ролей, которые *поддерживают* или *подавляют* в мужчинах и женщинах определенные варианты поведения. Возможно, гендерные стереотипы развились как механизм для поддержания полоролевой дифференциации. Определенные устоявшиеся принципы и верования начинают служить нормами поведения для взрослых и одновременно моделями для социализации детей. Заметим, что в определенных обстоятельствах, например, в условиях кризиса обостряется конфликт между социальными ролями и семейными стереотипами. Скажем так: отказ женщины от работы в пользу семьи или безработица существенно сокращают совокупный семейный доход. В то же время, высокая занятость женщин на производстве становится одним из основных факторов снижения рождаемости. Проблема? Как выжить и как сохранить семью? В семье у женщины своя сфера, заметим, главная - домашний труд. Домашнее хозяйство – составная часть быта, область социальной жизни, связанной с восстановлением жизненных функций человека, его работоспособности и творческой деятельности. Эта жизнедеятельность обеспечивается определенными формами и способами потребления и обслуживания, организацией и производством самих предметов потребления, и, конечно, конкретными формами социальных отношений. В настоящее время вся тяжесть процесса удовлетворения потребностей ложится на плечи семьи и, в первую очередь, женщины. Домашний труд обеспечивает производство предметов потребления или их доработку: приготовление пищи, ремонт одежды, обуви, белья и, кроме того, другой частью домашнего труда является оказание услуг внутри семьи. Следует

отметить, что домашнее хозяйство довольно часто организуется нерационально, что сопровождается негативными последствиями именно для женщин: отсутствием условий и времени для повышения своей квалификации, культурного уровня, образования и т.д. И еще: многие женщины, получившие профессиональное образование (а то и не одно!) и имеющие специальность, вынуждены заниматься лишь домашним хозяйством, устранившись от общественного производства, от активной общественной жизни. Следовательно, затраты государства на образование остаются не восполненными. Но нельзя отрицать и положительную сторону ведения домашнего хозяйства в семье: ведь все это имеет определенную моральную ценность, хотя, как известно, женщины выполняют эту функцию без особого внутреннего призвания и желания и даже с большой охотой участвуют в производственной и общественной деятельности (даже в том случае, когда материально обеспечены). В настоящее время распределение домашних обязанностей на гендерной основе является симптомом продолжающегося гендерного неравенства и гендерно-ролевой социализации. А дети? Традиционное распределение домашних обязанностей приводит к тому, что у детей появляются гендерные стереотипы - они овладевают разными навыками, основанными на их гендерной принадлежности. Когда дети видят женщин и мужчин исполняющими разные роли, они начинают думать, что мужчины и женщины обладают разными качествами, которые позволяют им лучше приспособиться именно к этим разным ролям. Затем гендерные стереотипы уже действуют в качестве социальных норм - дети начинают полагать, что мужчины и женщины *должны* исполнять различные роли и обладать различными психологическими качествами. В результате дети стремятся овладеть различными навыками, зависящими от их гендера, и, как следствие, могут оказаться плохо подготовленными к многообразным ролям, которые им, возможно, придется исполнять в дальнейшем.

Кстати, одна из причин, по которой просто необходимо менять традиционное разделение домашнего труда в том, что конфликты по поводу выполнения домашних обязанностей и ухода за детьми нередко являются основным источником напряжения в отношениях между супругами. Можно по-разному объяснять, почему мужчины и женщины [на словах] выступают за более равное разделение труда, однако придерживаются традиционного распределения обязанностей в своей жизни. Вероятно, уменьшить несправедливость в распределении домашних обязанностей можно, уменьшив разницу в заработной плате мужчин и женщин, а снижение стандартов и требований самих женщин, полная ясность в требованиях, а научение родителями своих маленьких детей (сыновей!) выполнению домашних - разве это не реальные пути решения указанных проблем?

Вот он и назрел снова, этот важный вопрос: характер и распределение семейных обязанностей! Первичная ролевая адаптация обязательно включает согласование представлений о характере и распределении семейных обязанностей. Исследователи выделяют три основных вида супружеских ролей: *традиционные, товарищеские и партнерские.*

❖ *Традиционные со стороны жены роли предполагают:*

- рождение и воспитание детей;
- создание и поддержание дома;
- обслуживание семьи;
- преданное подчинение собственных интересов интересам мужа;
- приспособленность/приспособляемость к зависимости;
- терпимость к ограничению сферы деятельности;

❖ *Со стороны мужа:*

- преданность матери своих детей;
- экономическая безопасность и защита семьи;
- поддержание семейной власти и контроля;
- принятие основных решений;

- эмоциональная благодарность жене за принятие приспособленности к зависимости;

- обеспечение алиментов при разводе.

❖ *Товарищеские роли требуют от жены:*

- сохранения внешней привлекательности;

- обеспечения моральной поддержки и сексуального удовлетворения мужа;

- поддержания полезных для мужа социальных контактов;

- живого и интересного духовного общения с мужем и гостями;

- обеспечение разнообразия жизни и устранения скуки.

❖ *От мужа:*

- восхищения женой;

- рыцарского отношения к ней;

- ответной романтической любви и нежности;

- обеспечения средств для нарядов, развлечений, социальных контактов;

- проведения досуга с женой.

❖ *Роли партнеров требуют и от мужа, и от жены:*

- экономического вклада в семью в соответствии с заработком;

- общей ответственности за детей;

- участия в домашней работе;

- распределение правовой ответственности.

❖ *Кроме общего, от жены еще требуется:*

- готовность отказа от рыцарства супруга (так как супруги равны);

- равной ответственности за поддержание статуса семьи, в случае развода и отсутствия детей – отказ от материальной помощи.

❖ *И от мужа:*

- принятие равного статуса жены и согласия с ее равным участием в принятии любых решений.

Мужчина - глава семьи. Такое утверждение во многих современных браках потеряло актуальность [к сожалению, к счастью?] Сегодняшние женщины в большинстве случаев работают, становятся финансово не зависимыми от мужей, при этом продолжают вести хозяйство и воспитывать детей. Взяв на себя эти функции, некоторые женщины претендуют на лидерство в семье, желая принимать решения единолично.

Конечно, мужчину такое положение, как правило, не устраивает, и он старается отвоевать свой статус *кормильца*. Насколько борьба за главенство в семье будет яростной и открытой зависит от характеров супругов, их культуры общения и статуса в семье.

Идеальным браком можно считать *равное положение супругов с высокой культурой общения*. Быть лидером не значит морально подавлять партнера и самоутверждаться за его счет, а брать на себя ответственность за членов семьи, принимать решения и идти на компромиссы. При возникновении спорных вопросов супруги вполне могут договориться и согласиться благодаря этике и способности к анализу ситуации. Уступки в равной степени - это показатель лидерских черт, присущих сильным личностям, способных принять свою неправоту в некоторых вопросах. Поэтому, когда в семье все разногласия решаются посредством обсуждения и на уступки идет каждый из супругов в равной степени, можно сказать что партнеры находятся в равных условиях и явного лидера в семье нет.

Другая модель взаимоотношений распространена в современных браках, когда женщина старается захватить место лидера в семье, причем, делает это открыто. Зарабатывая наравне с мужем или даже больше, воспитывая детей и ведя домашний быт, женщина начинает подавлять партнера, *захватывая* его область семейных обязанностей. В свою очередь, сильный мужчина противостоит натиску – вот вам и конфликтогенные ситуации, порой неразрешимые. Семья, где каждый из супругов считает себя лидером и при этом не способны договориться между собой - поле битвы, *перетягивание одеяла на себя*. В такой семье, кстати, не обязательно женщина превосходит

мужа в финансовом плане - главным мотивом борьбы за ведущую позицию может стать ребенок. В подавляющем большинстве союзов все вопросы, связанные с воспитанием детей, решает женщина, а поскольку ребенок является смыслом брака, как продолжение рода, жена берет на себя ведущую роль, исполняя тем самым важнейшую миссию.

Вероятно, многим знакомы понятия *официальный лидер* и *формальный*. Официальный лидер, как правило, мужчина, так уж сложилось исторически, но на деле он далеко не всегда является ведущим партнером в семье. Искусство лидерства заключается в умении дать иллюзию превосходства другому, в то время, как неформальный лидер остается в тени, имея большую силу и авторитет. Такую роль неформального лидера исполняют, в основном женщины, дающие мужчине ощущение *ведущего*, а на самом деле он является *ведомым*.

**Но! Какой бы статус в семье не имели партнеры, какие бы не случались причины ссор, важно уметь слушать и слышать, и работать над отношениями для достижения общей цели - счастливого брака.** В гармоничной семье каждый из супругов доволен своим положением, своей ролью, а значит и совместная жизнь в радость.

Относительно (исторически) недавно - 50-100 лет назад весь груз материального обеспечения семьи лежал на плечах мужчины-кормильца. Сегодня такое о себе могут сказать едва ли 20% представителей сильного пола... Поэтому и женщинам приходится брать на себя часть ответственности за материальное благополучие семьи. Вопрос только в том, какую часть материальных забот вынуждена взять на себя женщина, у которой и без того множество так называемых женских домашних обязанностей?



Неудовлетворенность в сфере семейных прав и обязанностей незримыми нитями определяется и самыми интимными сторонами жизни супругов. *Сексуальная неудовлетворенность* связана с удвоенной ролевой неудовлетворенностью. Что здесь причина, а что следствие, пока не совсем ясно, но зависимость между этими двумя факторами настолько сильная, что не заметить ее было бы трудно.

Выясняется, что еще одной из самых главных причин [субъективного ряда] следует назвать *игнорирование супругами мнения друг друга*. Причем, главный упрек в этом придется адресовать мужчинам. Супруги из более или менее благоприятных браков учитывают мнение друг друга чаще, чем члены *болезненных* супружеских союзов. Но известно, что больше всего способствует более внимательному и уважительному отношению к мнению супруга хороший секс. Благоприятная интимная жизнь сочетается с многократным повышением внимания к точке зрения супруга. Что тут первично, а что вторично? Зафиксируем лишь сам факт...

В зависимости от особенностей распределения ролей, главенства и характера взаимодействия выделяют традиционную, авторитарную, эгалитарную, демократическую семьи.

Резюмируя данный разговор, уточним и напомним классификацию семей в зависимости от их ролевой сущности:

- *традиционная авторитарная семья* - она характеризуется единоличным главенством супруга авторитарного типа и традиционным распределением семейных ролей с четкой дифференциацией ролей мужских и женских. Авторитарная семья может быть как патриархального типа (единоличное главенство принадлежит мужу), так и матриархального (главой семьи является жена);

- *эгалитарная семья* (равноправная, эквивалентная) - семья без главенства и четкого распределения ролей и обязанностей, с аморфной, неоформленной ролевой структурой. Как правило, эгалитарная семья - это молодые супруги без детей. Рождение детей уже потребует от супругов



структурирования позиций и распределения ролей, поэтому на смену эгалитарному типу приходит традиционный или демократический;

- *демократическая* (партнерская) семья - такая семья характеризуется равноправием супругов, совместным главенством с разделением функций, гибкостью в распределении ролей и обязанностей и готовностью к изменению ролевой структуры на основе учета интересов каждого из партнеров и семьи в целом.

Видимо, здесь следует ввести понятие «гибкость» как *способность семейной системы адаптироваться к изменениям внешней и внутрисемейной ситуации*. Для эффективного функционирования семья нуждается в оптимальном сочетании внутрисемейных изменений со способностью сохранять свои характеристики стабильными. В системной модели семейного функционирования способность семьи гибко реагировать и приспосабливаться к меняющимся условиям иногда обозначают хорошим и многозначным термином «компетентность». А.В.Черников, известный отечественный психолог, психотерапевт, предлагает использовать четырехуровневую модель гибкости семейных отношений:

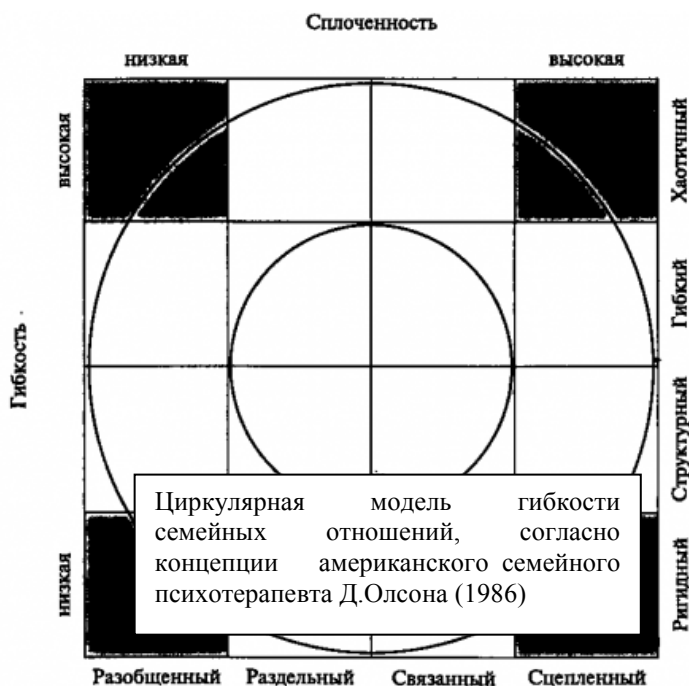
- ✓ *ригидный;*
- ✓ *структурированный;*
- ✓ *гибкий;*
- ✓ *хаотичный.*

**Ригидный (очень низкий).** Семейная система называется ригидной, если она характеризуется низкой способностью адаптироваться к изменяющимся условиям жизни, в силу чего перестает адекватно выполнять задачи, возникающие перед ней в связи с прохождением стадий жизненного цикла - семья оказывается не способной изменяться и приспосабливаться к новой для нее ситуации. Появляется тенденция к ограничению переговоров, большинство решений навязывается наиболее статусным членом семьи. Часто семья становится наиболее ригидной в период рождения и ухода за маленьким ребенком. В это время в супружеской паре наблюдается усиление

значения полоролевых стереотипов в межличностных отношениях, что выражается в жесткой полоролевой дифференциации. Строгое распределение функций служит неким способом достичь определенного уровня гомеостаза семейной системы.

**Структурированный (между низким и умеренным).** При соответствии параметра гибкости структурированному уровню в семейной системе существует некоторая степень пластичности - члены семьи способны обсуждать общие проблемы и учитывать мнение детей. Роли и внутрисемейные правила стабильны, однако существует возможность их обсуждения/изменения/приспосабливания.

**Гибкий (умеренный).** Гибкому типу семейной системы характерен демократический стиль семейного руководства, открытые переговоры, способность менять семейные роли по мере необходимости - правила могут корректироваться в соответствии с изменением возраста или с появлением



новых членов семьи. Иногда такой семье может и не хватать руководства, основанного на принятии каким-либо членом семьи ответственности за изменения, но это не приводит к потере стабильности системы.

**Хаотичный (очень высокий).** Система в хаотичном состоянии имеет неустойчивое или ограниченное руководство. Решения, принимающиеся в

семье, часто являются импульсивными и непродуманными. Роли не до конца ясны и часто смещаются от одного супруга к другому<sup>56</sup>.

<sup>56</sup> Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. - М.: Независимая фирма "Класс", 2001. - С.132.

Мы говорили об иерархиях и структуре, ролях и функциях семьи, отношениях супругов и детей – но не пришла ли, наконец, пора рассмотреть все эти взаимоотношения с другой точки зрения: а что если часть этих взаимоотношений построено на манипуляции?

Понятно, что любое общение – это, одновременно, а, может быть, и прежде всего - управление. Наши взаимодействия с людьми основаны на том, что мы всегда хотим чего-то друг от друга и управляем друг другом для достижения цели. То же происходит и в семье - к сожалению, далеко не всегда желания самых близких людей совпадают, и когда не получается договориться или попросить, мы начинаем тем или иным способом воздействовать друг на друга.

*Управление* – это неизбежность, оно присутствует в нашей жизни всегда, но если причиняет боль, превращается в хитрую манипуляцию, то может стать и причиной разрушения семьи. Вот несколько видов манипулятивного воздействия в семье, возникающих, когда у человека нет достаточной уверенности в себе для того, чтобы напрямую заявить о своих желаниях:

- *манипуляция любовью*: «Если ты будешь так делать, я не буду любить тебя». Это один из самых жестоких видов манипуляций, поскольку воздействует на страх потери любви. Как правило, дети, к которым применялось подобное воздействие, уверены, что никто не сможет полюбить их такими, как они есть. Если родители хотят воспитать ребенка уверенным в себе, подобные манипуляции недопустимы. А муж или жена? Как они прореагируют на такое манипулирование? Стоит задуматься...

- *воздействие на неуверенность в себе*. Человек/супруг/супруга показывает, что его партнер не способен сделать ничего без помощи. Цель такого воздействия – продемонстрировать свою власть и исключительность. Если такая манипуляция имеет место, она становится одной из причин конфликтов в семье. Один из супругов вынужден терпеть подобное обращение до тех пор, пока не произойдет эмоциональный выброс, который может привести к разрушению отношений;

- *воздействие на чувство вины* - один из самых распространенных способов манипулирования в семье, особенно часто им пользуются женщины. Задача – сделать человека управляемым, поскольку он же виноват! Женщина может тащить тяжелые сумки, а потом молчать с каменным лицом, показывая, как сильно ее супруг провинился перед ней. Если один из супругов постоянно делает другого виноватым, между ними возникает напряжение, и вместе разрешить семейные ссоры уже не получается. В результате жизнь превращается в настоящий ад...

- *давление на жалость* - этот вид манипулирования также широко распространен. Его применяют не только женщины, но и мужчины. Совсем не обязательно прямо говорить о своих страданиях. Иногда бывает достаточно жалко выглядеть или понуро молчать, чтобы партнер испытал чувство жалости и сделал то, что хочет его половинка.

Итак, манипулирование - управление человеком, которое осуществляется с учетом целей только манипулятора, при полном игнорировании целей другого человека.



Перетягивание каната – любимая семейная забава...

Манипулирующий проявляет жестокость, во что бы то ни стало, заставляя другого человека полностью подчиниться своей воле. Как правило, манипулирующий находит слабое место у своего партнера и *играет* именно на этой слабости.

Муж - властный и директивный, жена - мягкая и податливая. Муж во всем старался контролировать свою жену: расспрашивал ее о том, что она делала в течение дня, требовал отчета о тратах денег, даже самых минимальных, выдавая ей на расходы небольшую сумму. Каждый раз, когда возникала ситуация, в которой жена проявляла небольшую свободу (покупала то, что ей нравится, разговаривала с подругами по телефону и т.п.), муж находил тот или иной недостаток в ее поведении и угрожал ей разводом. Неоднократно он демонстративно собирал свои вещи у нее на глазах и уезжал к матери. Испытывая отчаянный страх одиночества, она просила его вернуться, обещая в дальнейшем делать все так, как он захочет. За много лет совместной жизни он уезжал в течение года по два-три раза, отключая телефон и дожидаясь, когда она приедет

упрашивать его вернуться. **В данном примере муж манипулировал своей женой, используя ее боязнь остаться одинокой.**

Манипулятор характеризуется эгоистичным характером, стремлением к власти в личных отношениях и неспособностью по-настоящему любить и сострадать. Подчиняющийся, напротив, обладает мягкостью характера, чувствительностью, эмоциональной зависимостью. Подчиняющийся не может сопротивляться воле манипулятора и отстаивать свое человеческое достоинство. Страдая в такой подчиненной позиции, он не способен проявить характер и защитить самого себя. Довольно часто манипулирующий доводит своего партнера до состояния отчаяния, когда последний просит прощения за проступки, которые реально не совершал. В своей практике я встречала случаи, когда подчиняющийся пытался покончить жизнь самоубийством. **Жестокость манипулирующего и слабость подчиняющегося - вот схема ситуации манипулирования, которая реализуется в семейных отношениях.**

Жена стремилась полностью подчинить себе своего мужа. Если не выполнялся ее каприз, она всякий раз угрожала разводом. Забирала с собой сына и уезжала к матери или подруге. Муж вынужден был просить ее вернуться, поскольку очень любил сына и боялся разрыва. Жена возвращалась только при условии, если муж попросит прощения, причем, каждый раз она придумывала все новые и новые его *прегрешения*: не купил ей украшение, которое она просила, не проявил к ней внимание, когда она этого ждала. Каждый раз муж шел на уступки, и со временем отъезды жены превратились в способ получить от него какую-либо дорогую вещь в подарок.



Комментарии излишни

Может показаться, что манипулирующий человек обладает силой и уверенностью в себе. Однако это не так. Чаще всего он сам [в родительской семье] был объектом манипулирования со стороны взрослых и, по существу, не имеет опыта истинных человеческих отношений, основанных на любви и доверии. Манипулирующий не проявляет гуманности в отношениях с

близким человеком - часто он сознательно доставляет боль и страдание своему партнеру, добиваясь власти любой ценой.

Мы рассмотрели лишь некоторые из часто применяемых в семье манипулятивных приемов (мы сознательно не стали говорить, например, о *манипулировании сексом...*). Чем же отличается манипуляция от *конструктивного управления*? Все довольно просто. Манипулятор всегда воздействует на душевную боль человека. Если партнер не выполнит то, что от него хочет манипулятор, ему будет неприятно и больно. То есть манипуляция - это «махинация», с помощью которой человек пытается «прибрать к рукам» партнера по общению, получить власть над ним. Конструктивное управление направлено на решение совместных задач и не разрушает, а сохраняет и усиливает личность другого человека. Управление всегда учитывает интересы другого и помогает человеку раскрыть его лучшие качества.

Может быть, стоит определить некоторые законы или хотя бы принципы грамотного, позитивного, недирективного управления в семье?

То, как ведут себя члены семьи внутри нее, в психологическом плане определяется, как их отношение к ней. Это, вероятно, самое персонифицированное отношение из всех возможных, так как переносится на очень близких человеку людей – членов его семьи – супруга, супруги, детей, родителей. От них, и, в первую очередь, от неформального главы семейства, зависит то, как им живется в семье. Поведение человека в семье зависит от того, как ведут себя по отношению к нему другие члены семьи и, в первую очередь, те, кого он считает в ней главным, точнее, самым важным для себя человеком. Так, если ребенок главным и самым важным для себя человеком считает мать, то требования отца, от которого, вообще-то, во многом зависит само существование семьи как таковой, хоть и будут каким-то образом воздействовать на него, но, все равно останутся вторичными. Свое поведение, скорее всего, ребенок будет строить, исходя из ценностей, представлений и поведения матери, а не отца. Соответственно, если один из

членов, в данном случае, отец, считает себя главным, «самым ценным членом экипажа», то он, скорее всего, будет уверен, что поведение остальных членов семьи должно отталкиваться от его ценностей, представлений о жизни, потребностей, желаний и занимаемых позиций. Если этого не происходит и, например, ребенок не подчиняется ему, формируется конфликтная ситуация, когда кому-то из членов семьи придется уступить, поддаться требованиям другого или других (хотя бы и временно), или вступить в настолько острое противостояние, что продолжение его жизни в семье буквально становится невозможным. В семье, как в любой малой группе, где многое строится на межличностных и эмоциональных отношениях, может случиться и такая ситуация, что поведение более сильных членов семьи, отношение их друг к другу может зависеть от ситуации, в которой находится самый слабый и беспомощный член семьи, например, больной ребенок или родитель. И тогда семья предпринимает какие-то серьезные шаги, скажем, резко меняет место проживания и работу ради спасения или заботы о том, кто в физическом и материальном плане целиком и полностью зависит от них.

Теперь, кстати, можно попробовать сформулировать важнейший закон управляемости современной семьей, где нет и не может быть формального лидера, «начальника семьи»: ***как член семейства относится к остальным членам семьи, так и все остальные члены семьи относятся к нему.*** Если супруг искренно интересуется делами своего партнера, тем, чем и как занимаются его дети, то, скорее всего, он получит от них соответствующую положительную обратную связь - его хорошее отношение к себе близкие обязательно заметят. Если же ему *наплевать на них*, а интерес, если и демонстрируется, то лишь формальный, то и отношение к нему, по крайней мере, со временем, станет/будет точно таким же.

Безусловно, очень многое в семейных отношениях и в поведении ее членов зависит от неформального семейного лидера, даже еще и шире – от проявлений *феномена лидерства* в семье. Может быть, тогда попробуем определить и следствия из вышеназванного закона? Итак:

- как члены семьи относятся к члену семейства, так и он относится к ним;

- отношения членов семьи и их поведение строятся относительно смыслов, целей, ценностей, представлений и занимаемых позиций неформального лидера семьи на данном этапе ее развития.

В целом ряде случаев особенности поведения членов семьи и их отношение к ней может определяться не персонифицированной фигурой неформального лидера, а *персонифицированными решениями семейного совета*. Совет семьи как демократичный орган «постановил», а затем его представители, получившие *право* на осуществление тех или иных действий, контролируют поведение остальных членов семьи.

Отношение членов семьи друг к другу могут носить *ценностный* и *инструментальный* характер.



Так хочется полного семейного согласия!

Ценностное отношение членов семьи друг к другу, естественно, должно преобладать. Более того, оно находится изначально в их ожиданиях и требованиях друг к другу. В этом нетрудно убедиться, познакомившись поближе, например, с отношениями молодых супругов - каждый из них, в

принципе, хочет, чтобы его любили просто так, ни за что - ни за красоту, ни за материальный достаток, ни за статус, а просто за то, что он/она есть, существует на этом свете и уже одним фактом своего существования представляет абсолютную ценность. Ребенок, осознает он это или нет, тоже хочет, чтобы родители, бабушки и дедушки, братья и сестры, принимали его таким, каким есть. В то же время, по отношению к другим у члена семьи может быть просто *по умолчанию* как раз не ценностное, а инструментальное отношение, не всегда, кстати, четко осознаваемое. Например, девушка искренне полагает, что она выходит замуж за любимого человека, а



окружающие, наблюдающие со стороны, видят, что ее интересует перспективный карьерист, способный обеспечить материальное положение в будущем, смену статуса на более выгодный, крепкое здоровье избранника и т.п. Кто же здесь прав?

Парадокс «ценностное отношение – инструментальное отношение» может создавать [и создает] некую психологическую дистанцию между членами семьи – «я и он (она)», «мы и они», «родители и дети», «младшие и старшие» и т.п. Одним кажется (например, бабушкам и дедушкам), что они принимают других, такими как есть, а те, наоборот, ищут в них какую-то выгоду, и наоборот. В этом противопоставлении, которое не трудно будет отыскать в жизни любой семьи, часто кроется важнейший морально-психологический смысл ее управляемости. И не следующий ли это закон?

***- не относясь к членам семьи как к абсолютной ценности, трудно воздействовать на их, добиться приемлемого отношения и поведения.***

Но ведь этого трудно добиться, не удовлетворяя инструментальные потребности. Например, муж осознает, что жена хочет, чтобы он обеспечил материальный достаток в семье и, в принципе, признает это требование, которое является инструментальным. И если при этом ему не демонстрируется ценностное отношение, абсолютное, безоценочное принятие, это реально будет воздействовать на его внутреннюю психологическую жизнь, а впоследствии, скорее всего, и на отношения между супругами, негативно скажется на поведении в семье: «*Я нужен только для заработка?*» То же самое и женщине, контролирующей домашнее хозяйство: вряд ли ей хочется быть только вечной посудомойкой и домработницей...

Нормальное функциональное взаимодействие родителей и детей, как мы прекрасно понимаем, благоприятно для развития каждого из членов семьи. С психологической точки зрения, брак обеспечивает безопасность, облегчает жизнь партнеров посредством удовлетворения сексуальных потребностей, удовлетворения от рождения и воспитания детей, от

интересов, способствующих общему развитию. В случае дисфункциональных отношений, не удовлетворяющих супругов, *связь прерывается*. Тогда случается, что ребенок (если он есть) может принять *огонь на себя* - может уйти из семьи в мир фантазий, может надолго заболеть, станет плохо учиться, уходить в себя, сохраняя тем самым определенный баланс и как бы препятствуя/сопротивляясь распаду семьи.

#### **Вопросы и задания по материалам Темы 4**

1. Дайте общее представление о ролевой структуре семьи.
2. Каким образом она складывается?
3. Что такое конвенциональные роли и межличностные роли?
4. Как вы понимаете *традиционные, товарищеские и партнерские* роли и взаимоотношения в семье?
5. Что такое гендерные стереотипы?
6. Какой вы представляете гармоничную семью?
7. Что представляет собой четырехуровневая модель семейных отношений?
8. Подготовьте сообщения о манипулировании в семье.
9. Что такое *ценностный и инструментальный* характер отношений в семье?
10. Что, по-вашему, может представлять собой *функциональное взаимодействие родителей и детей*?

## **Тема 5. Психосоматика и семейные отношения**

**Влияние семейных конфликтов на психосоматические расстройства.**

**Социальная фобия.**

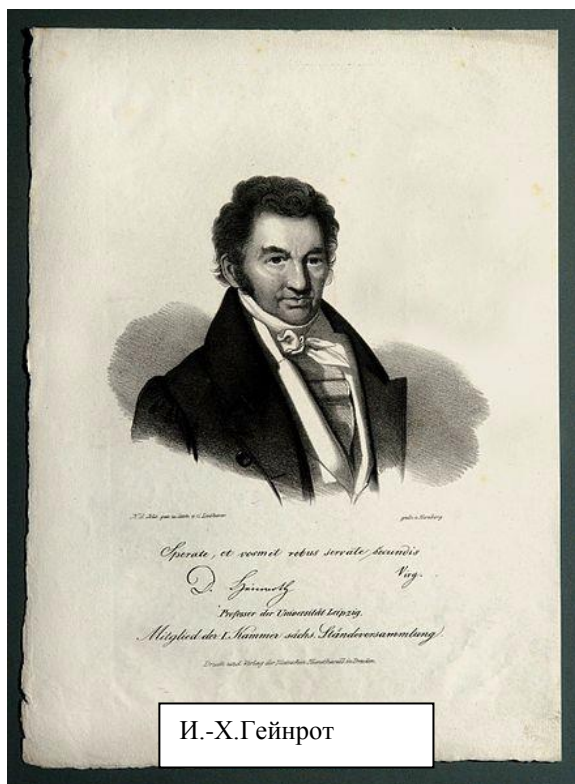
**Нарушения пищевого поведения.**

**Аддикции отношений.**

*Психосоматика* - направление в медицине (*психосоматическая медицина*) и психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение и течение соматических (телесных) заболеваний. В рамках психосоматики исследуются связи между характеристиками личности (конституциональные особенности, черты характера и личности, стили поведения, типы эмоциональных конфликтов) и тем или иным соматическим заболеванием. Сегодня довольно популярно мнение (в том числе, и в альтернативной медицине), что *все болезни человека возникают по причине психологических несоответствий и расстройств, возникающих в душе, в подсознании, в мыслях человека*. Изучение продолжается... Наиболее изучены психологические факторы следующих заболеваний и симптомов: бронхиальная астма, синдром раздраженной толстой кишки, эссенциальная артериальная гипертензия, головная боль напряжения, головокружения, вегетативные расстройства типа панических атак (часто называемые «вегетососудистой дистонией»).

Соматические заболевания, обусловленные *психогенными факторами*, называют «*психосоматическими расстройствами*». Впрочем, в медицине человека исследуется и обратное явление - влияние соматических болезней на психику.

Итак, психосоматические заболевания - это заболевания, причинами которых являются [в значительной мере] психические процессы больного, причем, видимо, таких причин больше, чем каких-либо физиологических. Если медицинское обследование не может обнаружить физическую или органическую причину заболевания, если заболевание является результатом таких эмоциональных состояний как гнев, тревога, депрессия, чувство вины, тогда болезнь может быть классифицирована как психосоматическая.



И.-Х.Гейнрот

Кстати, в далеко прошлом, в античной философии и медицине была достаточно распространенной мысль о влиянии души и духа на тело. Одним из первых термин «психосоматический» (в 1818 году) использовал врач Иоганн-Христиан Гейнрот (Хейнрот)<sup>57</sup>. А в 1822 году К.Якоби<sup>58</sup> дополнил эту область понятием «соматопсихический». В 20-50-х годах XX века психосоматическая медицина развивается довольно бурно. В 1939 году в США началось издание журнала «Психосоматическая

медицина». В 1950 году было создано Американское психосоматическое общество. Зигмунд Фрейд тоже исследовал психосоматические заболевания, что помогло сформировать концепцию о вытеснении. Многие известные заболевания были ранее классифицированы как «истерические», затем как «психосоматические», например, бронхиальная астма, аллергии, мнимая беременность и мигрени. По поводу некоторых заболеваний и сейчас ведутся споры - химическая чувствительность, синдром хронической усталости и пр. Некоторые исследователи полагают, что *стигматы*<sup>59</sup> тоже психосоматическое заболевание, основанное на отождествлении себя с Христом, испытывающими мучения при распятии...

<sup>57</sup> Иоганн Христиан Август Гейнрот (Хайнрот, 1773-1843) — немецкий врач, педагог.

<sup>58</sup> Якоби Карл (1775-1858) — немецкий врач-психиатр.

<sup>59</sup> Стигматы - болезненные кровоточащие раны, открывающиеся на теле католических подвижников на тех участках тела, на которых предположительно располагались раны распятого Христа.

Психосоматическое заболевание может появиться в результате проблем во взаимоотношениях, стресса или других *нефизиологических* причин, часто вызванных внешними факторами или людьми. Можно выделить пять эмоций, на которых основывается психосоматическая теория: грусть, гнев, интерес, страх, радость. Сторонники психосоматической теории считают, что *опасны не негативные эмоции, как таковые, а их невысказанность*. Подавленный, заглушенный гнев переходит в разочарование и обиду, что, собственно, и начинает разрушать тело. Хотя не только гнев, но и любая негативная эмоция, которая не нашла выхода, приводит к внутреннему конфликту, порождающему, в свою очередь, болезнь. Медицинская статистика показывает, что в большом числе случаев основой появления болезней служат не



Стигматы

вирусы или бактерии, а внутренние конфликты, стрессы и душевные травмы. Стресс является основным фактором в проявлении психосоматики заболеваний - его решающая роль уже доказана врачами не только в ходе клинических наблюдений, но подтверждена исследованиями, проводимыми на многих видах животных. Пережитый эмоциональный стресс у людей может привести к серьезным последствиям, вплоть до развития онкологических заболеваний. А *конфликт* (на работе, в семье, на улице...)? К образованию психосоматического симптома может приводить и внутренний конфликт - борьба между двумя противоположными желаниями или тенденциями может приводить к [условной победе] одной из составляющих. Тогда вторая начинает *партизанскую войну*, признаком которой и могут стать психосоматические симптомы.

В некоторых ситуациях наше тело физически отражает то состояние, которое могло бы быть выражено, вербально, например, так: «*это одна сплошная головная боль*», «*я его не перевариваю*», «*из-за этого у меня сердце не на месте*», «*у меня связаны руки*». Болит определенный орган, сложно дышать, возникают мигрени, нарушается работа желудочно-кишечного тракта и так далее.

А *мотивация* или *условная выгода* — разве сюда не относятся проблемы со здоровьем, которые приносят определенную условную выгоду их обладателю? Образование симптома происходит на бессознательном уровне, это не обман и не симуляция. Симптом вполне реален, но он обслуживает/обеспечивает какую-то определенную цель.

И *опыт прошлого* — причиной болезни может, действительно, стать травматический опыт прошлого, скажем, тяжелый детский опыт - какой-либо эпизод, либо длительное стрессогенное, травматогенное, психогенное воздействие, которое, хоть и произошло давно, но продолжает эмоционально влиять на человека в настоящем. Этот опыт буквально отпечатывается в теле. И ждет, когда найдется способ его переработать...

И еще - *идентификация* - физический симптом может образовываться вследствие идентификации с человеком, имеющим подобный симптом или заболевание. Как правило, это происходит при сильной эмоциональной привязанности к этому человеку. Часто этот человек может умереть, умирает



или уже умер. То есть присутствует страх его потерять, и потеря фактически уже случилась.

Психосоматические симптомы могут возникать и посредством *внушения*. Это происходит тогда, когда идея о собственной болезни воспринимается человеком на бессознательном уровне *автоматически*, то есть без всякой критики. Вольно или невольно, осознанно или неосознанно (что и происходит чаще всего) внушить симптом могут люди, обладающие большим авторитетом или случайно оказавшиеся рядом в момент особого эмоционального накала.

Иногда психосоматический симптом выполняет роль бессознательного *самонаказания*. Это наказание связано с реальной, а иногда (и довольно часто) с воображаемой виной, которая мучает человека. Самонаказание, в принципе, помогает облегчить переживание вины, но может существенно осложнить жизнь.

Важно: любые индивидуальные психические нарушения, вероятно, следует рассматривать в контексте семьи. Например, психосоматические расстройства одного из членов семьи позволяют установить связь этих расстройств с характером повседневной жизни пациента в семье. Как правило, в таких случаях часто и довольно легко выявляется ригидность отношений, хронический стресс, внутрисемейные конфликты. С другой стороны, если в семье существуют эмоционально стойкие связи, которые способствуют возникновению стремления к единению, желания разделять невзгоды и быть ближе друг к другу, создаются условия для возникновения «*передачи*» психических нарушений, например, тревоги.

Влияние семейного фактора прослеживается и при *индуцировании* социальной фобии. **Социальная фобия** характеризуется стойким иррациональным страхом контакта с другими людьми, при котором человек старается избежать ситуаций, представляющих для него потенциальную угрозу. Такая боязнь людей встречается чаще среди лиц молодого и, особенно, подросткового возраста. Для него же характерна озабоченность

связанная с впечатлением, которое он производит на окружающих. Озабоченность приводит к страху перед близким контактом, к опасению вербализовать свои мысли не так, не тем тоном, не с тем выражением лица, с избытком эмоций и т.д. Расстройство развивается у чрезвычайно чувствительных, рефлексивных лиц, дискриминированных и лишенных чувства доверия в семье. И здесь играет роль социально негативная оценка



семьи: социальный неуспех, развод родителей - те ситуации, которые снижают самооценку детей и делают их чрезмерно чувствительными к мнению окружающих. Семейными факторами, предрасполагающими к возникновению социальной фобии, являются также *вербальные* и *невербальные* ошибки коммуникации, отсутствие поддержки и

негативная оценка авторитетными людьми, подрывающие доверие ребенка к эффективности его общения. Нам известно, что может повлиять на самооценку ребенка: обвинения, различные способы пристыдить, сравнения, угрозы, обесценивающие коммуникативную или деятельностную активности ребенка.

Очень непросто говорить, но семейные факторы могут влиять и на возникновение **нарушений пищевого поведения**. Подобные нарушения могут возникать в семьях с расплывчатыми границами в подсистемах «родитель-родитель», «родитель-ребенок». В таких семьях желание контролировать все, что возможно, ригидность – невозможность смены стереотипов, застревание на них, неумение разрешать конфликты с прямым



или косвенным включением взрослых и детей - обычное состояние бытия. Пациенты с *булимией*<sup>60</sup> часто характеризуются излишним восприятием собственных семей, как мало сплоченных, конфликтных и при этом лишающих независимости. О негативных переживаниях говорить в таких семьях не принято, отрицательные эмоции подавляются (заедаются). *Анорексия*<sup>61</sup> у детей часто связана со стремлением к независимости - дети могут отказом от пищи демонстрировать себе и родителям свою волевою и эмоциональную состоятельность - ребенок относится к голоданию как к героическому поступку.

Среди причин, развивающих предрасположенность к психологическим расстройствам, относят ***феномен взаимоисключающего принуждения (double-bind)***. Например, отец говорит дочери, что очень любит ее. Дочь пытается приласкаться, но отец отстраняется от нее. У дочери возникает состояние внутреннего напряжения и недопонимания, связанного с разрывом эмоциональной связи. Другой пример: мать чем-то расстроена, испытывает к ребенку негативные чувства, но при приближении к нему у нее возникает чувство вины. Не в состоянии показывать негатив, она пытается проявить к ребенку нежность, заботу, ласку. Ребенок воспринимает два послания: чувствует, что мать не любит его (злится) и, одновременно, нежна с ним. Фальшь провоцирует состояние неопределенности и тревоги. Обстановка, насыщенная взаимоисключающими принуждениями влияет на человека таким образом, что он перестает разбираться в людях, не знает, что от них ожидать, подозрителен, не уверен, склонен к изоляции.

Подобная схема встречается в структуре ***нарциссических отношений*** в семье. У жены с выраженными нарциссическими особенностями появляется неудовлетворенность и раздражение на неуспешного мужа. Стоит мужу добиться успеха, жена начинает конкурировать, проявлять косвенную

---

<sup>60</sup> **Булимия** (нервная булимия) - голод, также волчий голод, кинорексия — расстройство приема пищи, характеризующееся резким усилением аппетита, наступающим обычно в виде приступа и сопровождающееся чувством мучительного голода, общей слабостью, болями в подложечной области.

<sup>61</sup> **Анорексия** — синдром, заключающийся в полном отсутствии аппетита при объективной потребности организма в питании

агрессивность, препятствуя успеху. У мужа возникает ощущение спутанности.

И еще - *созависимость* - это аддикция отношений у личностей с расстройствами избегания, зависимых. Стратегии созависимости – это постоянный контроль. Кто-то из членов семьи берет на себя функции контролера, придавая этому особый смысл. Контролируются различные виды деятельности, мотивации, желания, потребности. И в случае несовпадения – осуждение, запрет, обесценивание, что провоцирует злость, гнев (обычно сдерживаемый), при этом еще жестче усиливается контроль...

Кстати, один из значимых факторов низкой эффективности лечения психологической зависимости как заболевания — это возвращение в прежнюю социальную среду, прежде всего, в семью. Психологическая зависимость - всегда «семейная история». В ней есть зависимый персонаж и созависимые близкие. К сожалению, зачастую родственники зависимого отрицают наличие у себя каких-либо особенностей, которые располагали бы к употреблению наркотиков или алкоголя. По сути, живущие рядом с алкоголиком или наркоманом психологически «заражаются» от него и становятся зависимыми с тем лишь отличием, что не употребляют психоактивное вещество. Созависимость характеризуется чрезмерной поглощенностью и озабоченностью, крайней зависимостью (эмоциональной, социальной, а иногда и физической) от человека. Созависимый человек не свободен в своих чувствах, мыслях и поведении, он буквально связан по рукам и ногам. Мир сужается до одного человека. Начинают преобладать негативные эмоции. О себе созависимые думают в последнюю очередь, мало отдыхают, нерегулярно и несбалансированно питаются, мало и плохо спят, не заботятся о своем здоровье. Попытка спасти почти никогда не удается, а наоборот, только способствует продолжению и усугублению алкоголизма и наркомании у близкого человека. Все это характеризует ад, в который превращается семья зависимого человека. Все созависимые люди обладают похожими проявлениями:

- стремлением к контролю за ситуацией;
- давлением;
- навязчивыми состояниями и мыслями;
- низкой самооценкой, ненавистью к себе;
- чувством вины, подавляемым гневом;
- неконтролируемой агрессией;
- навязчивой помощью, сосредоточенностью на других;
- игнорированием своих потребностей;
- проблемами в общении, замкнутостью;
- плаксивостью, апатией;
- проблемами в интимной жизни;
- депрессивным поведением, суицидальными мыслями;
- психосоматическими нарушениями (частыми головными болями, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниями сердечно-сосудистой системы и др.).

*Болезнь семьи* развивается постепенно, и, как правило, осознание наличия болезненного состояния наступает уже поздно, когда психологическая зависимость уже «пустила корни». Можно попробовать определить этапы и факторы формирования созависимости:

- *отрицание реальности*, факта появления психологической зависимости от алкоголя, наркотиков, игры;
- *развитие семейной изоляции* - поверхностное общение, «стена молчания» и пр.;
- *эмоциональный разлад* - внутренний мир членов зависимой семьи наполняется сильными разрушающими, зачастую противоречивыми чувствами: ненавистью и одновременно любовью к алкоголику/наркоману; виной (он пьет из-за меня; я не смогла его спасти), стыдом и обидой; страхом, тревогой, беспомощностью; одиночеством, подавленностью;

- *центральное положение зависимого*. Внимание сосредотачивается на зависимом. Члены семьи забывают о своих нуждах, все отодвигается на второй план...

Как правило, созависимость не прекращается при исчезновении из семьи алкоголика или наркомана. Как уже было сказано, созависимость - по сути, есть заболевание. Может наступить *ломка* («синдром отмены»). В случае развода или смерти объекта созависимый подсознательно ищет новый объект привязанности (всем известны примеры, когда женщина несколько раз выходит замуж за алкоголиков). Особенно сильно семейная болезнь отражается на детях и даже внуках алкоголиков и наркоманов. Они несут бремя созависимости, которое с малых лет искажает личностное развитие и создает предпосылки для последующих проблем уже и в их семейной жизни.

Мы сказали о самом страшном – в семье наркоман, алкоголик... Но есть и еще зависимость, проявляющаяся в семейной жизни – то, что мы называем аддикциями отношений.

Существуют следующие виды аддикций отношений - *любовные, сексуальные, избегания и микросоциальная*, которые соприкасаются друг с другом, ибо у них общие предпосылки возникновения: проблемы с самооценкой, неспособность любить себя, трудности в установлении функциональных границ между собой и другими. Поскольку такие лица не могут установить границы своего *Я*, то у них отсутствует и способность к реальной оценке окружающих. У таких людей существуют проблемы контроля – они либо позволяют во всем контролировать себя, либо пытаются контролировать других. Что характерно для людей с аддикциями отношений? Навязчивое поведение, особенности эмоций, тревожность, неуверенность в себе, импульсивность действий и поступков, проблемы с духовностью и моралью, трудность в выражении интимных чувств.

Исследователи уже достаточно давно выделили и признаки *любвонной аддикции*:

- непропорционально много времени и внимания уделяется человеку, на которого направлена аддикция. Мысли о «любимом» всегда доминируют в сознании, становясь *сверхценной идеей*. И этот процесс отмечен навязчивостью в сочетании с насильственностью, от которой чрезвычайно трудно освободиться;

- аддикт находится во власти переживания нереальных ожиданий в отношении другого человека, находящегося в системе этих отношений, без всякой критики собственного поведения и состояния;



- любовный аддикт забывает и перестает заботиться о себе и думать о своих потребностях вне аддиктивных отношений. Это сказывается и на родных и близких. У аддикта имеются серьезные эмоциональные проблемы, в центре которых стоит страх, который он старается подавить. Страх, который присутствует на уровне осознания - страх быть покинутым. Своим поведением аддикт стремится избежать покинутости. Но неосознанно остается страх интимности. Из-за этого, например, аддикт не в состоянии перенести «здоровую» близость.

А *аддикции избегания*? Уход от отношений со значимым для себя человеком (любовным аддиктом) ... Аддикт избегания проводит время в другой компании, на работе, в общении с другими людьми. Он стремится придать отношениям с любовным аддиктом «тлеющий» характер. Налицо амбивалентность отношений - они важны, но их избегают, не раскрывают себя в этих отношениях. На уровне сознания у аддикта избегания страх интимности. Аддикт боится, что при вступлении в интимные отношения он потеряет свободу, окажется под контролем. На подсознательном уровне — это опять страх покинутости. Он приводит к желанию восстановить отношения, но держать их на дистантном уровне.

Вместе с тем любовный аддикт и аддикт избегания тянутся друг к другу вследствие сходных психологических черт. Несмотря на то, что черты, привлекающие в другом, могут быть неприятными, вызывать эмоциональную боль, они привычны с детства и напоминают ситуацию переживаний детства. Возникает влечение к знакомому.

Оба вида аддиктов обычно не увлекаются неаддиктами. Они кажутся им скучными, непривлекательными - они просто не знают, как себя с ними вести...

Обычно отношения между двумя любовными аддиктами имеют следующую динамику. Сначала наблюдаются чрезвычайно взаимосвязанные взаимоотношения (которые напоминают наркоманию), из которых практически исключаются другие люди, включая и собственных детей. Поскольку один из аддиктов более энергичный и активный (например, гиперфункционал, единственный или старший ребенок в родительской семье), то у его партнера растет страх быть поглощенным, он старается дистанцироваться и постепенно превращается в аддикта избегания. Созависимость между любовным аддиктом и аддиктом избегания может развиваться с самого начала взаимоотношений. Формируется порочный круг: чем больше проявляет свою активность любовный аддикт, тем более вынужден удаляться аддикт избегания, усиливая тем самым у партнера страх быть покинутым и отчуждение. Обычно эту фазу взаимоотношений характеризуют так: *нам плохо друг без друга и нам плохо вместе*. Вот тут-то и начинается конфликт зависимых взаимоотношений, когда аддикт избегания начинает удовлетворять свои аддиктивные потребности в другой любовной связи или в других аддикциях: трудовогоголизме, химической аддикции, гемблинге (игровой зависимости) и др.

Иногда для того, чтобы избежать любовной зависимости, аддикт избегания идет на эмоциональный разрыв.

В любви каждый старается быть таким, каким его хочет видеть партнер, и, в свою очередь, требует от него подобных изменений. Происходит процесс

слияния, вплоть до потери себя, исчезают границы личности. Такое слияние может и вовсе приводить к исчезновению личности. Для некоторых людей боязнь одиночества совершенно невыносима, они стремятся быть только *во взаимоотношениях*, и это приводит к такому слиянию. Как результат, возникает страх исчезновения, который и преодолевается путем дистанцирования или эмоционального разрыва со *значимым другим*. Для того, чтобы снизить значимость партнера (который иногда начинает *мучить* другого, требуя все больших изменений и все больше ограничивая его), прибегают к *обесцениванию* партнера или взаимоотношений с ним. Разрыв стимулирует следующий цикл поисков близости (с тем же партнером или с другим), или депрессию и отчуждение, или поиски новых систем взаимоотношений.

Любовные аддикты и аддикты избегания реально страдают от отсутствия интимности и доверия во взаимоотношениях - они чувствуют себя ненужными и недооцененными, одновременно будучи не в состоянии создать взаимоотношения с неаддиктивными людьми и не интересуются ими, потому что считают их неинтересными и непривлекательными.



Фрагмент французского мюзикла по мотивам «Ромео и Джульетты»

К социально-психологическим факторам любовной аддикции можно смело отнести влияние социальных стереотипов и семьи.

Любовь, которая воспевается в искусстве и часто является образцом для подражания, не секрет, является именно *любовной зависимостью*. Истории Ромео и Джульетты, Петрарки и Лауры, Хозе и Кармен, Анны Карениной и Вронского и пр. – прекрасно описанные случаи любовной зависимости и созависимости... Искусство, в сущности, не желая того, формирует стереотип: настоящая любовь может и должна быть несчастной и полной страданий. Грустно! Разве что порадуемся из-за того,

что молодые люди, в основном, больше увлекаются книгами и фильмами вовсе не о любви, зная о вышеперечисленных персонажах либо понаслышке, либо как о героях анимационных лент и мюзиклов.

Мы не можем оставить в стороне вопрос о том, что даже по сравнению с влиянием социума, влияние родительской семьи на формирование аддиктивного поведения сильнее, весомее, заметнее. Например, рассматривая проблему формирования обсессивно-компульсивного типа личности (с насильническим радикалом), следует упомянуть о жертвах эмоционального или физического насилия, деприваций и травм в родительской семье. Известен печальный факт, что человек, который пережил эмоциональные унижения или трагедию инцеста, будет подсознательно повторять известный ему паттерн (насилие, захват другого, как ранее захватывали его в детстве, отыгрывание привычной ситуации, пытаюсь компенсаторно изменить ее с другими людьми, которые могут чем-то напоминать родителей) уже во взрослых взаимоотношениях. Многократное обращение к одной и той же (при отсутствии другой) известной с детства модели поведения в гендерных отношениях приводит к аддиктивному замкнутому кругу.

Вместе с тем, у девушек (есть очень мало подобных свидетельств о взаимоотношениях *мать-сын*), которых воспитывал отец, приходящий в ужас от одной мысли об инцесте и не смотревший никогда на свою дочь с нежностью, никогда не говоривший ей о ее женственности (а именно здоровое отношение отца к дочери как к женщине воспитывает в ней гендерную идентичность), возникает ощущение пустоты и бесконечные вопросы о том, что же такое женственность. Они не имеют здорового образца взаимоотношений мужчина-женщина, как и женщины или мужчины, пострадавшие от насилия.

*Если родители принимают ребенка таким, каков он есть, не требуют от него безусловного послушания, не запрещают ему чувствовать и переживать по-своему, не проецируют на него свои собственные нереализованные мечты (чтобы ребенок достиг успеха там, где родители не смогли) и не отделяя от ребенка его гендерную идентичность, то индивидуальность и независимость ребенка не будут разрушены. Если же родители используют своего ребенка подобным образом, то [путем*



*манипуляций] они вызывают у ребенка чувство вины за несоответствие родительским ожиданиям, шантажируя тем, что, мол мы не будем тебя любить, если ты не будешь таким, как мы тебя видим и ждем... Часто родители делегируют ответственность за свои супружеские взаимоотношения детям, например, говоря ребенку, что не могут расстаться только из-за него. Таким образом, ребенок чувствует свою ответственность за то, что его родители не счастливы.*

Выйти из ситуации общения с родителями ребенок не может до определенного возраста. В ситуации *неконгруэнтной коммуникации* трудно выбрать вектор ориентации, поскольку выбор никогда не будет правильным. *Ловушкой для участников семейной коммуникации становятся следующие условия: вовлеченность людей в интенсивные взаимоотношения, которые имеют высокую степень физической/психологической ценности (мать/ребенок; пара влюбленных).*

А вот нарциссические партнеры в семье, в браке в своем большинстве страдают перфекционизмом<sup>62</sup>, не способны на эмпатически-аффилиативные проявления, не выносят никаких недостатков (действительно существующих или воображаемых) партнера, опираются на внешнее одобрение избранного ими объекта. Такие люди часто первыми рвут отношения, чтобы не испытывать страха быть брошенным. Исследователи небезосновательно полагают, что *нарциссическая личность не способна на любовь*, не выдерживает рядом с собой свободной презентации другого человека, сводит ее к объекту. Ответственность за настроение такого человека берет на себя любовный аддикт, которому присущи проблемы гиперконтроля и гиперответственности (тот, которому делегировали эту ответственность в семье). Они создают для себя *идолов*, которые обладают высшей силой или сами пытаются играть роль этой силы. Они бросаются на помощь, спасают от алкогольной или наркотической зависимости, решают проблемы за другого,

---

<sup>62</sup> **Перфекционизм** — убеждение, что наилучшего результата можно (или нужно) достичь. В патологической форме — убеждение, что несовершенный результат работы неприемлем. Может быть и «нормальной» характеристикой личности, и невротическим отклонением от нормы.

становятся для него *костылем*. Понятно, что чаще всего в подобной ситуации оказываются женщины – матери, жены, сестры...

### **Вопросы и задания по материалам Темы 5**

1. Что такое психосоматика в широком понимании?
2. С чем могут быть связаны психосоматические заболевания?
3. Что такое *социальная фобия*?
4. Подготовьте сообщения о нарушениях пищевого поведения.
5. Что мы понимаем под термином *феномен взаимоисключающего принуждения*?
6. Что такое созависимость и каковы ее возможные проявления?
7. Подготовьте сообщения о любовной аддикции.
8. Каким образом семья может влиять на аддиктивное поведение?

## Тема 6. Жизненный цикл семьи

**Жизненный цикл развития семьи как социально-психологический феномен.**

**Характеристика основных стадий жизненного цикла семьи (добрачный период, образование новой семьи, семья с маленькими детьми, семья с детьми подросткового возраста, период «выхода» из семьи взрослых детей, семья в период старения и старости).**

**Молодая семья: особенности и проблемы.**

**Специфика задач, решаемых на каждой из стадий.**

**Нормативные кризисы развития семьи.**

Выше мы уже писали о том, что семья - это особая живая социальная система, находящаяся в постоянном взаимодействии с окружающей средой, как природной, биологической, так и с социальной. Функционирование семьи подчиняется двум основным взаимодополняющим законам – **закону гомеостаза** (направленности на сохранение постоянства и стабильности) и **закону развития** (семья, как и любая система, может быть охарактеризована в историческом аспекте в терминах генезиса, развития и ликвидации). Поэтому можно говорить о жизненном цикле семьи, определенной и часто даже предсказуемой периодичности и последовательности стадий ее трансформации [от возникновения до прекращения жизнедеятельности].

*Жизненный цикл семьи – это история ее жизни, хронологические рамки, собственный хронотоп, протяженность во времени, динамика, отражающая повторяемость, регулярность семейных событий. А семейные события – наиболее значимые для жизни семьи события, нередко существенно влияющие на изменение семейной структуры. Совокупности семейных событий образуют основные этапы семейного цикла.*

Жизненный цикл развития семьи определяется объективными событиями (рождение, смерть) и осуществляется в контексте возрастных изменений членов семьи. Возрастные (биологические, физиологические) и соответствующие им психологические изменения, касающиеся личности каждого члена семьи, коренным образом преобразуют ее жизнь последней - изменяются система потребностей и мотивов личности, способы и формы поведения и деятельности, социальный статус членов семьи, стиль общения и характер функционирования семьи в целом. А раз такие отличия существуют,

определяются, выделяются, можно сформулировать и классифицировать определения основных стадий жизненного цикла семьи - для каждой стадии жизненного цикла характерны типичные проблемы развития, знание которых поможет супругам подготовиться к их появлению и разрешению, а специалистам – разработать систему рекомендаций по оказанию социальной и психологической помощи семье.

Понятие «цикл развития семьи» было использовано впервые в 1948 году в США. Первоначально было выявлено 24 стадии семейного цикла! В 60-х годах XX века, когда эта идея начала серьезно рассматриваться в психотерапии, жизненный цикл семьи стал сводиться к 7-8 стадиям. Сегодня существуют различные классификации этапов жизненного цикла семьи. При этом чаще всего исходят из *специфики задач, которые должна решать семья как группа на каждом этапе для своего дальнейшего успешного функционирования*. В большинстве случаев периодизации основаны на изменении места детей в семейной структуре.

В частности, американский психолог Э.Дюваль в жизненном цикле семьи выделяет 8 стадий - на основе такого критерия, как репродуктивная и воспитательная функции - наличие или отсутствие детей в семье и их возраст (1948, 1957):

- I - формирующаяся семья (0-5 лет), детей нет;
- II - детородящая семья, возраст старшего ребенка до 3-х лет;
- III - семья с детьми-дошкольниками, старшему ребенку 3-6 лет;
- IV - семья с детьми-школьниками, старшему ребенку 6-13 лет;
- V - семья с детьми-подростками, старшему ребенку 13-21 год;
- VI - семья, «отправляющая» детей в жизнь;
- VII - супруги зрелого возраста;
- VIII - стареющая семья.

Понятно, что не каждую семью можно рассматривать в этой классификации - существуют многочисленные семейные группы, которые вообще могут *не вписаться* ни в одну классификацию. Например, семьи с

детьми, резко отличающимися по возрасту, много раз вступавшие в брак и имеющие детей от предыдущих браков, неполные (с одним из родителей) семьи, проживающие с родителями одного из супругов, и т. д. И все же - какова бы ни была структура семьи, какие бы специфические задачи она ни решала, на определенной стадии жизненного цикла она все же непременно сталкивается с типичными для этого этапа развития трудностями [знание которых поможет справиться с ними].

Очень часто проблемы в семьях возникают из-за того, что ее члены не могут плавно перейти из одной стадии в другую или одна стадия «перекрывает» другие (развод, вторичное супружество, дети от первого брака и т. д.). Семья живет как бы в двух стадиях одновременно: например, там, где есть маленький ребенок и подросток, появляются проблемы, характерные и для одной, и для другой фазы развития семьи, что создает дополнительные трудности в реализации супружеских и родительских функций.

Но обязательно заметим: подход к развитию семьи на основании только изменения функции рождения и воспитания детей вряд ли может считаться единственно верным - семейные отношения – это не только отношения между родителями и детьми. Формально семья существует от ее регистрации до расторжения или прекращения брака, а психологическая сущность проявляется тогда, когда отношения в супружеской паре становятся личностно значимыми, влияющими на чувство, мышление и поведение, и остается таковой, пока эти отношения сохраняют свою значимость, поэтому периодизацию развития семьи [как малой группы] лучше/достоверней было бы определять по совокупности *различных отношений*, связанных с семьей, и их значимости на тот или иной (конкретно рассматриваемый) период ее функционирования.

Отсюда – возможность изучения типичных задач и проблем на разных стадиях жизненного цикла современной семьи. При этом имеем в виду, что *невозможность* разрешить семьей проблемы, характерные для одной стадии, влечет за собой *необходимость* перехода их на другую стадию жизненного цикла. В свою очередь, на новом этапе ведь появляются свои задачи, требующие разрешения... И все это, говоря языком экономистов, плюсуется.

Таким образом, семья сталкивается с особыми трудностями, которые сопровождаются необходимостью перестройки всей семейной системы, перераспределения семейных ролей и обязанностей. Однако сделать это мгновенно практически невозможно. Поэтому в семье возникает закономерный кризис, сопровождающий ее при переходе с одного этапа жизненного цикла на другой. Такой кризис характеризуется тем, что прежние внутрисемейные отношения уже неприемлемы, а новые еще не созданы.

Рассмотрим основные этапы жизни семьи немного подробнее (выше мы уже упоминали об этом, но в другом контексте):

- *период добрачного ухаживания* - главное здесь - достижение частичной психологической и материальной независимости от родительской семьи, приобретение опыта общения [с другим полом], выбор брачного партнера, приобретение опыта эмоционального и делового взаимодействия с ним;

- *заключение брака и фаза жизни без детей* - на этой стадии супружеская пара должна понять и решить для себя, что изменилось в их социальном статусе, определить внешние и внутренние границы семьи - кто из знакомых мужа или жены будет «допущен» в семью и как часто; насколько разрешено пребывание супругов вне семьи без партнера; насколько допустимо вмешательство в брак со стороны родителей супругов (на этой стадии очень важно, как новая семья воспримет невестку или зятя);

- *молодая семья с маленькими детьми* - для данного этапа свойственно разделение ролей, связанных с отцовством и материнством, их согласование, материальное обеспечение новых условий жизни семьи, приспособление к определенным и новым физическим и психическим нагрузкам, ограничению общей активности супругов за пределами семьи, недостаточной возможности побыть в одиночестве и т.д.;

- *семья с детьми-школьниками* (семья среднего возраста). Время поступления ребенка в школу нередко сопровождается наступлением кризиса в семье. Конфликт становится более явным, так как «продукт» их

воспитательной деятельности оказывается объектом всеобщего обозрения. Они впервые переживают, что ребенок когда-то вырастет и покинет дом, а они останутся наедине друг с другом;

- *семья зрелого возраста, которую покидают дети* - обычно эта фаза развития семьи соответствует кризису середины жизни супругов - часто в этот период жизни муж осознает, что выше по карьерной лестнице ему уже не подняться, а в юности мечталось о другом... Это разочарование может выплескиваться на всю семью и особенно на жену. Меняются и сексуальные аппетиты супругов;

- *стареющая семья* - на этой стадии старшие члены семьи выходят на пенсию или работают неполный рабочий день. Происходит финансовый сдвиг: старики получают денег меньше, чем молодежь, поэтому зачастую становятся финансово зависимыми от детей. Возможен переезд на новое место жительства в другую местность или на более скромную квартиру (в России возможен отъезд в деревню, на дачу и т.п.);

- *последняя фаза жизненного цикла семьи* - в отличие от предшествующих стадий необходимость изменения ролевой структуры определяется неравномерностью процессов старения супругов и утратой их прежних возможностей. Большое значение имеет фактор прекращения профессиональной деятельности, влияющий на распределение ролей *кормильца* и *хозяйки (хозяйина)* дома между супругами. К тому же, на этой стадии нередки болезни супругов. Неплохо определяются три типа



отношений между пожилыми супругами: «сосуществование», «партнерство», «дружба». Эти типы отношений различаются *по эмоциональной близости и взаимопониманию партнеров, распределению прав и*

*обязанностей, общности деятельности, интересов и ценностей,*

*включенности в семейные отношения.* Здесь, на этой стадии возникает и самое печальное – вдовство, влекущее за собой формирование новой модели жизнедеятельности [после утраты супруга]. Что влияет на это? *Возраст одинокого супруга, мера включенности в различные виды социальной активности, круг интересов и общения, характер переживания утраты супруга и эмоциональный статус, состояние здоровья, личностные особенности, специфические виды совладающего поведения.* Человек теперь или «живет в прошлом», или «живет в ожидании смерти», или концентрируется только на себе, своем здоровье, или же, наоборот, больше спланируется с семьей детей и внуков и реализует себя в этом, или в общественной, профессиональной деятельности. Нередки и новые браки.

Да, сегодня уже существует и иной подход к выделению этапов жизненного цикла семьи, определяющийся стадиями родительства, то есть выполнением семьей ее основных функций – рождением, воспитанием и социализацией детей:

- *стадия прародительства* – от заключения брака до рождения первенца;

- *стадия репродуктивного родительства* – период между рождением первого и последнего ребенка. Он может частично пересекаться (а в случае рождения единственного ребенка полностью исчезает) со следующим периодом;

- *стадия социализированного родительства* – период от рождения первенца до выделения из семьи последнего ребенка;

- *стадия прародительства* – период от рождения первого внука до смерти одного из прародителей.

В связи со всем, о чем мы только что сказали, можно выделить пять главных семейных событий: **заключение брака, рождение первенца, рождение последнего ребенка, отделение от родителей взрослых детей или, что точнее, рождение первого внука, смерть одного или другого супруга.** Видимо, подобный вариант семейного цикла может считаться



*идеальным, полным циклом семьи*, но не каждая семья его проходит – расставания добровольные и вынужденные, разводы и смерть – многообразие форм и причин приводит к *неполноте* семейного цикла. Сложности и проблемы, в принципе, тоже классифицированы:

- на первой стадии отношения могут осложниться тем, что один из супругов уже побывал в браке;

- на второй стадии возможен развод в результате которого один из родителей переходит в статус родителя-одиночки с детьми; смерть детей отбрасывает супругов на дородительскую фазу, возвращая к репродуктивному поведению или оставляя их бездетными, иногда стимулируя усыновление;

- на третьей стадии – дети могут по разного рода причинам стать сиротами или умирая, прекращают стадию социализации и делают невозможными последующие события семейного цикла, или побуждают супругов к новым рождениям, к разводам;

- на четвертой стадии ожидается вдовство одного из супругов и смерть оставшегося, хотя тоже возможны разводы и смерть взрослых детей.

Продолжительность каждой стадии семейного цикла трудно устанавливается, но, конечно, зависит от характера задач и проблем, которые предстоит решать семье в тот или иной период ее функционирования. Строгое определение, скорее всего, просто невозможно.

Многочисленные проблемы, с которыми сталкиваются *молодые супруги* в период становления семьи, привели к выделению *молодой семьи* среди других типов семейных союзов в отдельную группу. Кроме того, здесь заметен ряд психологических особенностей, которые не встречаются на последующих этапах (стадиях) семейной жизни.

*Молодой семьей мы назовем супружескую пару с детьми или без них при продолжительности семейной жизни до пяти лет и возрасте супругов не старше 30 лет.*



Очень молодая семья и ее очень старые проблемы

Супруги, только что заключившие брак, получает вместе с ним и множество проблем: необходимо установить оптимальный баланс близости/отдаленности, решить проблему *семейной иерархии и границы ответственности*. Они могут внезапно осознать, что очень разные на самом деле, и испугаться этих различий. Они могут начать бороться с различиями или будут стараться просто их не замечать. Очень часто в начале совместной жизни молодожены избегают противоречий и критики в адрес друг друга, желая сохранить доброжелательную атмосферу в семье и не ранить чувства другого. Но если эти противоречия все же есть, желание супругов скрыть их или не замечать в конце концов приводит к тому, что противоречия растут, а супруги начинают все чаще легко и сильно раздражаться. Другим средством преодоления разногласий является, скажем так, *силовая борьба* - супруги могут попытаться открыто подчинить себе партнера или манипулировать им [с помощью слабости и болезни/отказа в близости]. И еще одна общая и обязательная проблема - *установление границ семьи*. Молодая пара должна стать относительно независимой от родительского влияния, а родителям необходимо изменить способы взаимодействия с детьми после того, как те создали свою собственную семью. В случае конфликта с родительскими семьями у супругов может развиваться *симптоматическое поведение*. Некоторые пары пытаются защитить свою независимость, полностью отрезая себя от взаимодействия с родителями. Обычно такие попытки не заканчиваются успехом и часто только работают на разрушение брака, поскольку *искусство жить в браке предполагает достижение независимости в сочетании с сохранением эмоциональных связей с родственниками*. Для совсем молодых браков *первоначальное вхождение в социальные роли мужа и жены* является самым трудным и опасным с точки зрения стабильности семьи. Молодая пара может испытывать и связанные с рождением и воспитанием детей напряженность семейного бюджета, резкое сокращение времени и ограничение возможностей для организации отдыха и досуга, возрастание физической и нервной усталости. Обостряются проблемы профессионального продвижения и достижения общественного статуса. Все это влияет на любовь ...

И вот оно, словечко, пугающее многих - кризис!

Для начала скажем, что с древнегреческого языка это слово переводится как *поворотный пункт, перелом, переходное состояние*.

С разного рода кризисами сталкивается каждая семья (только в разной степени, конечно). И некоторые из них являются общими для всех - мы бессознательно впитываем в себя различные стереотипы поведения, существующие еще в той самой нашей родительской семье.

Первый, *нормативный кризис* - кризис на стадии создания молодой семьи: происходит столкновение ценностей и стереотипов семейного функционирования - наилучший вариант выхода из него - разумное сочетание ценностей каждого из супругов, что, к сожалению, удается не всем.

Еще кризис - *рождение ребенка* - надо менять многие правила. На этом этапе дистанция между партнерами увеличивается, появляется *тот*, которому необходимо внимание и забота...

Критических точек много. К сожалению, не всегда заранее можно узнать, предсказать, как повлияет на семью очередной переходный период – здесь проявляются не очень заметные дефекты семейного функционирования. Заметим обязательно, что *критические точки имеют и положительные стороны, заставляя членов семьи меняться и получать*



В. Сатир

*новый обогащающий их жизненный опыт. И если семья справляется с изменениями и гибко принимает их, усваивая новые формы общения и новые правила, то происходит ее дальнейшее развитие, открываются новые перспективы.*

Известный семейный психотерапевт В. Сатир<sup>63</sup> выделяет десять критических точек в развитии семьи:

- зачатие, беременность и рождение ребенка;
- начало освоения ребенком человеческой речи;
- ребенок налаживает отношения с внешней средой;
- ребенок вступает в подростковый возраст;
- ребенок становится взрослым и покидает дом;
- молодые люди женятся, и в семью входят невестки и зятья;
- наступление климакса у женщины;
- уменьшение сексуальной активности у мужчин;
- родители становятся бабушками и дедушками;
- умирает один из супругов<sup>64</sup>.

<sup>63</sup> **Вирджиния Сатир** (1916-1988) — американский психолог, психотерапевт. Ее идеи оказали большое влияние на развитие семейной психотерапии.

<sup>64</sup> **Сатир В.** Психотерапия семьи. — М.: Речь, 2001 – С.120-123.

Кроме *нормативных (нормальных) кризисов/стрессов* семейная система может переживать и *ненормативные кризисы*.

Ненормативный кризис — это кризис, возникновение которого потенциально возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием негативных жизненных событий, определяемых как кризисные, и факторы их возникновения и развития можно определить:

- внешние затруднения (отсутствие собственного жилья, работы и т.д.);
- неожиданные события, стрессы (семья или один из ее членов становится жертвой какого-либо несчастного случая или катастрофы);
- внутренняя неспособность семьи адекватно оценить и пережить какое-либо семейное событие, рассматриваемое ею в качестве угрожающего, конфликтного или стрессового.

Следует заметить, что совсем избежать кризисов, как правило, нельзя, но сознательно управлять их протеканием в интересах дальнейшего укрепления семьи возможно - для этого супругам необходимо знать, что к возникновению серьезных семейных проблем ведут три основные ошибки супругов:

- *семейные пары не хотят признать существование проблемы*, а значит, не делают ничего для ее преодоления ни в момент возникновения, ни позже - просто делают вид, что проблемы не существует;

- *супруги не обсуждают друг с другом вопросы финансов*. Жена уступает мужу или, наоборот, сама ведет все финансовые дела семьи. Но может возникнуть ситуация, при которой семье срочно нужны деньги, а их нет. В адрес друг друга следуют обвинения, неожиданно возникает серьезная кризисная ситуация, которую можно было бы избежать, если бы они вместе обсуждали финансовое состояние своей семьи - финансы должны быть общим делом, независимым от того, кто приносит в дом деньги;

- *муж и жена не слушают, а поэтому не слышат друг друга*. Супруги не обращают внимания на потребности другого, и когда возникает кризис, то каждый пытается найти решение, отвечающее исключительно его

собственным интересам и потребностям - они ссорятся вместо того, чтобы вместе разрешить проблему.

Успешность разрешения семейного кризиса во многом зависит от степени его тяжести. Психологи, кстати, различают несколько степеней супружеского кризиса:

- *легкий кризис* - обычно начинается внезапно и также неожиданно прекращается. Повторных серьезных конфликтов, как правило, не бывает - стороны начинают вести себя более осторожно, осмотрительно;

- *кризис средней тяжести* продолжается не менее трех месяцев. Посторонние могут его и не заметить: внешне в семье царит покой. Но это – затишье перед бурей, полное многозначительного, враждебного и неприязненного молчания;

- *тяжелый семейный кризис* не проходит в течение полугода и более. Тут не только может исчезнуть любовь, но часто возникает взаимная ненависть. Семья перестает существовать...

Это факторы того самого кризиса, к которому еще условно можно отнести определение *нормативного*. А ненормативные, те что бывают, к счастью, не всегда и не у всех?

*Ненормативные семейные кризисы чаще всего бывают связаны с такими событиями, как развод, супружеская измена, изменение состава семьи, не связанное с рождением ребенка, усыновление приемных детей, невозможность совместного проживания супругов в силу различных причин, подростковая беременность, финансовые трудности и т.д.* Стрессоры, вызывающие ненормативные кризисы семьи, можно разделить на *сверхсильные и хронические*.

К *сверхсильным* относят: смерть одного из супругов, родителя или ребенка; супружескую измену; резкое и кардинальное изменение в социальной ситуации развития семьи (изменение социального статуса, материального положения семьи); тяжелое хроническое заболевание кого-то из ее членов. *Хронические* стрессоры (длительные) действуют по принципу

«капля камень точит» и включают такие факторы, как неблагоприятные жилищные и материальные условия; высокую эмоциональную напряженность и значительные хронические нагрузки в профессиональной деятельности; чрезмерные бытовые нагрузки; нарушение межличностной коммуникации и длительно сохраняющуюся конфликтность как в супружеской, так и в детско-родительской подсистемах.

*Значительной стрессогенностью характеризуются факторы резкого изменения стереотипа жизни семьи и накопления/суммирования трудностей (чаша переполняется...).*

***Способность семьи противостоять стрессогенным факторам определяется ее сплоченностью и наличием внутренних и внешних ресурсов противодействия стрессу. Возникновение неожиданного кризисного события приводит к дисбалансу семейной системы и требует адаптации к новой реальности.***

*Психологическим механизмом такой адаптации чаще всего становится отказ от достижения прежнего идеального образа семьи и замена его новым идеалом, приближенным к реальности. Процесс индивидуации семьи выступает как условие ее нормального развития, устремленного в будущее и препятствующего «застреванию» в ранее существовавшем «идеальном» состоянии.*

### **Вопросы и задания по материалам Темы 6**

1. Что такое жизненный цикл семьи?
2. Охарактеризуйте стадии жизненного цикла семьи согласно концепции Э. Дювалль.
3. Что такое *стадии родительства*?
4. Подготовьте сообщения об особенностях молодой семьи?
5. Что такое *семейный кризис*?
6. Дайте общее представление о нормативном кризисе.
7. В чем может заключаться ненормативный кризис?
8. Что такое сверхсильные и хронические стрессоры и каково их влияние на семейные кризисы?
9. Подготовьте сообщения о возможностях семейной психотерапии в преодолении кризисов.

## **Примерная тематика семинарских занятий по Модулю I**

**Тема 1.** Цели, структура и этапы первого интервью

**Тема 2.** Анализ семейной системы:

- принципы выявления основных коммуникативных стратегий;
- выявление патологического паттерна.

**Тема 3.** Типы дисфункциональной иерархии в семьях

**Тема 4.** Развитие структуры семьи:

- нормативные кризисы жизненного цикла семьи;
- выявление сопутствующих личностных и возрастных кризисов в рамках развития жизненного цикла семьи.

### **а) основная литература для работы по Модулю I**

1. Дружинин В. Н. Психология семьи [Текст]/ В.Н. Дружинин. - 3-е изд. - СПб.: Питер, 2008.
2. Корецкая И. А. Психология семейных отношений: учебно-практическое пособие / И. А. Корецкая. – М.: Изд. центр ЕАОИ, 2010. – 64 с. [электр.ресурс]. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/psixologiya-semejnyix-otnoshenij.-uchebnoe-posobie.html>.
3. Эйдемиллер Э. Психология и психотерапия семьи [Текст]/ Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 4-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер, 2008.

### **б) дополнительная литература для работы по Модулю I**

1. Артамонова Е.И. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. – М.: Издательство: Академия, 2011.
2. Калинина Р.Р. Введение в психологию семейных отношений. - СПб., 2008.
3. Нардонэ Дж., Вацлавик П. Искусство быстрых изменений. – М.: Издательство Института психотерапии, 2006.

4. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: [учебное пособие для вузов/ Е. И. Артамонова и др.]. - М.: Академия, 2011.
5. Психология семейных отношений: Учеб. пос. для студентов вузов под ред. О. А. Шаграевой и А. М. Сергеева. – М.: Изд. центр «Академия», 2008.
6. Пэпп П. Семейная терапия и ее парадоксы. - М: Независимая фирма «класс», 2006.
7. Роджерс К. Брак и его альтернативы. – М.: Этерна, 2006.
8. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. – М.: Психотерапия, 2008.



## Модуль II. Основные подходы в психологической работе с семьей

### Тема 7. История развития психологии семьи и семейной психотерапии

**Предпосылки возникновения семейной психологии и психотерапии.**

**Школа Пало Алто.**

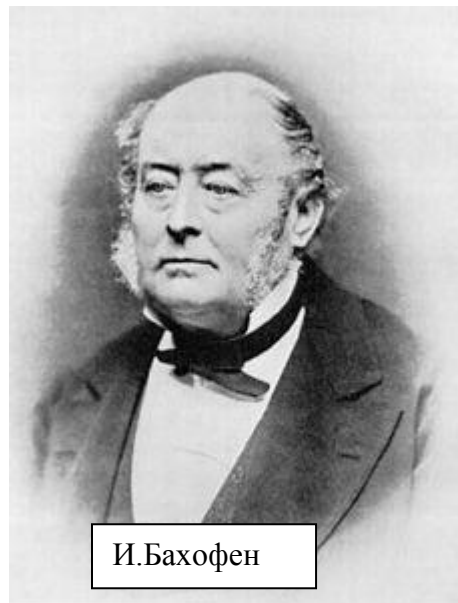
**Роль Джея Хейли в развитии методов работы с семьей.**

**Мюррей Боуэн: четыре принципа работы с семьей.**

**Миланский институт семейных исследований.**

**Отечественная семейная психотерапия.**

Вероятно, одним из самых сложных в нашей науке будет, как это ни странно, вопрос об ее становлении – не случайно мы не стали говорить об этом в начале книги. Семье и браку посвящено множество исследований с древности до наших дней. Упоминаемые выше Платон и Аристотель обосновывая свои взгляды на супружество и семью, критиковали тип семьи своего времени и даже выдвигали проекты ее преобразования. Достаточно фантастические для своего времени и бесплодные. Сегодня же наука располагает обширной и достоверной информацией о характере семейных отношений в истории развития всего общества. Изменение семьи от промискуитета (беспорядочных половых связей), группового супружества, матриархата и патриархата до моногамии. По мере того, как общество поднималось по ступеням развития, так и семья переходила от низшей формы к высшей. Опираясь на этнографические исследования, можно выделить [в истории человечества] три вполне изученные эпохи: *дикость, варварство и цивилизацию*. Каждая из них имела свои общественные институты, доминирующие формы отношений между мужчиной и женщиной, свою семью. Большой вклад в изучение динамики семейных отношений в истории развития общества внесли швейцарский



И.Бахофен

историк И.Я. Бахофен<sup>65</sup>, написавший книгу «Материнское право» (1861), и шотландский юрист Дж. Ф. Мак-Леннан<sup>66</sup>, автор исследования «Первобытный брак» (1865).

Для ранних ступеней общественного развития была характерна *беспорядочность половых отношений*. С появлением родов как некоего социального объединения возник *групповой брак*, который регулировал эти



Дж.Ф.Мак-Леннан

отношения. Группы мужчин и женщин жили рядом и состояли в «коммунальном браке» – каждый мужчина считал себя мужем всех женщин. Постепенно формировалась *групповая семья*, в которой женщина занимала особое положение. Через *гетеризм (гинекократию)* – отношения, основанные на высоком положении женщин в обществе – прошли все народы в направлении к *индивидуальному браку и семье*. Дети находились в женской группе и, только повзрослев, переходили в группу к мужчинам. Первоначально доминировала *эндогамия* – свободные связи внутри рода, затем, в результате возникновения социальных «табу», *экзогамия* – запрет браков внутри «своих» родов и необходимость вступать в него с членами других общностей. Род состоял из *половин*, возникающих в ходе соединения двух линейных экзогамных племен, или *фратрий* (дуально-родовая организация), в каждой из которых мужчины и женщины не могли вступать в брак друг с другом, а находили себе пару среди мужчин и женщин другой половины рода. Табу *инцеста (запрета на кровосмешение)* в свое время

<sup>65</sup> **Иоганн Якоб Бахофен** (1815-1887) — швейцарский ученый, этнограф, юрист, антиковед. Внес крупный вклад в теорию социальной эволюции, науки о родстве, семье. Изучал первобытное общество.

<sup>66</sup> **Джон Фергюсон Мак-Леннан** (1827-1881) - шотландский ученый, один из оригинальнейших исследователей первобытного строя общества, изучал историю брака, начиная от первобытной формы похищения до более сложных форм, приведших к образованию семьи.



Э.Вестермарк

исследовал Э. Вестермарк<sup>67</sup>. Он доказал, что такая *социальная норма* укрепляла семью. Появилась кровнородственная семья: *брачные группы были разделены по поколениям, половая связь между родителями и детьми была исключена.*

Позднее сложилась *пуналуальная семья* – групповой брак, охватывавший братьев с их женами или группу сестер с их мужьями. В такой семье исключалась половая связь между сестрами и братьями.

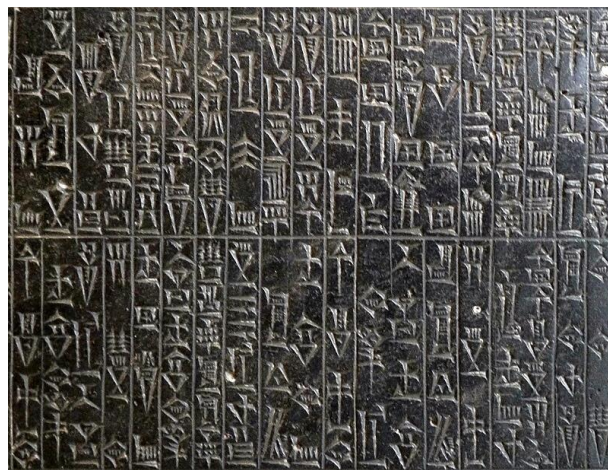
Родство определялось по материнской линии, отцовство было неизвестно. Такие семьи наблюдались учеными в индейских племенах Северной Америки.

Затем сформировался и *полигамный брак: многоженство, многомужество*. Дикари убивали новорожденных девочек, из-за чего в каждом племени был избыток мужчин, а женщины имели несколько мужей. В такой ситуации, когда родство по отцовской линии определить было невозможно, сложилось *материнское право* (право на детей оставалось за матерью). И многоженство – оно возникло из-за больших потерь мужчин во время войн. Мужчин было мало, и они имели по несколько жен. Ведущая роль в семье перешла от женщины (*матриархат*) к мужчине (*патриархат*). По своей сути, патриархат был связан с наследственным правом, с властью отца, а не мужа. Задача женщины сводилась только к рождению детей, наследников отца - от нее требовалось соблюдение супружеской верности (поскольку материнство всегда очевидно, а отцовство – нет).

---

<sup>67</sup> Эдвард Александр Вестермарк (1862-1939) — шведоязычный финский философ и социолог, один из пионеров сексологии.

В кодексе вавилонского царя Хаммурапи [за несколько тысячелетий до нашей эры] была провозглашена моногамия, но вместе с тем закреплено неравенство мужчин и женщин. Господином в моногамной семье стал мужчина-отец, заинтересованный в том, чтобы удержать собственность в руках кровных наследников. Состав семьи ограничивался, от женщины требовалась строжайшая супружеская верность, а прелюбодеяние жестоко каралось. Мужчинам разрешалось брать наложниц. Подобные законы издавались в древние и средние века практически во всех странах.



Фрагмент свода законов Хаммурапи

Исследователи заметили, что антитезой моногамии была проституция - в некоторых обществах была распространена так называемая религиозная, или храмовая проституция: вождь племени, или иной представитель власти, жрец, а то и любой желающий имел право провести ночь с *жрицей любви*. А право первой ночи? Великой честью для молодоженов считалось, если правом первой ночи пользовался сам властитель, вождь, король...

Взаимоотношения родителей и детей на протяжении истории также многократно трансформировались. Сегодня иногда различают такие стили отношения к детям:

- *инфантицидный* – детоубийство, насилие (с древности до IV в. н.э.);
- *бросающий* – ребенка отдают кормилице, в чужую семью, в монастырь и пр. (IV–XVII вв.);
- *амбивалентный* – дети не считаются полноправными членами семьи, им отказывают в самостоятельности, индивидуальности, «лепят» по «образу и подобию», в случае сопротивления жестоко наказывают (XIV–XVII вв.);

- *навязчивый* – ребенок становится ближе родителям, его поведение строго регламентируется, внутренний мир контролируется (XVIII в.);

- *социализирующий* – усилия родителей направлены на подготовку детей к самостоятельной жизни, формирование характера; ребенок – объект воспитания и обучения (XIX – начало XX в.);

- *помогающий* – родители стремятся обеспечить индивидуальное развитие ребенка с учетом его склонностей и способностей, наладить эмоциональный контакт (середина XX в. – настоящее время).

В XIX веке появляются исследования эмоциональной сферы семьи, влечений и потребностей ее членов Фредерика Ле Пле<sup>68</sup>. Семья изучается как малая группа с собственным, присущими ей жизненным циклом, историей возникновения, функционирования и распада. Исследуются чувства, страсти, умственная и нравственная жизнь. Именно Ле Пле констатировал направление от патриархального типа семьи к нестабильному, с разрозненным существованием родителей и детей, с ослаблением отцовского авторитета, влекущим дезорганизацию общества.



Ф. Ле Пле

Более поздние исследования были сосредоточены на изучении взаимодействия, коммуникациях, межличностном согласии, проблемах близости членов семьи в различных социальных и семейных ситуациях, на организации семейной жизни и факторах устойчивости семьи как группы.

Во второй половине XX века возникает семейная психотерапия как системная практика, в основе которой лежит общая теория систем.

---

<sup>68</sup> **Фредерик Пьер Гийом Ле Пле** (1806-1882) французский социолог, политический деятель, горный инженер, профессор Политехнической школы в Париже. В объяснении социальных явлений придавал ведущее значение технологическим, географическим и морально-религиозным факторам.

Системная семейная психотерапия возникла во второй половине 60-х гг.



Л. фон Бергаланфи

XX в. В основе системной семейной психотерапии лежит общая теория систем Л. фон Бергаланфи<sup>69</sup>, откуда вытекает следующее: объектом воздействия является не отдельный человек, а вся семья, вся семейная система. Эта система имеет такие признаки (см. выше):

1) система как целое больше, чем сумма ее частей;

2) что-либо, затрагивающее систему в целом, влияет на каждый отдельный элемент

внутри системы;

3) расстройство или изменение в состоянии одной части системы влечет изменение других частей и системы в целом.

Напомним, что дальнейшее развитие в изучении человеческих коммуникаций, в том числе, в *семейной группе*, мы можем увидеть в работах П.Вацлавика, С.Минухина и др.

В настоящее время семейная психологи и психотерапия представляют собой гибкую систему, которая может включать в себя индивидуальные встречи с членами семьи, работу с отдельными семейными подсистемами (супружеской, детско-родительской диадой, триадой — родители и проблемный ребенок, подсистемой sibсов и т.д.), нуклеарной семьей или с многопоколенной, распространенной семьей (делая при этом акцент на совместную работу и планируя создание условий для изменения во всей семейной системе). Что касается теоретических обоснований, то среди множества концепций выбор, в основном, делается психодинамикой и

---

<sup>69</sup> Карл Людвиг фон Бергаланфи (1901-1972) — австрийский биолог, проживавший в Канаде и США с 1949 года. Первооснователь обобщенной системной концепции под названием «Общая теория систем».

теорией систем. Собственно, можно даже определить эти основные концепции:

- подходы, ориентированные на семейную историю;
- подходы, ориентированные на структуру семьи;
- подходы, ориентированные на переживание.

Давайте попробуем рассмотреть подробнее.

**Школа Пало Алто.** Один из лидеров этой школы, Д.Джексон<sup>70</sup>, ввел понятие «*семейного гомеостаза*». Согласно Джексону, «*семейная стабильность*», обеспечивающая «*семейный гомеостаз*», является динамическим понятием, а жизнь семьи – это «*стабильность в изменяемости*». Джексон понимал симптоматическое поведение детей как неудачную попытку восстановления «семейного статус-кво»: постоянные ссоры родителей приводят к нарушениям поведения детей, а появление у ребенка симптоматического поведения отвлекает родителей от ссор и заставляет больше внимания уделять ребенку – «*носителю симптома*». В дальнейшем [в англо-американской научной литературе] закрепился термин для обозначения больного члена семьи – «идентифицированный пациент» (IP) – тот, которого остальные члены семьи считают больным или «носителем симптома». Джексон развивал мысль о преобладающих в семьях паттернов поведения. Он полностью отказался от основополагающих понятий психоанализа – проекции, регресса, индивидуальных мотивов – для объяснения поведения человека в семье и ввел понятие «*семейные правила*», описав три их типа:



Д.Джексон

1) *открытые нормы* – в семье налажен открытый обмен информацией о том, кто и что делает в семье;

---

<sup>70</sup> Дональд деАвила Джексон (1920-1968) - американский психиатр и психоаналитик.



2) *ценности* – члены семьи открыто признают, что важно для них, а что нет;

3) *гомеостатические механизмы* – их определяют как правила и ценности и претворяют в жизнь.

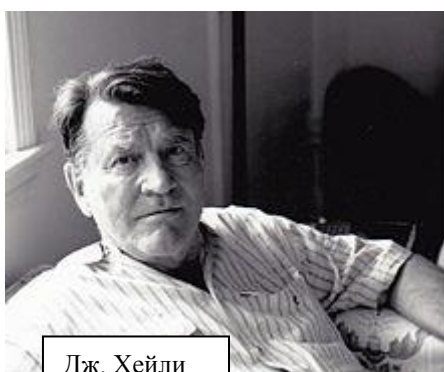
В свое время Джексон пришел к мысли, что дисфункция семьи связана с недостатком правил, обуславливающих изменения<sup>71</sup>.

В свое время ученые обратили внимание, что семьи легко адаптируются к увеличению бюджета и с большим трудом – к его уменьшению.

Джексон считал, что *ведущим фактором, обуславливающим характер взаимоотношений в семье, является процесс переговоров, согласований, борьбы, в результате которых определяется способ координации усилий. Семейные правила могут быть явными и закрытыми. Если они закрытые, то задача психотерапевта – помочь членам семьи осознать, а затем изменить их.* Он одним из первых описал *симметричные и комплементарные (дополняющие)* взаимоотношения в семьях.

*Симметричные* отношения основаны на равенстве и сходстве в понимании и решении семейных проблем – оба родителя воспитывают детей, оба занимаются домашним хозяйством, оба строят служебную карьеру.

*Комплементарные* отношения строятся на принципе противоположности и взаимного дополнения. Например, он – лидер, она – ведомая; он – логичен, она – эмоциональна; он – слабый, она – сильная и т. д.



Дж. Хейли

Другая видная фигура в школе Пало Алто – Джей Хейли<sup>72</sup>, автор метода психотерапии, который получил название «*проблеморешающей терапии*» (*problemsolving therapy*), в отличие от Джексона, предполагавшего, что семьи стремятся к сохранению гомеостаза, считал, что *отношения в семье определяются исходом борьбы супругов за контроль над другими членами семьи. Симптом – один из способов контролировать поведение окружающих.* По мнению Хейли, задача семейной психотерапии –

<sup>71</sup> Jackson D. Communication, Family and Marriage (Human communication, volume 1). - Palo Alto, CA: Science & Behavior Books, 1968.

<sup>72</sup> Джей Хейли (1923-2007) – американский психолог, один из основателей семейной психотерапии.



предоставить людям другие способы воздействия. Например, навязчивое мытье рук у жены может быть способом протеста против деспотизма мужа. Кстати, Хейли считал, что лечебный эффект семейной психотерапии значительно возрастает, если у психотерапевта собираются все члены семьи. Вкладом Хейли в семейную психотерапию стали различные задания (директивы) членам семьи. Выполнение заданий обеспечивало равенство, каждый член семьи имел право высказать свое мнение или что-то сделать. Цели этих заданий:

- изменить поведение членов семьи;
- найти дополнительный стимул для построения отношений психотерапевта с членами семьи;
- изучить реакции членов семьи при выполнении ими заданий; осуществить поддержку членов семьи, так как во время выполнения заданий психотерапевт как бы незримо присутствует<sup>73</sup>.

Забавно: Хейли эффективно использовал в своей практике *прием молчания*. Он молчал в тех ситуациях, когда пациент пытался контролировать психотерапевта или манипулировать им. Он не отвечал на те реплики пациента, которые касались симптоматического поведения...

Выше мы упоминали еще одного видного представителя школы Пало Альто – Мюррея Боуэна, который по праву считается одним из основоположников семейной психотерапии в США.

Когда он приглашал на *сессию* всех членов семьи, то поражался их эмоциональной вовлеченности, преобладанию эмоциональных реакций над логическими доводами, неспособности отделиться от конфликта. Такое явление он назвал «недифференцированной эго-маской».

К 1964 г. Боуэн разработал свой метод семейной психотерапии, который включал в себя четыре принципа:

---

<sup>73</sup> Хейли Д. Терапия испытанием. Необычные способы менять поведение. – М.: Класс, 1998.

- *определение и прояснение отношений*. Каждому из супругов предлагается обращаться прямо к психотерапевту, который выступает в роли транслятора. Такая позиция психотерапевта позволяет ему контролировать аффективную сторону общения, поддерживать спокойствие и быть объективным. Обычно к супругу, который молчит на сессии, никто не обращается, и вследствие этого он менее эмоционально реагирует и хуже понимает, что происходит. Психотерапевт приглашает участников сессии сосредоточиться на своих мыслях, а не на чувствах. После того как супруги достигнут прогресса в рациональном взаимопонимании, психотерапевт пригласит их обсудить свои переживания и чувства;

- *«невовлечение в треугольник» (keeping self detriangled)*. Боуэн рекомендовал психотерапевтам не вовлекаться эмоционально в конфликты, сосредоточивать свое внимание на процессе отношений, а не на содержании. Очень важно не солидаризоваться ни с кем, не быть углом в треугольнике.

- *обучение супругов эффективно эмоциональному общению*. Принимающий, нейтральный и спокойный семейный психотерапевт создает такую атмосферу, в которой члены семьи перестают бояться, что он вступит в сговор с кем-то одним из них против других. С этого момента психотерапевт позволяет себе привлекать внимание членов семьи к эмоциональной стороне отношений: «Вы ревнуете? ... Вы очень раздражены... Вот, вы улыбнулись»;

- *«занятие Я-позиции» (Taking «I» position stands)*. Психотерапевт приветствует в членах семьи их самоуважение и то, что они в присутствии психотерапевта не забывают о себе и определяют свои отношения друг к другу. Благодаря этому члены семьи преодолевают «недифференцированность Я» в собственных дисфункциональных семьях

В 1956 г. группа ученых из Пало Алто опубликовала работу «По направлению к теории шизофрении»<sup>74</sup>, которая была посвящена концепции

---

<sup>74</sup> **Gregory Bateson, Don D. Jackson, Jay Haley and John Weakland.** Toward a theory of schizophrenia. - Veterans Administration Hospital, Palo Alto, California; and Stanford University. Behavioral Science, 1956. - 1(4). - P. 251-254.

«двойной связи» (*double-bind*). Исходное ее положение заключалось в том, что психотическое поведение пациента может быть не только и не столько следствием мозговой дисфункции, сколько результатом освоения способов общения с реальностью на основе искаженной коммуникации. «Двойная связь» – вид искаженной коммуникации, когда индивид получает два противоречивых послания, причем ему трудно вскрыть их противоречивость, и реакция индивида предопределена. Вот пример:

1) индивид находится в ситуации значимых отношений, например, в системе «мать-ребенок»;

2) индивид вынужден реагировать;

3) индивид получает от значимого лица два взаимосвязанных, но противоречивых послания на разных уровнях;

4) полученные послания трудно обнаружить или прокомментировать.

И характеристики «двойной связи»:

- «двойная связь» может возникнуть, если есть двое или больше лиц, связанных значимыми отношениями;

- «двойная связь» носит повторяющийся характер;

- «двойная связь» начинается с первичного негативного суждения типа «не делай этого, а то я тебя накажу»;

- второе суждение конфликтует с первым, но на более абстрактном уровне. Оно тоже подкреплено наказанием или угрозой наказания; очень часто второе суждение является невербальным;

- имеется и третье негативное суждение, которое не дает возможности выйти из ситуации и требует ответа. Без этого существенного фактора жертва не чувствует себя связанной.

Как видим, эта школа делает акцент на текущих паттернах взаимодействия в семье и взаимоотношении этих паттернов с симптомами (или проблемами) идентифицированного пациента.

Примером нового важного подхода к системной семейной терапии можно считать Миланскую модель, созданную Марой Сельвини Палаццоли<sup>75</sup> и др. Длительное время они пользовались поддержкой Пола Вацлавика. За короткое время Миланская группа достигла успехов в работе с членами семьи–шизофрениками и с клиентами с нарушениями пищевого поведения. В настоящее время они используют в качестве главного *метод двух комнат*: терапевт и клиент находятся в одном помещении и отделены от коллег-терапевтов, которые наблюдают лечение через одностороннее зеркало или путем видеонаблюдения. Лечащий и наблюдающий терапевты обсуждают концепцию сеанса терапии (обсуждение гипотез). Разговором руководит лечащий терапевт. При необходимости терапевт и наблюдатели проводят консультации во время перерывов. По завершении разговора команда врачей принимает решение об оптимальном конечном вмешательстве (например, домашнее задание или разъяснение симптома), которое сразу сообщается клиенту. Цель этого вмешательства – во-первых, устранить образцы взаимодействия в системе (члены семьи и/или другие значимые для пациента люди), и, во-вторых, изменить симптомы, на которые жалуется клиент.



М.С.Палаццоли

С. Минухин (см. выше) начал свою карьеру в качестве семейного психотерапевта в 1960-х гг. и оказал значительное влияние на развитие теории и практики семейной психотерапии. Он сосредоточился преимущественно на *структурном аспекте семейной системы*. Работая с делинквентными подростками, вскрыл два основных дисфункциональных паттерна, характерных для их семей:

---

<sup>75</sup> **Мара Сельвини Палаццоли** (1916-1999) – известный итальянский психиатр, представитель системного и конструктивистского подхода к семейной психотерапии.

- *перемешанность (enmeshment)* – понятие, близкое к симбиозу или низкой дифференцированности (по Боуэну);

- *разобщенность (disengagement)* – понятие, полярно противоположное симбиозу, когда психологическая дистанция между членами семьи, наоборот, слишком велика.

В 1965 г. Минухин возглавил Детскую клинику в Филадельфии и привлек к работе в ней Дж. Хейли. Совместно ими были разработаны две основные стратегии работы с семьей, вошедшие в «золотой фонд» семейной психотерапии и способствовавшие созданию новых техник на их основе:

- стратегии следования за семьей с целью снижения сопротивления изменениям (никто не примет совета от человека, который недостаточно хорошо вник в ситуацию и не вполне понимает вовлеченных в нее людей);

- стратегии реконструирования семейной структуры или реструктурирования семьи.

С 1975 г. Минухин стал заниматься психосоматическими семьями и семьями больных нервной анорексией.

В нашей стране, напомним, психология семьи стала развиваться в 50-х годах прошлого века - тогда появились теории, объясняющие функционирование семьи как системы, мотивы вступления в брак, раскрывающие особенности супружеских и родительско-детских отношений, причины семейных конфликтов и разводов. Но еще в последней четверти XIX в. возникло учение о «семейной диагностике» и «семейном лечении» различных психических расстройств. Подлинным основоположником семейной психотерапии в России [и одним из первых в мире] был И.В. Маляревский. В 1882 г. в Санкт-Петербурге он основал лечебно-воспитательное заведение для психически больных детей и подростков, персонал здесь уделял большое внимание *диагностике взаимоотношений в семьях психически больных, роли дисгармоничного воспитания в формировании тех или иных проявлений душевных болезней*. С родственниками больных детей проводилось «семейное воспитание» — по

сути, прообраз современной семейной психотерапии. Позже возникла настоятельная необходимость привлечения семьи и при решении медицинских, педагогических, социальных задач, что повысило роль семьи в успешном и эффективном функционировании в соответствующих областях. 80-е годы связаны с приходом в науку и практику А.С.Спиваковской<sup>76</sup>, Э.Г.Эйдемиллера<sup>77</sup> и др. И особенно в последние десять-пятнадцать лет, так же, кстати, и как и другие направления и школы психотерапевтической практики. Традиционно психотерапией занимались врачи, и, в основном, в виде гипнотерапии и рациональной терапии. Психология существовала как академическая наука и психодиагностика. Обучения методам и техникам психотерапевтической работы не было. Знание приходило из книг, благодаря редким визитам звезд мировой психотерапии. В России прочитали лекции В.Франкл (1984), К.Роджерс (1985), В. Сатир (1988). Эти визиты показали совершенно новые горизонты, побуждали наших практиков пробовать себя в новой области знания и практики. Первый в России *центр психологической помощи семье* был открыт в 1981 году при факультете психологии МГУ. Его заведующим был профессор В.В.Столин<sup>78</sup>. Помощь оказывалась бесплатно, все работающие в психологическом центре были сотрудниками факультета психологии МГУ. Через три года в Москве открылась городская семейная консультация при Моссовете. Она была организована так: в рамках одной структуры работала служба знакомств (*marriage bureau*) и отделение психологической помощи семье. Эта консультация существует до сих пор, правда, с гораздо меньшим составом сотрудников и потоком клиентов. В это же время в Ленинграде в



<sup>76</sup> Алла Семеновна Спиваковская (род.1947) – известный отечественный семейный и детский психолог, психотерапевт.

<sup>77</sup> Эдмонд Георгиевич Эйдемиллер (род.1943) – известный отечественный психолог, психиатр, один из основоположников семейной психотерапии и онтогенетически ориентированной индивидуальной и групповой психотерапии в России.

<sup>78</sup> Владимир Викторович Столин (род.1947) — российский психолог и предприниматель.

Бехтеревском институте Э.Г. Эйдемиллер и др. тоже стали оказывать психологическую помощь семьям.

В последующие годы семейная психотерапия развивалась довольно активно. **Психологическая помощь семье как область деятельности психологов получила государственное признание.** Стали открываться секции «Семья и брак» при гинекологических консультациях - эти консультации сейчас широко распространены. Кроме того, психологи и медики стали понимать, что, например, эффективно помочь ребенку с нарушениями развития или с эмоциональными нарушениями можно лишь в том случае, если для оказания психологической помощи ребенку привлекается его семья.

Сегодня российские семейные психотерапевты стали членами ИФТА (Международной ассоциации семейных психотерапевтов). В Москве, Санкт-Петербурге, Ижевске, Новосибирске, Самаре, Нижнем Новгороде и других городах работают специалисты, обученные в соответствии с Европейскими и Американскими программами подготовки семейных психотерапевтов. Психотерапия становится все более и более популярной в России. Постоянное обучение системной семейной психотерапии осуществляется в Московском институте практической психологии и психоанализа.

Но заметим: семейная психотерапия пришла в Россию с Запада. Концепции, идеология, методики и техники были разработаны в Европе и США и в неизменном виде перекочевали в Россию. Естественно, они стали подвергаться влиянию русской культуры и русской ментальности, носителями которой являются и сами психотерапевты, и семьи, с которыми они работают. Иная культурная среда - она видоизменила и продолжает видоизменять психотерапевтический «импорт»...

Жизненный цикл российской городской семьи значительно отличается, например, от американской. Эти отличия связаны, прежде всего, с экономическими причинами, однако здесь присутствуют и культурные особенности сознания россиян. Главное отличие в том, что в России одно время практически не было отдельно живущих нуклеарных семей: во-первых, потому, что у большинства населения нет денег, чтобы купить себе отдельную квартиру или выстроить дом, во-вторых, жизнь большой семьей не считается тяжелой и неприятной. Ценность родственных отношений очень высока - у нас к любой пожилой

женщине можно обратиться «бабуля» – это будет и уместно, и вежливо. *Сынок, помоги или доченька, спасибо тебе* - мы слышим это от незнакомых людей на улице.

Рассмотрение разных подходов и взглядов имеет принципиальное значение не потому, что надо найти один правильный - каждый подход отражает какую-то определенную часть реальности. Кроме того, не следует забывать, что врачи, психологи, психотерапевты тоже люди, и очень разные, и каждому из них необходимо найти свой стиль, свой способ работы, а не искать «единственно правильный» или «самый эффективный». Представители разных школ работают и с поведением, и с актуальной ситуацией, но они практически не апеллируют к сознанию и сознательной его перестройке.

Добавим: семейная структура характеризуется и внешними границами – степенью открытости семейной системы для контактов с внешним миром. Слишком открытые семейные системы похожи на «проходной двор», куда в любую минуту могут вторгнуться извне - она не дает членам семьи чувства комфорта и безопасности. Но не менее опасной является и чрезмерная закрытость системы. Закрытость, как правило, ведет к страху перед внешним миром, отсутствию навыков общения с другими людьми, повышенной тревожности.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 7**

1. Подготовьте сообщения о трудах И.Бахофена и Дж.Мак-Леннана.
2. Что такое *социальная норма*?
3. Что такое *пуналуальная семья*?
4. Дайте представление о трансформации стилей отношения к детям.
5. Расскажите об истории создания семейной системной психотерапии.
6. Подготовьте сообщения о школе Пало-Альто.
7. Подготовьте сообщения о Миланской школе.
8. Подготовьте сообщения об истории развития семейной психотерапии в России.
9. Попробуйте самостоятельно обосновать положения о различии в жизни семьи в России и за рубежом (в любой стране по выбору).



## Тема 8. Стратегический подход в психологической работе с семьей: зарубежный опыт консультирования

Стратегии вмешательства по М.Эриксону.

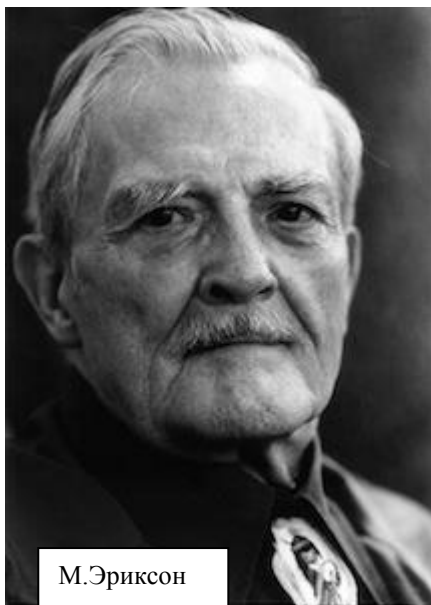
Эриксоновский гипноз. Понятие легкого транса и его роль в работе с семьей.

Роль метафоры. Построение метафор.

Грегори Бейтсон, Карл Витакер: развитие принципов стратегического подхода.

Системная психотерапия.

Один из известнейших методов семейной терапии называется *проблеморешающая, короткая психотерапия*, так как он ориентирован на скорое решение проблем. Наиболее известные фигуры этого направления – Дж. Хейли (см. выше), К. Витакер (Уитакер)<sup>79</sup>, К.Маданес<sup>80</sup>. Психотерапевты этого направления не концентрируются на особенностях личности членов семьи - данный подход характеризуется *чрезвычайным вниманием к деталям симптома и меньшим интересом к семье*. Широкую популярность это



М.Эриксон

направление приобрело к 1970 г. И большую часть идей представители этого метода почерпнули из опыта работы М. Эриксона<sup>81</sup>, в чьей практике выделяются два подхода: *использование косвенных методов воздействия и принятие всего, что предлагает клиент*.

*Сутью стратегического подхода является разработка стратегии для решения проблем, так как изменения в семье важнее, нежели понимание причин нарушений*. Стратегические

психотерапевты исследуют факторы, обеспечивающие устойчивость проблемы, которая поддерживается существующим взаимодействием в семье, и поэтому стремятся выявить то поведение, которое подкрепляет

<sup>79</sup> **Карл Витакер** (1912-1995) – известный американский психолог, психотерапевт, один из пионеров семейной психотерапии.

<sup>80</sup> **Клу Маданес** (род.1945) – известный американский врач (по происхождению аргентинка), педагог, психолог.

<sup>81</sup> **Милтон Эриксон** (1901-1980) — американский психиатр, специализировавшийся на медицинском гипнозе. Его подход к измененным состояниям сознания лег в основу целого направления, известного как эриксоновский гипноз. Его психотерапевтическая модель стала основой нейролингвистического программирования.

проблему. Многие представители этого направления полагают, что *нормально функционирующая семья – это та, которая избегает симптомов и способна функционировать в соответствии с требованиями меняющихся обстоятельств.*

Сам М.Эриксон верил в то, что все проблемы и уникальны, и универсальны и могут быть решены многими способами. По его мнению, пациенты склонны воспринимать свои проблемы как ловушку, из которой возможен лишь один выход, неизвестный им, а на самом деле у них есть широкий набор/выбор альтернатив. Он энергично вмешивался, чтобы нейтрализовать *пойманные* симптомы и чтобы побудить пациента вести себя новым, более *адаптивным* путем. В отличие от большинства психотерапевтов, считающих, что ответственность за успех психотерапии лежит на пациенте, Эриксон считал, что он сам, как специалист, полностью отвечает за результат лечения.

Широкая известность Милтона Эриксона началась с книги «*Стратегии семейной терапии*», составитель которой, Дж. Хейли, психотерапевт с мировым именем, один из основателей семейной терапии.

Цели терапии Эриксона очень просты – вот жизненный цикл семьи, где главным:

- в период ухаживания - брак;
- в первые годы семейной жизни – рождение детей;
- на любой другой стадии жизни семьи критическим шагом в ее развитии является переход на следующую стадию.

И приемы семейной психотерапии по Эриксону:

- поощрение сопротивления;
- предложение худшей альтернативы;
- коммуникация с помощью метафор;



Та самая книга на русском языке

- поощрение рецидива;
- поощрение реакции посредством ее фрустрации;
- использование пространства и положения членов семьи во время терапии;
- подчеркивание положительного и доверие подсознанию;
- амнезия, управление информацией и отказ от самоисследования;
- пробуждение и высвобождение;
- работа с жизненным циклом семьи.

Для эриксоновского подхода характерно ярковыраженное внимание к той проблеме, которая, по мнению клиента, привела его к психотерапевту. Если клиент пришел избавиться от симптома, то Эриксон и специалисты в области стратегического подхода обычно работают *прямо на устранение симптома*, и, посредством такой работы, производят все изменения во взаимодействиях между супругами. Сам Эриксон утверждал, что для пациента область симптома является наиважнейшей, поэтому именно в этой области психотерапевт может установить *рычаг*, который и послужит орудием изменения. Если один из супругов страдает от симптома, то устранение симптома может изменить супружескую жизнь в целом (например, Эриксон приводил классический случай, когда оба супруга страдают от одного и того же симптома - и муж, и жена страдали ночным недержанием мочи). Эриксон устранил симптом у обоих, заставив их намеренно и одновременно помочиться в постель. Эриксон часто обставлял все так, что человеку оказывалось труднее сохранять проблему при себе, чем решить ее. Некоторые из предписаний предполагают выполнение добровольно взятых на себя неприятных обязательств, например, обязательства делать зарядку каждый раз в два часа ночи, если симптом за данные сутки проявился большее число раз, чем пациент того хотел. Неплохо?<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Милтон Эриксон, Джей Хейли. Стратегии семейной терапии. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2008.

И еще: считается, что гипноз - особая ситуация, где достаточно слова *расслабьтесь*, и человек заснет. Эриксон вернул гипнозу статус эффективного терапевтического метода, лишённого таинственности и мистики. *Эриксоновский гипноз — недирективное (неприказное)* направление психотерапии с большой степенью гипнабельности, направленное на индивидуальный подход. В нем нет четких правил и схем. Это мягкое, *экологическое* воздействие. Внушение здесь косвенное и в символической форме. По сути, формально, М.Эриксон не использовал гипноз, но его стиль работы пронизан гипнотической ориентацией, и создается впечатление, будто любое действие проистекает именно из этого искусства. Эриксон мастерски владел *метафоричным подходом*. Он был выдающимся мастером слова. Некоторые метафоры и притчи, в которых был намек на решение проблемы, он придумывал специально для каждого конкретного человека. Например, при общении с детьми Эриксон использовал их язык и их видение ситуации, рассматривая это как обязательную часть гипнотической техники.

Указания терапевта в данной практике не являются простыми или прямолинейными - они включают в себя множество аналогий, применяемых к проблемам пациента. При этом метафоры *не объясняются*. Эриксон *не переводил бессознательное общение в сознательную форму* - он основывался на положении о существовании внутри человека естественной тенденции к развитию. **В человеке есть бессознательные позитивные силы, которые надо высвободить для того, чтобы личность продолжала развиваться.** В гипнотической модели Эриксона речь максимально обобщена, неопределенна и расплывчата. Человек сам как бы наполняет/заполняет пространство, специально созданное для него.

Метафоры, которые являются законченными историями с многозначным сюжетом, играют важную роль в эриксоновской терапии. Метафорой называется вид косвенного внушения, в котором иносказательно дается подобие проблемы человека, пути и способы ее разрешения. За счет создания целостной истории метафора попадает непосредственно в правое полушарие, где встречается с бессознательным, для которого она создавалась. Метафора многозначна, поскольку никогда нельзя определить, сколько значений вкладывается в одну терапевтическую историю. Пациент находит в ней тот смысл, то

значение, которое близко ему и которое психотерапевт, может быть, даже не вкладывал в нее. Создание метафор, безусловно, является искусством, однако существуют принципы их создания, каждый психотерапевт может иметь свои заготовки и излюбленные подходы, но следует помнить, что любая заготовка в конкретном случае должна/может быть изменена, дополнена - ведь метафора создается непосредственно для данного человека. Как бы часто психотерапевт ни использовал свою заготовку, каждый раз у него будет получаться новая история. Метафоры играют роль психологических субстратов, с помощью которых мы зондируем бессознательное пациента, пытаемся дать ему необходимые идеи и пробудить его ресурсы.

В эриксоновском гипнозе используется несколько видов метафор:

- *метафоры сравнения* - в ходе беседы, гипнотического транса, обсуждения домашнего задания сравнивается сегодняшнее состояние клиента с предыдущим, сравниваются его понятия с чем-то, что он может дать в качестве образца. Можно соотнести его состояние с тем, что было раньше в его жизни, можем сравнивать с его будущим самочувствием, как он может себе это представить, с каким-то явлением природы, с человеком, животным, растением. Подобная метафора сравнения может затем служить источником для создания терапевтической метафоры. Возможно, человеку проще сказать, что он ощущает себя сейчас как сломанный росток, и это будет значить гораздо больше, нежели он описал бы свое состояние в терминах ощущений. Метафоры сравнений могут являться лингвистическим приемом, употребляемым терапевтом для облегчения самочувствия и самоощущения пациента. Используя приемы *рефрейминга*<sup>83</sup> - находя элементы положительного смысла в заботах человека, придумывая возможные жизненные события, где его недостатки превратятся в достоинства, можно начать незаметную работу по изменению проблемного состояния;

- *встроенная метафора (двойная, тройная спираль)* довольно часто используется в эриксоновском гипнозе. Она может использоваться как вместе с метафорой сравнения, так и с терапевтической метафорой, сочетаясь с ней и дополняя ее. Когда речь идет о встроенной метафоре, фактически мы говорим о форме подачи метафорического материала. Встроенная метафора состоит из нескольких ступеней, обычно из двух или трех. Она представляет собой *историю-матрешку*, когда один сюжет вкладывается в другой, а тот — в третий (вспомните сказки «Тысячи и одной ночи»). Обычно первым этапом встроенной метафоры является *метафора изменений*. Предположим, мы обращаем внимание субъекта на явление природы, например, на зиму, когда деревья спят за окном, а их стволы покрыты белым снегом. Белым снегом покрыты дороги, ветви, листьев давно нет. Примерно на середине повествования, хотя точное деление метафоры на равные половины вовсе не обязательно, мы прерываем первый рассказ и начинаем повествование другой метафоры. Желательно сделать перерыв достаточно заметным, чтобы отделить содержание одной метафоры от другой. В этот момент частицы внимания пациента пытаются сохранить элементы первой метафоры и затем зафиксировать то, что мы будем говорить во второй метафоре. В ней, например, мы будем говорить о доме, который стоит среди снежного леса, и о часах на его стене, о стрелках, которые идут, одна догоняет другую. Самая важная стрелка, маленькая, движется медленно, а стрелка менее важная, минутная, большая, движется намного быстрее, но, несмотря на это, за каждым ее движением стоит намного меньше, чем за движением часовой стрелки... Мы продолжаем

---

<sup>83</sup> **Рефрейминг** — термин, который широко использует НЛП для описания используемых им процедур переосмысления и перестройки механизмов восприятия, мышления, поведения с целью избавления от неудачных (возможно даже патогенных) психических шаблонов. Рамка вокруг рисунка является хорошей метафорой, позволяющей понять суть и механизм рефрейминга. В зависимости от того, что именно попадает в рамку, изменяется информация о содержании картины, а, следовательно, и восприятие того, что на ней изображено. Многие метафоры, сказки, анекдоты можно рассматривать как примеры рефрейминга, где события помещаются в определенную «рамку».

эту метафору до того момента, пока не дадим необходимое внушение, связывая каким-то образом стрелки этих часов с жизнью пациента.

В двойной спирали вторая метафора будет основной, и затем, когда мы ее завершим, снова вернемся к зиме. К зиме, которая царствует за окном, когда одинокие снежинки могут кружиться в призрачном лунном свете, падая вниз и образуя белый пушистый ковер, который укрывает землю, сохраняет в ней все те зерна, что упали в нее. Он сохраняет их до того момента, когда придет весна и солнце пригреет и растопит снег, растопит лед. И снег, и лед, которые, с одной стороны, мешали семенам, а с другой стороны, сохраняли их, теперь будут питательной водой, которая напоит землю, и семена прорастут... И так мы продолжаем, создавая метафору изменений и завершая первую метафору.

Психика человека обладает удивительным свойством — из многих компонентов создает единое целое. Элементы первой метафоры, которую мы специально разделили, она соединяет, а то, что было между двумя частями, то есть вторая метафора, уходит от контроля сознания на уровень бессознательного, помогая ему работать именно с главной метафорой, закрывая его от наблюдения сознания как снег закрывает зерна.

Подобным образом строится и *трехкомпонентная метафора*, когда есть не две матрешки, а три, встроенные одна в другую. Сначала рассказывается первая история, она договаривается примерно до середины, затем начинается вторая, которая также обрывается примерно на середине, затем полностью рассказывается третья история, затем завершается вторая, и самой последней заканчивается первая метафора.

Средняя метафора является основной, и, разумеется, она находится под двойным покровом защиты, что еще вернее отправляет ее на рассмотрение только бессознательному, закрывая от сознания.

Метафора — важный компонент гипнотического внушения, и умение создавать такие метафоры является важным для психотерапевта.

В работе с метафорой не следует опасаться того, что пациент отследит канву метафоры, усвоит ее, запомнит. Бессознательное пациента, которое внимательно следит за метафорой, если она задела его, заинтересовала, будет вести себя совершенно по-другому, нежели сознание. Происходящее в метафоре является для бессознательного такой же реальностью, как и те воспоминания, которые записаны в нем. Оно соотносит услышанное и увиденное в пробужденных метафорой образах с тем, что уже есть в его закромах, кладовых, и как бы встраивает услышанную метафору в свой внутренний личный опыт, дополняя его, встраивая терапевтическую историю в свою внутреннюю мозаику как недостающий в ней элемент.

Поскольку метафора воспринимается в трансе, реальность ее для бессознательного значительно увеличивается. Если исходить из предположения, что бессознательное клиента похоже на ребенка, можно вспомнить, каким образом дети воспринимают сказки. Для них сказочный мир является частью реальности. Они только и ждут, чтобы вырасти и превратиться в принцев, принцесс. Метафора, возможно, порождает такие же ассоциации, когда пациент ждет сигнала, чтобы реализовать то, что она дает ему. Собственная психотерапия и является подобным сигналом для субъекта, своего рода инициацией, символом, что он достаточно зрел для новой жизни.

Способность подобных многослойных метафор вызывать более глубокое состояние транса похожа на действие фракционного гипноза, только в данном случае каждый из последующих слоев метафоры как бы отталкивается от предыдущего и погружает пациента еще глубже.

В восприятии метафор проявляется элемент возрастной регрессии, ее ресурсного компонента, потому что сказка нужна детям для пробуждения внутренних резервов, и, возможно, метафора находит в человеке внутреннего ребенка, а во внутреннем ребенке пробуждает его силу. Метафора в трансе воспринимается намного легче и адекватнее, нежели вне транса. Взрослый человек, услышав метафору, может хмыкнуть и пожать

плечами. Но в трансе он воспринимает метафору открыто, готов согласиться с ней и ей следовать.

Для составления терапевтической истории бывает важно использовать богатый язык, насыщенный различными подробностями, описаниями. Чем красочнее метафора, тем лучше она воспринимается и тем больше у нее шансов заморозить пациента, заставить его любоваться ею, больше шансов отвлечь его сознание и быть радостно принятой бессознательным. Иногда кажется, что пациент приходит к нам для того, чтобы мы проводили его в сказку, которую он уже отчаялся найти. Он благодарен нам за эту встречу с мечтой, чувствует себя отдохнувшим, набравшимся сил для своей привычной ежедневной жизни.

Срединная метафора может содержать даже прямые внушения, но их лучше завуалировать. Прямые внушения могут выступать в виде фраз, написанных на камне в каком-то лабиринте, куда мы завели своего пациента, они могут быть в виде слов, сказанных одним героем другому. При таких условиях прямые внушения за счет буквализма бессознательного и за счет его большей свободы принимаются легко и охотно исполняются. В метафоре можно давать некоторые внушения и инструкции достаточно определенно и конкретно.

Внутри метафоры важно показать ее логичность и неизбежность. Это успокаивает пациента и направляет его мысли в сторону будущего. Интерес к встроенной метафоре и к каждому компоненту в отдельности бывает полезен еще тем, что пробуждает к ней эстетическое влечение, похожее на желание узнать, что же там впереди. Оно похоже на желание, которое двигает человеком, заставляя его в детстве дочитывать книгу с фонариком под одеялом.

Пробуждение в пациенте внутреннего ребенка важно потому, что у детей мало социальных страхов. Они могут бояться сил природы, они могут опасаться недовольства родителей, но они намного лучше находят контакт друг с другом, у них меньше условностей, признаков социального неравенства и многого другого. Если бы взрослый человек так легко завязывал социальные контакты, как ребенок, у людей никогда бы не было нереализованной потребности в друзьях, никогда бы не было жалоб на одиночество, непонимание. Это прерогатива взрослого возраста.

В детском возрасте человек, как и через метафору, получал опыт, обучаясь на примерах героев. Когда ребенок входит в большой мир, он не знает его, и сказки, рассказанные ему родителями, помогают ему в нем адаптироваться. Именно на них строятся его убеждения, ценности, верования. Когда дети взрослеют и приходят во взрослый мир, они сталкиваются с его реальностью и часто с жестокостью. Они претерпевают трансформацию, что-то уходит и забывается, что-то приходит снова, и с помощью метафор можно использовать эту дорогу еще раз.

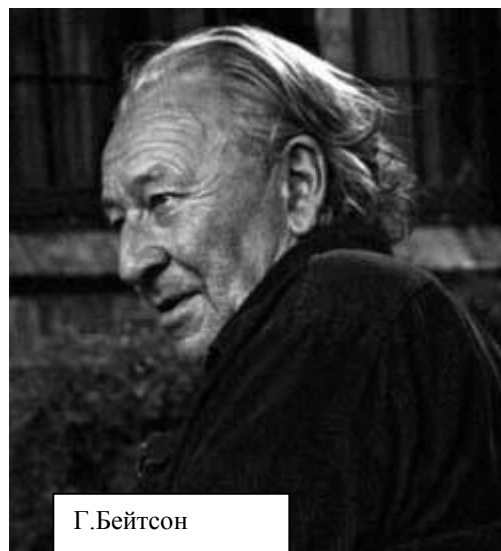
Можно предположить, что метафоры внутри транса воспринимаются особенно эффективно за счет особого ожидания пациента, который пришел на психотерапевтический сеанс.

Метафора, попавшая в бессознательное, продолжает работать и тогда, когда сеанс окончен, за счет своей многослойности. Выход из транса с метафорами неуловимо похож на выход из сна, когда человек может запомнить самое последнее сновидение намного легче, чем предыдущие. Поскольку последним сном в данной метафоре является первая история, которая под собой носит контекст изменений и во многом специально представляется сознанию, то нет ничего предосудительного в том, чтобы пациент запомнил эту часть.

Средняя метафора может быть либо самой короткой, потому что, чем короче метафора, тем легче она забывается. Она будет носить характер ударной идеи, которая направлена напрямую в центр проблемы пациента. В других случаях средняя метафора может представляться терапевтической метафорой со всеми ее компонентами, ролями, связями. Она будет многогранной и наиболее подобной проблеме пациента, но за счет

своей величины, вероятно, она будет помниться сознанием. Два подобных подхода всегда в запасе у психотерапевта, который может выбирать, что же он должен использовать в середине именно у данного человека, что, с точки зрения его мысли и опыта, показано пациенту<sup>84</sup>.

Выше мы уже упоминали имя Г. Бейтсона<sup>85</sup>. Ему принадлежит первый проект системного исследования семей больных шизофренией (в Пало-Алто, Калифорния). Будучи антропологом, Г.Бейтсон работал вместе со своей женой М.Мид<sup>86</sup> в Бали и Новой Гвинее. Затем он заинтересовался теорией систем и кибернетикой и попытался применить их к проблемам человеческой жизни. Главная идея, которой пронизаны все его исследования, заключалась в том, что развитие человека и переживаемые им проблемы невозможно понять вне его культурного и семейного контекста. Так он пытается рассмотреть психические расстройства как особые формы нарушения внутрисемейной коммуникации. В 1952 г., получив грант от фонда Рокфеллера, он инициирует цикл знаменитых исследований коммуникации в семьях больных шизофренией. Эти исследования были проведены им совместно с Дж. Хейли и др.



Наиболее известным результатом этих исследований стало теперь уже классическое описание феномена «двойной связи». Гипотеза «двойной связи» в том виде, в каком она была сформулирована Г.Бейтсоном, подтверждалась многочисленными эмпирическими наблюдениями, но с трудом подвергалась экспериментальной проверке.

---

<sup>84</sup> Гордеев М.Н. Гипноз: Практическое руководство. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005.

<sup>85</sup> Грегори Бейтсон (1904-1980) — британо-американский ученый, работы которого носят междисциплинарный характер и исследуют широкий спектр вопросов эпистемологии, кибернетики, теории информации, антропологии, социализации, теории коммуникации, экологии.

<sup>86</sup> Маргарет Мид (1901-1978) — известный американский антрополог.



«Двойная связь» – способ коммуникации родственников (чаще всего матери) с членом их семьи – пациентом. Главный характеризующий ее признак – расхождение между вербальным содержанием коммуникативного акта и его эмоциональным подтекстом. Например, на словах мать говорит о своей любви, на уровне же действий избегает физической и эмоциональной близости, удерживая ребенка на дистанции при любой его попытке к сближению. Другой важный признак двойной связи – явный или неявный запрет на то, чтобы указанное противоречие стало предметом обсуждения, или, выражаясь в терминах системного подхода, – запрет на метакоммуникацию. При таком общении ребенок обнаруживает себя в тисках «двойного зажима»: мать может упрекать его за холодность, за то, что он недостаточно ценит ее любовь и заботу, но при малейшей с его стороны попытке установить открытые доверительные отношения реагирует отвержением. Это ситуация без выбора и без возможности выхода: что бы ребенок ни сделал, он станет объектом осуждения и недовольства. При этом единственный способ разрешения конфликта – открыто обсудить ситуацию – также исключается (запрет на метакоммуникацию). Нарушение любого из запретов опасно для ребенка, ибо он полностью зависим от матери. При условии хронического воспроизведения данная ситуация действительно «может сводить с ума». В дальнейшем было установлено, что феномен двойной связи характерен не только для семей, где один из родственников страдает шизофренией. Этот феномен встречается в семьях и с другими дисфункциями.

К.Витакер (см. выше) - один из самых авангардных классиков психотерапии: блестящий и противоречивый, иногда - шокирующе резкий, склонный к загадочным афоризмам, которые уже много лет толкуют и заимствуют. Помощь семье по концепции Витакера основана на здравом смысле и опыте. Это предполагает, что в процессе взаимодействия с консультантом члены семьи



К.Витакер

получают новый опыт, позволяющий им стать более гармоничными людьми. Изменившись, они могут изменить семейные отношения. Основная цель работы с семьей - дать толчок, подтолкнуть семью к самоисцелению. С точки зрения Витакера, задача консультанта состоит в том, чтобы *обострить семейные проблемы, но не брать на себя ответственность за их решение*. Карл Витакер подчеркивал, что консультирование - это искусство, а главное для консультанта - быть спонтанным, убедительным, аутентичным.

Итак, целью семейной психотерапии является личностный рост, а не редукция симптомов. Индивидуальный рост ослабляет потребность в симптоме, поэтому членам семьи рекомендуют проявлять собственную уникальность, делая творческий выбор. По мнению Витакера, свобода выбора есть право индивида оставаться самим собой. Каждому члену семьи разъясняют необходимость выполнения собственной уникальной роли. Витакер считал одной из основных задач психотерапии развитие творческих способностей. Члены семьи, умеющие играть и творить, лучше осознают свои эмоции, в том числе подавленные. Свобода творить или безумствовать позволяет членам семьи поддерживать взаимную близость, одновременно оставаясь обособленными. Эти условия считаются необходимыми для правильного функционирования и интеграции семьи. Позиция терапевта такова: оставаясь «реальным человеком», открытым, честным и спонтанным, он учит членов семьи делать то же самое. Оценивая выраженность семейной дисфункции, психотерапевт изучает родительскую семью, выясняет особенности данного этапа жизненного цикла нуклеарной семьи и определяет эмоциональный возраст каждого ребенка.

Первые сеансы Витакера структурированы и включают в себя исследование семейной истории. Он настаивал, чтобы на терапии присутствовало максимально возможное количество членов семьи. Право выбирать цели вмешательства принадлежит как психотерапевту, так и членам семьи. Витакер считал, что одной из очевидных целей психотерапевта является привлечение семьи к лечению. Что касается самих

членов семьи, то они чаще всего обращаются к психотерапевту с намерением устранить симптом. Психотерапевт сосредоточивает свои усилия на том, чтобы развить способность членов семьи принимать конструктивные решения. Для расширения смысла такие цели часто формулируются метафорически. Метафора имеет вербальный и невербальный компонент. Витакер отмечает, что метафорически сформулированным целям недостает определенности, поэтому члены семьи и получают доступ к новым высотам личностного осознания и роста. Наиболее подходящая метафора для изображения роли психотерапевта - это родитель. Быть родителем значит и заботиться, и функционировать. То есть недостаточно лишь беспокоиться о благополучии другого - нужно добровольно отодвинуть свою личность в сторону, чтобы функционировать, действовать в интересах другого. Подобно тому, как родитель не имеет права драться с ребенком в полную свою силу, нельзя, занимаясь психотерапией, быть только личностью. Необходимо поставить свою личность в рамки дисциплины.

К.Витакер считал, что люди разучились понимать и выражать свои чувства и пребывают в «замороженном» состоянии. Принцип «размораживания», стал одним из общих правил в работе с семьей.

К.Витакер выделил 4 типа брака:

*- первый тип брака - результат стремления двух семей, из которых произошли супруги, воспроизвести самих себя, выслав для этого козла отпущения. Супруги становятся жертвами такой игры. Каждая семья предполагает, что чужой по крови партнер, половинка пары, просто исчезнет, и потомство будет принадлежать их семье.*



Родителям нелегко принять, что появляется какой-то молодой человек и забирает у них ребенка, и, хотя эти чувства соревнования и паранойя могут быть скрытыми и почти незаметными, они всегда присутствуют как важный динамический фактор. Культурный шок между мужем и женой (или парнем и девушкой) всегда присутствует. Лишь постепенно партнеры осознают, что включены в несколько треугольников: его семья, ее

семья и пара; муж, жена и его семья; жена, муж и ее семья. Хотя такая адаптация и трудна, она дает свои плоды;

*- второй тип брака несет в себе контракт о взаимном усыновлении.*

Он соглашается быть ее мамой, если она станет его мамой. Конечно, все замаскировано. Это означает, что каждый уважает потребность другого в питании. Часто такая установка выражается в разговорах о том, что она не удовлетворяет мои потребности или он не удовлетворяет мои потребности. Когда говорят о потребностях логично предположить, что рядом находятся не сверстники, а разные поколения и, согласно невидимым установкам этой системы, тот, кто говорит о потребностях, является ребенком, а другой представляет родителя.

*- третий тип брака возникает как развитие проекта взаимной псевдопсихотерапии.*

Он предполагает, что она - подходящая женщина для него, поскольку он поможет ей справиться с ее проблемами навязчивости. А он - идеальный мужчина для нее, поскольку она победит его склонность к выпивке или нездоровое пристрастие к игре в гольф или что-нибудь еще. Так двое ревностных любителей занимаются психотерапией, изображая из себя родителей и пытаясь превратить партнера в ребенка, поддающегося воспитанию. Как и большинство подобных любительских проектов, он кончается тупиком для обоих, поскольку каждый повязан переносом другого. Псевдотерапия может стать способом жизни, превратиться в психотерапию или в борьбу двоих взрослых людей за равенство отношений, в которых каждый одновременно становится в большей мере и самим собой, и членом системы под названием брак. За такой псевдотерапевтической битвой двоих скрыто присутствует страх двух семей. Обычно этот страх невидим. Иногда чуткие и проницательные матери намекают на это отцу или даже своим детям, но всего чаще такие ощущения вдруг озаряют нас в мрачные мгновения жизни. И можно понять, что родителям нелегко примириться с тем, что какой-то другой ребенок похищает их дитя!

*- четвертый стиль брака - симбиоз, когда бессознательное одного сцепляется с бессознательным другого, причем супруги не замечают этого. Симбиоз может возникнуть из-за неких символических стимулов: он шагает совсем как ее отец, она покачивает головой, как его мать - и ни один из них не понимает, отчего это происходит, но такой брак становится тюрьмой для другого<sup>87</sup>.*

Все, о чем мы говорили выше, в основном, относится к уникальному направлению в работе с семьей – системной психотерапии. Системная семейная психотерапия — одна из самых молодых психотерапевтических школ. Развивался бурно она после Второй мировой войны. *Человек здесь не*

---

<sup>87</sup> Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта. – М.: Класс, 2011.

является объектом воздействия и клиентом. Клиентом является вся семья, вся семейная система, именно она — объект психотерапевтического воздействия. Данная форма терапии и ее эффективность научно официально признаны в Германии и США, в Австрии и Швейцарии, Великобритании и Франции, в сегодняшней России. На схожих с системной терапией теоретических положениях основываются такие нетерапевтические направления как социальная работа, системный консалтинг, системный коучинг.

Не будем вновь возвращаться к сказанному об основоположниках системной психотерапии – напомним и обобщим лишь основные положения и выделим ряд ключевых проблем, в том числе, и спорных.

Системно-семейные расстановки, или системные расстановки, сегодня действительно широко распространены и представляют собой дальнейшее развитие методики *семейной скульптуры* В.Сатир (см. выше). Метод системных расстановок применяется уже не только к группам людей (семьи, команды, фирмы и их отделы), но и к группам субличностей.

*Субличность* — структура психики человека, воспринимаемая сознанием как нечто отдельное от себя, а также внутренний образ, привязанный к этим элементам. Субличности возникают на разных этапах развития человека и обеспечивают его защиту, реализацию его потребностей и позволяют ему жить так, как он живет. Базовым представлением метода психологического исследования личности «Диалог с голосами» (Voice Dialogue) является положение, что личность человека не едина, а состоит из многих отдельных «я», которые и называются субличностью. Понятие субличности введено в научный обиход в рамках психосинтеза (психотерапевтической системы), разработанной итальянским психиатром и психологом Р.Ассаджиоли<sup>88</sup>. В соответствии с его представлениями субличность представляет собой динамическую подструктуру личности,

---

<sup>88</sup> **Роберто Ассаджиоли или Ассаджоли** (1888-1974) — итальянский психолог, психиатр, гуманист. Основатель психосинтеза — теоретико-методологической концепции психотерапии и саморазвития человека

обладающую относительно независимым существованием. Самые типичные субличности человека — те, что связаны с социальными (семейными или профессиональными) ролями, которые он принимает на себя в жизни, например, с ролями дочери, матери, сына, отца, бабушки, любимой, врача, учителя и т. д. Субличности проявляются опосредованно, например, в том случае, когда человек



Р.Ассаджиоли

разговаривает сам с собой, ведет внутренний диалог. Голоса, которые при этом говорят, задают вопросы и отвечают во внутреннем мире человека, и есть проявление его сублинностей. Качества, способности и навыки человека, которые он демонстрирует в своей жизни, также являются проявлениями его сублинностей.

Внутри данного подхода уже появляются и новые направления, например, *ориентированный, или сфокусированный на решение - ориентированный на решение подход* (Берг<sup>89</sup> и де Шазер<sup>90</sup>, США). Данный подход предполагает, что проблема и решение совершенно различны. Постановка проблемы отходит на второй план, как, кстати, и семья в качестве системы (с членами семьи как элементами). Все «терапевтическое событие» моделируется как процесс развития и решения проблемы. Важнейшие инструменты такого подхода – уважение, шкалирование и так называемый «чудо-вопрос». Данный подход рассматривает *семейную систему или организационную систему в качестве ресурса, на основе которого могут развиваться как способности и сильные стороны, так и поведенческие расстройства отдельно взятого члена системы*. Если член семьи проявляет психические или поведенческие расстройства, то он рассматривается как носитель симптома всей системы. Это может

<sup>89</sup> **Инсу Ким Берг** (1934-2007) – американский психотерапевт, психолог, одна из основательниц (вместе с мужем) сфокусированного подхода в семейной психотерапии.

<sup>90</sup> **Стив де Шазер** (1940-2005) – американский психолог, психотерапевт, один из создателей метода сфокусированного подхода.

проявляться, например, в типичных личностных конфликтах с партнером или в повторяющихся проблемах вне дома, с клиентами или коллегами.

Дальнейшее развитие системной терапии на настоящий момент знаменуется, к сожалению, отсутствием четкого учения о расстройствах, например, диагностика «расстройств» или даже «психических заболеваний» вместе с традиционными психопатологическими концепциями отклоняется как не совсем адекватная. Социальные или психические отклонения обозначаются не как «болезнь» или «патология», а как принципиально понятная реакция на проблемы или требования, которые сами могут быть проблемными.

В качестве отправной точки системной терапии сегодня практически повсеместно рассматривается наиболее точное разъяснение *договора* между терапевтом и клиентом (слово «пациент» в большинстве случаев отклоняется).

И, когда цели лечения становятся конкретными и приемлемыми как для терапевта, так и для клиента, можно начинать собственно терапию. В случае, если терапия длится несколько сеансов, разрешается новое уточнение договора, так как цели терапии со временем могут меняться. В качестве предпочтительной формы рассматривается небольшое количество сеансов по возможности с максимальными промежутками между ними, во время которых клиент пытается опробовать новые знания, полученные во время сеансов, в жизни и (или) выполняет так называемые домашние задания. В этом отношении системно-терапевтический подход характеризуется экономичностью, которая делает акцент на личной инициативе клиентов.

Используемые техники, виды терапевтических вмешательств, методы:

- ✓ круговые вопросы, цель которых - выяснить возможную позицию третьего лица (в том числе и присутствующего);
- ✓ шкальные вопросы для выяснения различий и прогресса в терапии;
- ✓ позитивная оценка и выработка позитивного аспекта проблемного порядка вещей;
- ✓ рефрейминг порядка вещей для того, чтобы стимулировать изменения значения или интерпретации;
- ✓ парадоксальное вмешательство – как правило, описание проблемного поведения для того, чтобы изменить автоматизмы;
- ✓ домашнее задание различного индивидуально-ориентированного характера (выполняются между сеансами);
- ✓ метафоры, параболы и истории как техника работы с возможным «сопротивлением»;
- ✓ опрос исключений из проблемного порядка вещей, для того чтобы уточнить изменяемость статистически рассматриваемого порядка вещей;
- ✓ применение сослагательного наклонения для фокусировки на вариантах и возможностях;
- ✓ скульптура – изображение семейных отношений с точки зрения клиента;

- ✓ социограмма – графическое изображение социальных отношений;
- ✓ групповая рефлексия;
- ✓ приглашение членов семьи или друзей принять участие в отдельном сеансе или фазах терапии и пр.

Системную психотерапию критикуют за то, что она, в отличие, например, от психоанализа, не располагает ни широко признанной теорией о психике, ни широко признанной патологической концепцией, ни определенной теорией о расстройствах. Поэтому следует отметить, что методы семейной системной терапии, несмотря на их эффективность, чаще всего обладают эвристическим или эклектическим характером.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 8**

1. Подготовьте сообщения о жизненном пути, судьбе М.Эриксона.
2. Подготовьте сообщения о научно-практическом творчестве М.Эриксона.
3. Расскажите о приемах семейной психотерапии по Эриксону.
4. Что такое эриксоновский гипноз?
5. Что для вас означает понятие метафоры по Эриксону?
6. Расскажите о методах работы Г.Бейтсона.
7. Что такое «двойная связь»?
8. Подготовьте сообщения о психотерапии по К.Витакеру.
9. Что такое «субличность»?
10. Что представляет собой *ориентированный, или сфокусированный на решение* подход в семейной психотерапии?



## Тема 9. Коммуникативный и поведенческий подходы в психологической работе с семьей

Цели семейной коммуникативной психотерапии (П. Вацлавик). Техники семейной коммуникативной терапии.

Мета-модель. Изменение ограничивающих представлений.

Рефрейминг.

Разрешение семейных конфликтов.

Техники поведенческого подхода.

Семейная коммуникативная психотерапия зародилась в недрах школы Пало Альто. Среди адептов ее отметим уже упомянутых выше Г.Бейтсона, Д.Хейли, П.Вацлавика. Считается, что с середины 80 годов прошлого века коммуникативная психотерапия оказала и оказывает огромное влияние на



Э. Крепелин

развитие семейной психотерапии в целом.

Когда-то коммуникативные способности [больных шизофренией] были предметом исследований еще знаменитого Э.Крепелина<sup>91</sup>, выявившего дефицит этих способностей. З.Фрейд пытался объяснить скрытые значения и символы коммуникации. Коммуникативные

психотерапевты сосредоточили свое внимание не на содержании, а на самом

процессе коммуникации. Важнейший вклад коммуникативных психотерапевтов в семейную психотерапию – новый способ понимания того, как функционирует семья. Кстати, З.Фрейда они достаточно резко критиковали, ибо он стремился *одержать победу над пациентом*, положив его на лопатки (психотерапевт сидит сзади пациента), а заодно и К.Роджерса – за то, что он, повторяя высказывания клиента, *выставлял того в дурацком виде*.

Непосредственно коммуникативная теория выросла из кибернетики и общей теории систем.

---

<sup>91</sup> **Эмиль Вильгельм Магнус Георг Крепелин** (1856-1926) — немецкий психиатр. Известен как автор современной нозологической концепции в психиатрии и классификации психических заболеваний.

Коммуникации людей могут быть проанализированы с помощью синтаксиса, семантики и прагматики:

- синтаксис объясняет, как из слов конструируются фразы и предложения;
- семантика изучает значение послания и то, каким языком пользуются члены семьи – понятным или нет;
- прагматика изучает поведенческий аспект коммуникации.

П.Вацлавик<sup>92</sup> и его соавторы предприняли попытку описать всю систему



П.Вацлавик

человеческой коммуникации:

*- люди всегда коммуницируют, даже тогда, когда они не совершают никаких поступков;*

*- все послания являются одновременно и сообщением, и командой.* Каждый раз, когда люди общаются, они не только сообщают нечто, но и уточняют свои взаимоотношения. В семьях командное послание воспринимается как правило. Правила нужны для поддержания семейного гомеостаза. Ригидные

гомеостатические механизмы возвращают семью к первоначальному балансу и препятствуют ее изменениям;

*- любая коммуникация может быть непрерывной или фрагментарной.*

Наблюдатель слышит диалог и воспринимает его как непрерывную коммуникацию, но, в то же время, каждый участник диалога считает, что предмет разговора обусловлен тем, что говорит другой.

**Замкнутый круг** в общении создается из-за того, что люди воспринимают коммуникацию как явление прерывистое, рассматривают общение как *пунктирный процесс*.

Пример: дети, поссорившись, бегут к родителям и кричат «Он первый начал!» – они хотят сказать, что общение начал другой, вместо того чтобы сказать, что они сделали это вместе. В их изложении ситуация выглядит как два отдельных эпизода – пусть и связанных между собой, но отдельных.

---

<sup>92</sup> **Пауль (Пол) Вацлавик** (1921-2007) — австрийский (американский) психотерапевт и психолог. Применил системный подход в теории межличностных коммуникаций. Один из основателей радикального конструктивизма.

Формирование расстройств поведения понимается коммуникативными психотерапевтами так же, как и системными.

Саму цель семейной коммуникативной психотерапии сформулировал П.Вацлавик: **«Сознательные действия с целью изменить плохо функционирующие образцы интеракций»**. Так как интеракции – синоним коммуникаций, это означает, что в процессе психотерапии будут изменены способы коммуникации<sup>93</sup>. Когда семейная коммуникативная психотерапия только создавалась, общая цель работы представлялась одной и поистине великой - улучшить коммуникацию в семье. Дальнейшее развитие привело к сужению целей семейной психотерапии: изменяться стали те способы коммуникации, которые поддерживали симптом. Ограниченность коммуникативной модели можно увидеть в том, что она рассматривает симптомо-поддерживающие взаимоотношения, сосредоточиваясь на взаимодействии только *трех лиц, без учета других* - недооценивает влияние, которое оказывает коммуникация, скажем, между Б и Г на коммуникацию между А и Б. Перед нами явное ограничение *принципа круговой причинности*.

И все же мы не упустим случая представить техники семейной коммуникативной психотерапии.

Начинается все с оценки ситуации, для чего используется структурированное интервью, разработанное П.Вацлавиком в 1966 г. Семье дается пять заданий:

- обсудите и скажите, какая семейная проблема самая важная;
- обсудите план поездки за город всей семьей;
- пусть родители расскажут, как они встретились;
- обсудите содержание поговорок на семейную тему;
- проведите *инвентаризацию* недостатков друг друга и обвинений.

---

<sup>93</sup> П. Вацлавик, Д. Бивин, Д. Джексон, Психология межличностных коммуникаций. – М.: Речь, 2000;

В то время, как семья работает над выполнением этих заданий, психотерапевт наблюдает за ней из-за односторонне-прозрачного зеркала и изучает образцы коммуникаций в семье, способы принятия решений, как формируется роль «козла отпущения» и пр.

А вот основные группы техник семейной коммуникативной психотерапии:

- обучение членов семьи правилам ясной коммуникации;
- анализ и интерпретация способов коммуникации в семье;
- манипулирование коммуникацией в семье с помощью разных приемов или правил:

А. Необходимость говорить от первого лица и от себя лично.

Б. Разделение фактов и субъективных переживаний.

В. Необходимость пользоваться общением «Я-Ты», как это принято в гештальт-терапии. Такое общение обеспечивает большую ответственность за характер взаимоотношений.

Разговор о техниках семейной психотерапии сегодня не может обойтись без представления о *мета-модели*.

*Мета-модель – это отчетливо описанный набор приемов, предназначенных для сбора лингвистической информации. Она позволяет связать речь человека с опытом, который передается этой речью.* В основе применения этого метода лежит идея о том, что язык – это не опыт, а представление опыта, подобно тому, как карта – это представление территории. Будучи людьми, мы воспринимаем только карту, а не территорию. Однако, если мы хотим добиться изменений, это становится преимуществом. Нам нужно лишь изменить карту – изменить не сам мир, а его субъективное восприятие. Мета-модель служит связующим звеном между языком и опытом.

Мета-модель была разработана Джоном Гриндером<sup>94</sup> и Ричардом Бендлером<sup>95</sup> для идентификации классов паттернов естественного языка как средство, помогающее увеличить поток информации, идущий от человека к человеку. Во время кодификации сенсорного опыта в слова (когда говорит индивид) и в процессе декодирования (когда второй индивид слушает и трансформирует аудиальные стимулы в собственные сенсорные репрезентации), важная информация может потеряться или исказиться. Мета-модель является лингвистическим инструментом, весьма полезным и в условиях терапии, и в других ситуациях. В ее основе лежит следующее наблюдение: человеческое поведение, особенно лингвистическое поведение, управляется определенными правилами. Процессы генерализации, стирания и искажения, задействованные при создании наших моделей реальности, используются также и при создании лингвистической репрезентации опыта. При любой вербальной коммуникации устный или письменный язык (поверхностная структура) дает слушателю информацию о говорящем. Она показывает, как этот человек воспринимает мир, как искажено это восприятие, где и как это искажение произошло. Поверхностная структура также может указать, где и какой род опыта говорящий систематически избегает, оставляя за пределами своей репрезентации мира. Мета-модель может выявить выражения, в которых происходят ее искажения. Внимание к невербальным жестам и поведению, а также к содержанию существенно увеличивает точную передачу информации.

В процессе придания смысла слову, люди используют три механизма, общих для любых видов моделирования. Это универсальные процессы *генерализации, стирания и искажения*. Они необходимы для выживания, но также могут носить ограничивающий и тормозящий характер.

**Генерализация** нужна для быстрого запоминания. Если бы не этот механизм, нам бы пришлось учиться многому просто заново каждый раз,

---

<sup>94</sup> **Джон Гриндер** (род. 1940 г.) — американский писатель, лингвист и соавтор (совместно с Ричардом Бендлером) нейролингвистического программирования (НЛП).

<sup>95</sup> **Ричард Бендлер** (род. 1950 г.) — американский психолог, соавтор (совместно с Джоном Гриндером) нейролингвистического программирования, писатель.

когда мы обучаемся. Способность к генерализации экономит огромное количество времени и энергии при выучивании новых типов поведения. Это имеет отношение и к «думанию». Творческая мысль часто возникает из единиц предварительно усвоенной информации, распространенной/распространяемой на новые области.

**Стирание (упущение)** тоже используется, когда человек характеризует окружающую среду. Когда индивид обобщает сходные явления, он стирает из своего осознания уникальные характеристики каждого феномена. Без стирания мы оказались бы настолько перегруженными сенсорным вводом, что просто не могли бы функционировать. Стирание является свойством м, способствующим концентрации, обучаемости, помогающим, например, усиливать удовольствие.

**Искажение** – это процесс изменения сенсорных данных во внутреннем опыте. Оно позволяет людям с восторгом вспоминать отпуск, сплошь состоявший из неудобств, солнечных ожогов и прочих туристических «радостей». Искажение *приспосабливает* мир к нам. Люди видят и слышат то, что имеет для них значение в соответствии с их собственной своей интерпретацией этого мира. И то, что они видят, слышат или чувствуют, внутренне определяется в соответствии с их опытом и ожиданиями. Постоянно искажая сходные ситуации, люди создают для себя приметы и пророчества, которые сами же потом и воплощают в жизнь, отбрасывая возможности всяческой новизны, уникальности и личной ответственности за происходящее.

А теперь о еще одном интереснейшем понятии – **рефрейминге**. Рефрейминг - термин, обозначающий *особую поведенческую модель установления контакта с определенной частью личности, которая порождает одно поведение и блокирует другое*. После установления такого контакта у психотерапевта появляется возможность намеренного замещения негативного или патологического симптома другим, приемлемым, симптомом или поведением, что устраняет «неразрешимую» ранее для

человека проблему и позволяют ему более эффективно функционировать. Технология рефрейминга была разработана уже упомянутыми Р. Бендлером и Д.Гриндером в 80-х гг. XX века. Под рефреймингом еще понимают *переформулирование, изменение контекста или представления о ситуации, проблеме*. Рефрейминг - универсальный навык - в широком смысле это умение смотреть на ситуацию с разных точек зрения. Разрабатывая технологию рефрейминга, Бендлер и Гриндер опирались на ряд базовых положений, которые они вывели из своих наблюдений и психотерапевтической практики:

- лучше иметь выбор, чем не иметь выбора;
- существует и подсознательный выбор;
- люди имеют ресурсы, необходимые, чтобы измениться - задача лишь в том, чтобы помочь им овладеть соответствующими ресурсами в соответствующих ситуациях;
- любой фрагмент поведения имеет позитивную функцию в некоторых условиях;
- со стороны психотерапевта бессмысленно и безответственно просто менять поведение людей, не принимая в расчет такое важное понятие как «вторичная выгода»;
- предъявляемый человеком поведенческий стереотип — каким бы странным он ни казался - есть самая удачная реакция, доступная ему в данной ситуации, поскольку за поведением всегда стоит не известная нам подсознательная цель.

С помощью технологии рефрейминга появляется возможность выяснить, в чем заключается вторичная выгода поведения и позаботиться о ней, как о неотъемлемой части процесса порождения изменения в данной области поведения. В настоящее время разработаны несколько вариантов рефрейминга и число их все время увеличивается. К разновидностям рефрейминга относятся: *рефрейминг содержания* (в двух видах: *рефрейминг смысла и рефрейминг контекста*), *рефрейминг переговоров* и др.

Первым был разработанный Р.Бендлером и Д.Гриндером *шестишаговый рефрейминг* или *рефрейминг переструктурирования поведения*. Он представлял собой модель, использующую сознательный разум человека в качестве «курьера», который отмечает внутренние реакции в ответ на запрос психотерапевта и сообщает каковы они. План сознательного рефрейминга включает следующие шаги:

- определение варианта поведения, подлежащего изменению;
- установление отношений с частью личности, ответственной за этот способ поведения;
- проведение различия между поведением (стереотипом) и действительным намерением части личности, ответственной за это поведение;
- создание новых альтернативных вариантов поведения, удовлетворяющих намерению;
- формулирование вопроса части личности, ответственной за стереотип Х: «Хочешь ли ты взять ответственность за использование трех новых вариантов поведения в соответствующих условиях?»;
- экологическая проверка: «Есть ли у меня какая-либо другая часть, возражающая тому, что замечено...».

В определенной мере рефрейминг обеспечивает нахождение позитивного смысла любых событий<sup>96</sup>.

Уникальность семьи состоит в том, что, будучи *полнофункциональной структурой*, она предлагает нескольким человекам самым тесным образом взаимодействовать в течение длительного периода времени, насчитывающего десятки лет, то есть на протяжении значительной части человеческой жизни. В такой системе интенсивного взаимодействия не могут не возникать споры, конфликты и кризисы.

---

<sup>96</sup> Ричард Бендлер, Джон Гриндер. Рефрейминг: ориентация личности с помощью речевых стратегий. - Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995.



Семейные конфликты являются одной из самых распространенных форм конфликтов. Как правило, они обычно связаны со стремлением людей удовлетворить те или иные потребности или создать условия для их удовлетворения *без учета интересов партнера*. Каковы основные особенности семейных конфликтов?

- ✓ особенностью семейных конфликтов является то, что основное содержание их определяется структурой семейных отношений: с одной стороны, отношениями власти, эмоциональной близости. С другой, правовыми и нравственными обязательствами, вытекающими из основных функций семьи;

- ✓ разнообразие и специфичность причин возникновения;

- ✓ семейные конфликты, как правило, проходят на повышенном эмоциональном фоне и быстро входят в стадию эскалации;

- ✓ они отличаются от других видов конфликтов весьма разнообразными формами противоборства и приемов и способов их разрешения;

- ✓ их особенности определяются особенностями самой семьи как социального института;

- ✓ они тесно связаны с основными этапами и кризисными периодами развития семьи;

- ✓ затяжные семейные конфликты и некоторые способы их разрешения, в частности, развод, как правило, негативно сказываются на состоянии здоровья его участников, а некоторые вообще заканчиваются трагически;

- ✓ особенно деструктивное влияние семейные конфликты оказывают на детей.

Вариантов преодоления семейных конфликтов достаточно много, только вот эффективность их вполне может быть подвергнута сомнению...

Наиболее известны такие пути развития и преодоления семейных конфликтов:

- обострение конфликтной ситуации, ее деструктивной динамики, приводящей к разрушению брака;

- перманентное, *текущее* состояние семейного конфликта;

- успешное, конструктивное преодоление конфликтной ситуации - стратегия «выигрыш/выигрыш» как наиболее эффективная.

Стоит сказать здесь и о способах конфликтного поведения в системе семейных отношений:

- *соперничество* - учет только собственных интересов;

- *сотрудничество* - взаимный учет интересов членов семьи.

Расскажем чуть подробнее.

**Противоборство** (конфронтация) характеризуется достаточно высоким уровнем соперничества и низким уровнем сотрудничества в семье. Данный вариант выхода из конфликтной ситуации определяется нежеланием супругов принимать во внимание позицию каждого из них. Такая ситуация ведет к накоплению раздражения, личным оскорблениям, угрозам, а иногда и к рукоприкладству.

**Компромисс** характеризуется средним уровнем сотрудничества и соперничества в семейных отношениях. Это достаточно шаткое равновесие, которое постоянно нарушается.

**Уклонение (избегание)** - низкий уровень сотрудничества и низкий уровень соперничества - проблемы семейной жизни не разрешаются, а накапливаются, что значительно усложняет их разрешение. В целом, такой прием нельзя признать правильным - развязка просто оттягивается, а конфликт остается, хотя появляется время для



Может быть, попробовать такой способ?

обдумывания возникшей ситуации, причин разногласий и окончательного принятия решения.

**Приспособление** - достаточно высокий уровень сотрудничества, но, в то же время, низкий уровень соперничества, односторонние уступки долго продолжаться не могут. Данный исход конфликта характеризуется волевым навязыванием выхода из конфликтной ситуации, который устраивает лишь одного из членов семьи (очень часто инициатора конфликта) и приспособлением другого. Такой авторитарный прием имеет самые неблагоприятные последствия: ущемляются права одного из партнеров, достигается внешнее благополучие, а на самом деле кризис может наступить в любой момент.

Преобладание данных способов конфликтного поведения в семейных отношениях со стороны одного или обоих супругов приводит к разрешению конфликта по схеме либо - «*проигрыш-выигрыш*», либо «*проигрыш-проигрыш*», потере гибкости, обострению и даже разрыву семейных отношений.

В свою очередь, при разрешении семейных конфликтов необходимо стремиться к реализации схемы «*выигрыш-выигрыш*». В семейных отношениях не должно быть проигравших сторон. Конфликтология, которая помогает нам и в семейной терапии, определила некоторые шаги по реализации этой схемы при разрешении семейных конфликтов:

- установление потребности, желания другой стороны;
- понимание того, каким образом разногласия могут компенсировать друг друга;
- разработка новых вариантов решений, удовлетворяющих потребности каждого;
- попытка сделать это вместе, показывая, что конфликтующие - партнеры, а не противники.

Вообще, выше мы упомянули слово *компромисс*. Компромисс характеризуется *средним уровнем сотрудничества и соперничества в*

*семейных отношениях*. Слабое равновесие, которое постоянно нарушается, но компромиссный вариант завершения семейных конфликтов, вероятно, самый приемлемый - он характеризуется поиском наиболее удобного и справедливого для участников семейного конфликта решения, равенством прав и обязанностей, откровенностью требований, взаимными уступками.

Вот наиболее типичные методы разрешения семейных конфликтов:

- *объяснение* (спокойный разговор о создавшейся ситуации в корректной форме с выяснением причин проблем и путей их преодоления);
- *воздержание* от конфликтных ситуаций;
- *сглаживание* (позволяет снять напряженность, добиться нормальных отношений);
- *адекватное реагирование* на любую семейную проблему с одновременной тенденцией учиться на чужих ошибках;
- *интуитивная (не систематическая) взаимная уступка* (уступчивость супругов в сложных и простых ситуациях семейной жизни).

Специалисты в области конфликтологии, в отличие от системных психотерапевтов, говорят о *тактике* разрешения семейного конфликта, которая предполагает:

- поддержание чувства личного достоинства - иногда при ссорах и конфликтах супруги переходят от родственного «ты» к официальному «вы». Такой переход позволяет сохранять чувство собственного достоинства и не унижает достоинства другого;
- постоянно демонстрировать взаимное уважение и признательность;
- стремиться вызвать подъем, энтузиазм у другого супруга, сдерживание в себе проявлений раздражительности, злобы, гнева;
- не акцентировать внимания на ошибках и просчетах своего партнера;
- не упрекать прошлым вообще, в том числе, и совершенными ошибками;
- снимать или тормозить нарастающее психическое напряжение различными приемами;

- разрешать назревающий конфликт отвлечением на другие безопасные темы, переключение внимания на другие менее конфликтные проблемы;
- гасить в себе подозрения в неверности партнера, его измене, сдерживать себя от самообвинений, ревности, мнительности;
- понимать, что в брачной и семейной жизни необходимы огромное терпение, снисходительность, доброжелательность, внимание и другие положительные качества.

Выбор того или иного пути развития конфликта во многом зависит от психологической культуры супругов, их умения осознать свои трудности, в том числе и психологические. И возможное соблюдение условий:

- сужение рамок спора до минимума;
- управление негативными эмоциями;
- стремление и умение понять позицию друг друга;
- осознание того, что в ссоре почти всегда нет правых;
- умение и стремление решать конфликты с позиции доброты;
- недопустимость наклеивания «ярлыков» друг на друга;
- использование юмора, шутки;
- понимание смысла споров, столкновений, ссор, стремление к единению членов семейной системы.

Рассматривая психологическую помощь, следует иметь в виду, что никто, кроме самих супругов или специалистов, не должен принимать участия в решении семейных проблем - участие третьих лиц, как правило, ведет к отрицательным последствиям, усугубляет семейные проблемы, способствует неосознанному или необъективному принятию решения. Это объясняется и повышенной эмоциональной включенностью, и заинтересованностью в процессе общения с семьей знакомых и родных, что, в совокупности, способно привести к активизации деструктивных защитных механизмов семьи - проекции, перемещении, проективной идентификации и др.

И, естественно, при выборе того или иного вида психологической помощи необходимо учитывать ряд факторов:

- тип семейных проблем (признаки, длительность, динамика, основные причины);
- личностные свойства (тип личности, предрасположенность к семейным проблемам, возрастные особенности, актуальное психическое состояние);
- условия оказания психологической помощи (время, место, готовность к рабочему общению, занятость);
- характер профессиональной деятельности супругов;
- особенности семейной ситуации (личностные особенности супругов, степень участия в оказании семейной помощи, характер супружеских взаимоотношений и др.).

Но главное, как мы уже писали, *совместная семейная помощь и взаимопомощь* как вид психологической помощи, в процессе которой вместе с супругом/супругой происходит преодоление семейных проблем с применением доступных, понятных обоим психологических форм и методов с соблюдением необходимых правил зрелой семейной жизни. Основными условиями данного вида помощи являются взаимное желание решать семейные проблемы, проявлять действенное участие, активность, корректность и стремление супругов к максимальному взаимовыгодному компромиссу.

Кончено, немаловажную роль в регулировании семейных отношений играют *свободные дискуссии* между супругами в виде открытого, искреннего, доверительного, эмпатийного и безопасного диалога о проблемах семьи. О важном и второстепенном, о роли мужчины и женщины, о системе ценностных и ролевых представлений, о принятии ценностей, сближении взглядов, о понимании вообще, о стиле семейного руководства и методах воспитания и пр. (*методика семейного термометра В.Сатир*). Создание эмоционально-психологической атмосферы, в которой честно обсуждаются

все проблемы, а каждый член семьи испытывает психологическую готовность к искреннему разговору. Кстати, основными темами для обсуждения в соответствии с этой методикой могут быть:

- *понимание* - инициирование в семье чувства взаимной признательности;

- *жалобы* - негативное проявление беспокойства, тревоги и т.д., сопровождаемое конкретными предложениями по поводу того, что необходимо изменить; подключение других членов семьи к решению проблем;

- *трудности* (непонимание проговоренного) - формирование правильного восприятия друг друга членами семьи в интересах достижения семейного успеха;

- *новая информация* - воспроизведение и обсуждение новой информации, которая вписывается в структуру семьи;

- *надежды и желания* - взаимный обмен своими мечтами, желаниями с надеждой на то, что любящие члены окажут друг другу помощь.

И уж точно важную роль в деле предупреждения семейных конфликтов играет *организация совместного активного отдыха, проведение досуга*. Они явственно направляются на сознательное сближение и сплоченность семьи. Создание и поддержание семейных традиций - с праздниками, сюрпризами, подарками. Совместное посещение кино, театров, музеев, выставок, выезд на природу, путешествии, уважительное отношение к любимым занятиям каждого члена семьи. Благоприятное влияние оказывают, в частности, психологические установки на формирование здорового образа жизни каждым супругом и семьей в целом (обливание, приучение к холоду, гигиена питания, уход за телом, гимнастика, прогулки, ликвидация малоподвижного образа жизни, преодоление негативных привычек, занятие различными видами спорта).

И еще одна, правда, спорная форма оказания помощи семье, особенно молодой семье - семейные советы – действительно, оригинальная форма

группового руководства семейными делами, включая детей и других родственников, проживающих совместно с нуклеарной семьей. Это и определенная система планирования различных вопросов жизнедеятельности семьи, и обучение преодолению семейных проблем в открытом всестороннем общении, сопоставлении позиций всех членов семейной системы. Алгоритм договоренности между супругами и другими членами семьи на семейном совете включает в себя *определение темы, сроков, поведение итогов, постановку целей и пр.*

Можно еще и совместно обсуждать специальную литературу (научную, научно-популярную, художественную) по психологии семьи, сексологии, семейной конфликтологии, любви в качестве приема и метода повышения общей культуры супругов и детей, их представлений о красоте, доброте, гармонии, межличностных отношениях.

Любопытна и *методика «искусственного развода»*. Она предусматривает сознательное разъединение, расхождение на определенное время в общении, проживании, в проведении свободного времени, в том числе, за счет организации альтернативного отдыха вне семьи. Это создает предпосылки для осознания сложившейся семейной ситуации, семейной проблемы, истинного отношения супругов, детей друг к другу.

Рядом - *методика «конструктивных ссор»*. Осуществление данной методики предполагает соблюдение следующих основных условий:

- ссориться наедине, без детей;
- ясно формулировать семейную проблему и уметь повторить аргументы партнера по-своему;
- раскрывать свои позитивные и негативные чувства;
- с готовностью и вниманием выслушивать отзывы о своем поведении;
- выяснять сходства и различия друг друга и то, что наиболее значимо для каждого партнера в семье;
- задавать вопросы, помогающие партнеру подбирать необходимые слова для выражения собственных интересов;



- ждать, пока спонтанные эмоции утихнут сами собой;
- выдвигать положительные предложения по взаимному изменению.

По мнению американского психолога Э. Шострома<sup>97</sup>, в ходе семейного конфликта следует применять только конструктивные приемы *борьбы*:



Э.Шостром

- планирование схватки на специально выделенное удобное время, чтобы не втягивать в борьбу ни в чем не повинных окружающих;

- стремление полностью выразить свои чувства, как положительные, так и отрицательные. Не оставлять ничего на «потом»;

- повторение каждого аргумента оппонента своими словами, чтобы самому проникнуться его проблемой и чтобы он услышал свои претензии со стороны;

- четкое определение предмета борьбы;

- выяснение, где и в чем точки зрения расходятся, а где и в чем - совпадают;

- уточнение, насколько глубоко каждый прочувствовал свою «схватку».

Это поможет понять, в чем реально уступить;

- предельная корректность - критикуя партнера, обязательно дополнять свою критику конструктивными положительными предложениями;

- определение того, как каждый может помочь другому в решении проблемы;

---

<sup>97</sup> **Эверетт Шостром** (1921-1992) — американский психолог и психотерапевт, сторонник гуманистической психологии, ученик Абрахама Маслоу.

- оценка хода борьбы, сравнение новых знаний. Выигрывает, разумеется, тот, чьи потери существенно меньше;

- объявление перерывов в борьбе и заполнение их чем-то очень



приятным. Подойдут теплый телесный контакт, хороший секс и т.п.;

- готовность к новому этапу борьбы - интимная борьба более или менее непрерывна. Парадоксально, но факт, что, если ее ожидают и относятся к ней как к норме, эта борьба протекает быстрее, беззлобнее, с меньшими жертвами<sup>98</sup>.

Вообще-то, часто супругам необходимы не только знания приемов борьбы, но и нормальное овладение *искусством ведения переговоров, приемами построения длительных взаимоотношений*. Это подчеркивает тот факт, что во всех способах совместной семейно-психологической помощи главное место занимает проблема выработки *неповторимого вербального и невербального стиля общения, умение разговаривать друг с другом и слышать друг друга* - появляется реальная возможность быть понятым и желание делиться своими переживаниями с близким человеком, лучшее понимание и оценивание самого себя. То есть, можно попытаться объединить все это в некое подобие инструкции по ведению переговоров:

- выражение эмпатии;
- заботу о себе;
- возможность дать выиграть другому;
- размышления о будущем;
- исключение занятия одновременно несколькими делами;
- завершение процесса;

<sup>98</sup> Шостром Э., Браммер Л. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии. - М.: Эксмо, 2002.

- удержание в памяти своих проблем;
- высказывание чего-нибудь приятного, доброго;
- попытки избежать соревнования;
- исключение обособления кого-либо из партнеров;
- показ своего интереса;
- сохранение объективности;
- внимательное выслушивание другого;
- исключение усложнения (стремление к простоте);
- умение избегать чувства вины;
- проявление открытости.

Конечно, особого внимания [в силу опасности для семейных отношений] заслуживает конфликт, обусловленный *изменой* одного из супругов. Здесь довольно часто важно понимать необходимость совместной работы супругов по развитию практики любви, предупреждению и преодолению *психосексуальных трудностей*. Может быть, стоит учитывать следующее:

- близкие отношения затрагивают двоих людей, которые должны отвечать за свои поступки;
- не бывает легких интимных отношений - они входят в контекст межличностного взаимодействия;
- противоположности в психосексуальном, а не только в биологическом смысле, притягиваются;
- выбор партнера всегда имеет сознательные и бессознательные причины;
- близкие отношения требуют постоянного развития и учебы.

Все это понятно, только вот супруги иногда забывают, что рядом с ними есть дети... Поэтому, вероятно, следует помнить:

- ✓ правда, совесть, раскаяние, честность и порядочность, помноженные на труд, главные воспитатели личности ребенка;

✓ гармоничное сочетание системы поощрений и наказаний - нельзя замыкаться только на своих требованиях, надо постоянно думать и о защищенности детей;

✓ умеренность при контроле и воспитании и недопущение, ни при каких обстоятельствах, физических наказаний, оскорблений, грубости;

✓ преобладание в воспитании детей любви, вечных человеческих ценностей: доброты, свободы, стремления к независимости, доверия, уважения к достоинству личности, бережного отношения к демократизму, гуманизму в межличностных отношениях. Воспитывать другого может только любящий его человек;

✓ сохранение и развитие в ребенке того лучшего, что есть в нем;

✓ высокая требовательность и уважение к ребенку, его интересам;

✓ создание благоприятных педагогических условий, когда появляется возможность для ребенка и всех членов семьи стремиться к эстетическому наслаждению, удовольствию и удовлетворению потребностей.

В завершение напомним и уточним наши вышеупомянутые положения поведенческого подхода в семейной психотерапии.

Целью **поведенческого подхода** является, прежде всего, изменение поведения партнеров, при этом используются *методы обусловливания и обучения*, что обеспечивает:

- управление взаимным положительным поведением супругов;

- приобретение необходимых социальных знаний и навыков, особенно в области общения и совместного решения возникающих проблем;

- выработку и реализацию супружеского соглашения о взаимном изменении своего поведения.

Поведенческое направление в настоящее время распространено во многих странах мира. Самые популярные его формы — *заключение супружеских контрактов, коммуникативные тренинги*, в частности, *в форме конструктивного спора, приемы решения проблем и др.*

В основе *контракта* лежит письменное соглашение, в котором супруги четко определяют свои требования в терминах поведения и взятые на себя обязательства. При формулировании требований рекомендуется использовать следующий путь: переход от общих жалоб к их конкретизации, далее от спецификации жалоб к положительным предложениям, затем от положительных предложений к договору с перечислением обязанностей каждого из супругов.

Методики, составляющие *технику решения проблем* и *руководство по решению проблем*, являются простыми в использовании и достаточно эффективными при разрешении супружеских конфликтов. Здесь предлагается вести работу в несколько этапов:

- супруги *заявляют* проблему в конкретных терминах поведения (вместо «мне недостает внимания» следует сказать, какое внимание вам необходимо, что должен делать супруг, чтобы у вас было ощущение, что он проявляет внимание, «сколько раз в день, в неделю он будет делать...»);

- партнеры *рассказывают* о том, какие чувства испытывает каждый, говоря о своей проблеме;

- психотерапевт предлагает супругам *найти* друг в друге что-то хорошее, за что их можно похвалить.

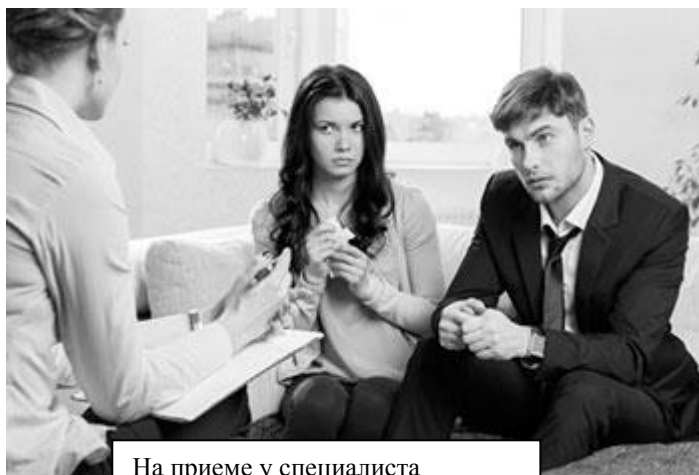
Первое условие решения проблемы — оба партнера предлагают свои варианты, не критикуя друг друга.

Второе условие — из всех вариантов отбираются наиболее разумные, и они последовательно обсуждаются. Супруги определяют, «чего бы хотелось достигнуть в идеале» и «что могло бы удовлетворить в реальности».

Третье условие — соглашение партнеров должно быть четким, конкретным и контролируемым.

Сущность данного подхода - в идее взаимозависимости поведения индивидов, вовлеченных во взаимодействия - во всяком взаимодействии каждый из его участников добивается максимизации *вознаграждений* и минимизации *издержек* (вознаграждения определяются как получаемые

удовольствия, а издержки - как затраты времени и сил). Супружеские разногласия описываются как функция низкой нормы позитивного взаимоподкрепления. Сравнение конфликтных и неконфликтных супружеских пар показало более низкий уровень подкреплений и более высокий уровень наказаний в конфликтующих семьях.



На приеме у специалиста

Основная стратегия поведенческой терапии - увеличение роли и места позитивного, награждающего поведения и уменьшение негативного, наказывающего поведения. Объектом коррекции выступает коммуникативное поведение супругов и родителей. Изменения поведенческих образцов взаимодействия в неблагополучных семьях предполагает следующие направления коррекционной и обучающей работы:

- обучение прямому выражению ожиданий, желаний, неудовлетворенностей;
- обучение специфичному и операциональному выражению желаний и намерений;
- обучение общению в позитивной, подкрепляющей, конструктивной манере как в вербальном, так и в невербальном плане;
- обучение усилению чувств взаимности и адекватной коммуникативной обратной связи;
- обучение супругов заключению различных контрактов как на взаимной, так и на односторонней основе;
- обучение достижению компромисса и консенсуса в семье.

Данное направление работы может быть реализовано как в контексте индивидуального консультирования, так и в ситуациях групповой работы. Модель поведенческой семейной терапии можно описать языком

поведенческих реакций: цель; *альтернативные пути достижения цели*; программа пошагового движения к цели; практическое осуществление данной программы. В поведенческой семейной терапии широко используются ролевая игра, видеотренинг, домашние задания для переноса приобретенных умений в реальные ситуации в семье. Как основным недостатком данного подхода, ученые и практики отмечают практически полное игнорирование экзистенциальных проблем, которые нельзя свести к чисто поведенческим затруднениям – отсюда и новые тенденции - уточняя высказанную мысль о распространенности поведенческой психотерапии, скажем, что многие специалисты используют в своей работе *интегративный подход*, сочетая методы когнитивно-поведенческой и системной психотерапии (см. выше).

### **Вопросы и задания по материалам Темы 9**

1. Что представляет собой семейная коммуникативная психотерапия?
2. Расскажите о концепции П.Вацлавика.
3. Что такое *мета-модель*?
4. Подготовьте сообщения о рефрейминге.
5. Подготовьте сообщения о семейных конфликтах, их причинах, типах.
6. Расскажите о способах и приемах разрешения семейных конфликтов.
7. Что представляет собой поведенческая психотерапия?
8. Подготовьте краткие тезисные конспекты и сообщения по книге Э.Шострома об основах консультирования.

### **Примерная тематика семинарских занятий по Модулю II**

**Тема 1.** Развитие психологии семьи:

- ведущие специалисты в семейной психологии в России;
- ведущие специалисты в семейной психологии в России.

**Тема 2.** Стратегический подход в семейной психологии:

- школа Милтона Эриксона;
- современное развитие стратегического подхода в России и за рубежом.

**Тема 3.** Основные подходы в семейной психологии:

- техники коммуникативного подхода в семейной психологии;
- техники поведенческого подхода в семейной психологии.

#### **а) основная литература для работы по Модулю II**

1. Поленова Т. П. Управление скандалом: Популярная конфликтология в семье и на работе [Текст]/ Т.П. Поленова. - Ростов н/Д.: Феникс, 2008.
2. Психология и психотерапия семейных конфликтов [Текст]: хрестоматия/ Сост. Д.Я. Райгородский. - Самара: Издательский Дом БАХРАХ-М, 2008.
3. Семейная позитивная динамичная психотерапия. Практическое руководство. – СПб.: Наука и техника, 2009.

#### **б) дополнительная литература для работы по Модулю II**

1. Леви В. Л. Семейные войны. – М.: Метафора, 2006.
2. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. – М.: Смысл, 2011.
3. Петров И. Н. Семейные кризисы: правила компромиссов / И. Н. Петров. – Ростов н/Д.: ФЕНИКС, 2008.
4. Уорден М. Семейная психотерапия.- СПб., 2007.
5. Фромм Э. Искусство любить. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2010.
6. Чиксентмихайи М. В поисках потока. – М.: АНФ, 2011.
7. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Римис, 2008.



## Модуль III Консультативная помощь семье

### Тема 10 Структура детско-родительских и сиблинговых отношений

**Структура родительского отношения.**

**Роль матери и отца в воспитании детей. Особенности материнской и отцовской любви.**

**Типы прародительского поведения.**

**Подходы к рассмотрению сиблинговой позиции.**

**Факторы, влияющие на характер отношений между братьями и сестрами в семье.**

Для начала определимся с понятийным аппаратом, ибо он и широк, и многозначен: родительские установки и соответствующие им типы поведения; родительские позиции; типы родительского отношения; типы отношений «мать – ребенок»; типы позитивного и ложного родительского авторитета; типы (стили) воспитания детей; черты патогенных типов воспитания; параметры воспитательного процесса; семейные роли ребенка; стили общения, предлагаемые взрослыми в семье и школе. Довольно много, как, впрочем, и толкований.

Понятие *родительское отношение* имеет общий характер и указывает на взаимную связь и взаимозависимость родителя и ребенка. Родительское отношение включает в себя субъективно-оценочное, сознательно-избирательное представление о ребенке, которое определяет особенности родительского восприятия, способ общения с ребенком, характер приемов, способов и методов воздействия на него. Как правило, в структуре родительского отношения выделяют *эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты*. Кстати, понятия *родительская позиция* и *родительская установка* используются как синонимы *родительского отношения*, но отличаются степенью осознанности. Родительская позиция чаще связывается с сознательно принятыми, выработанными взглядами, намерениями; установка – более широкое понятие. На сегодняшний день учеными описаны самые различные варианты родительских позиций, установок, родительского (чаще материнского) отношения:

- симбиоз (чрезмерная эмоциональная близость), авторитарность, эмоциональное отвержение («маленький неудачник») (Варга);

- поддержка, разрешение; приспособление к потребностям ребенка; формальное чувство долга при отсутствии подлинного интереса к ребенку; непоследовательное поведение (Дружинин);

- сотрудничество, изоляция, соперничество, псевдсотрудничество;

- авторитет любви, доброты, уважения. Авторитет подавления, расстояния, педантизма, резонерства, подкупа (А.С. Макаренко).

Есть и позиции-шаблоны, калечащие семейные, в том числе и детско-родительские отношения: заискивающий «миротворец»; «обвинитель»; расчетливый «компьютер»; сбитый с толку, «отвлекающийся».

Характер и степень влияния на ребенка определяется множеством отдельных факторов и, прежде всего, личность самого родителя как субъекта взаимодействия, а факторы перечислим:

- пол (тот же, что и у ребенка, или противоположный);
- возраст (юная, несовершеннолетняя мать, пожилой родитель, родитель позднего ребенка);
- темперамент и особенности характера родителя (активный, нетерпеливый, вспыльчивый, властный, снисходительный, небрежный, сдержанный и др.);
- религиозность;
- национально-культурная принадлежность (европейская, английская, немецкая, японская, американская и другие модели воспитания);
- социальное положение;
- профессиональная принадлежность;
- уровень общей и педагогической культуры.

Учитывая взаимозависимость отношений в семье, их часто описывают через те роли, которые выполняет ребенок. По мнению А.С. Спиваковской, роль ребенка можно легко выделить в дисгармоничной семье, где относятся друг к другу шаблонно, стереотипно, годами сохраняя застывшие, ригидные,

уже не соответствующие реалиям отношения - набор клише, манер, образцов поведения по отношению к ребенку в семье, сочетание чувств, ожиданий, действий, оценок, адресованных ребенку взрослыми.

Известны роли «коза отпущения», «любимчика», «примирителя», «беби».

«Козел отпущения» – объект для проявления взаимного недовольства супругов-родителей.

«Любимчик» заполняет эмоциональный вакуум в супружеских отношениях, забота и любовь к нему чрезмерно преувеличены.

Напротив, при сильной близости супругов друг к другу ребенок раз и навсегда остается в семье только ребенком, «беби» с очень ограниченными правами.

«Примиритель» вынужден играть роль взрослого, регулировать и устранять супружеские конфликты, и, таким образом, он занимает важнейшее место в структуре семьи.

Также определяются роли «ребенка-обузы»; «ребенка-раба», «ребенка-любownika» (одинокая мать настаивает на «отношениях для двоих», *закрепощает* ребенка в узах своей любви); «ребенка как оружие» в борьбе с супругом; ребенка – «заместителя мужа» (от него требуют постоянного внимания, заботы, чтобы он был рядом и делился своей личной жизнью)<sup>99</sup>.

Нарушения семейной атмосферы можно классифицировать с точки зрения удовлетворения важнейших человеческих потребностей: в активном контакте со средой и в активном контроле внешней действительности. Окружение [в крайних вариантах] может быть или излишне устойчивым, или очень изменчивым - при этом параметры контроля варьируют от обособленности до зависимости.

*Ультраустойчивая, эмоционально безучастная среда* формирует социальную гипоактивность: пассивность, незаинтересованность, аутизацию, задержку речевого и психического развития.

*Изменчивая эмоционально безучастная среда* провоцирует гиперактивность: беспокойство, несосредоточенность, неравномерность, запаздывание психического развития.

*Ультраустойчивая среда в сочетании с эмоциональной зависимостью* влечет за собой избирательную гиперактивность, направленную на одного человека, часто в виде поведенческих провокаций.

*Изменчивая среда, эмоциональная зависимость* развивают общую социальную гиперактивность, поверхностность контактов и чувств ребенка.

А.С.Спиваковская выделяет три спектра отношений, составляющих любовь родителей к своему ребенку: *симпатия – антипатия, уважение –*

---

<sup>99</sup> Дружинин В.Н. Психология семьи. – С-Пб.: Питер, 2006.

*пренебрежение, близость – дальность.* Сочетание этих аспектов отношений позволяет описать некоторые типы родительской любви.

*Действенная любовь (симпатия, уважение, близость).* Формула родительского семейного воспитания такова: «Хочу, чтобы мой ребенок был счастлив, и буду помогать ему в этом».

*Отстраненная любовь (симпатия, уважение, но большая дистанция с ребенком).* «Смотрите, какой у меня прекрасный ребенок, жаль, что у меня не так много времени для общения с ним».

*Действенная жалость (симпатия, близость, но отсутствие уважения).* «Мой ребенок не такой, как все. Хотя мой ребенок недостаточно умен и физически развит, но все равно это мой ребенок и я его люблю».

*Любовь по типу снисходительного отстранения (симпатия, неуважение, большая межличностная дистанция).* «Нельзя винить моего ребенка в том, что он недостаточно умен и физически развит».

*Отвержение (антипатия, неуважение, большая межличностная дистанция).* «Этот ребенок вызывает у меня неприятные чувства и нежелание иметь с ним дело».

*Презрение (антипатия, неуважение, малая межличностная дистанция).* «Я мучаюсь, беспредельно страдаю оттого, что мой ребенок так неразвит, неумен, упрям, труслив, неприятен другим людям».

*Преследование (антипатия, неуважение, близость).* «Мой ребенок негодяй, и я докажу ему это!»

*Отказ (антипатия, большая межличностная дистанция).* «Я не хочу иметь дела с этим негодяем»<sup>100</sup>.

Оптимальная родительская позиция должна отвечать трем главным требованиям: **адекватности, гибкости и прогностичности.**

*Адекватность позиции взрослого* основывается на реальной, точной оценке особенностей своего ребенка, на умении увидеть, понимать и уважать

---

<sup>100</sup> Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 1. М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

его индивидуальность. Родитель не должен концентрироваться только на том, чего он хочет в принципе добиться от своего ребенка - знание и учет его возможностей и склонностей есть важнейшее условие успешности развития.

*Гибкость родительской позиции* - готовность и способность изменения стиля общения, способов воздействия на ребенка по мере его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи. «Закостенелая», инфантилизирующая позиция ведет к барьерам общения, вспышкам непослушания, бунта и протеста в ответ на любые требования.

*Прогностичность позиции* выражается в ориентации на «зону ближайшего развития» ребенка, на задачи завтрашнего дня - это опережающая инициатива взрослого, направленная на изменение общего подхода к ребенку с учетом перспектив его развития.

Для нас имеет большое значение и понятие *стиля воспитания* - совокупность способов и приемов общения по отношению к партнеру. Исследователи выделяют *общий, характерный* и *конкретный* стили общения. В качестве детерминант здесь выступают *направленность личности как обобщенная, относительно устойчивая мотивационная тенденция; позиция, занятая по отношению к партнеру общения, и параметры ситуации общения. Родительский стиль – это, по сути, обобщенные, характерные, ситуационно неспецифические способы общения данного родителя с данным ребенком, это образ действий по отношению к ребенку.*

Нам известно, что чаще всего для анализа родительского отношения используются два критерия: *степень эмоциональной близости, теплоты родителей к ребенку (любовь, принятие, тепло или эмоциональное отвержение, холодность) и степень контроля за его поведением (высокая – с большим количеством ограничений, запретов; низкая – с минимальными запретительными тенденциями).*

Напомним, что выделяются такие типы воспитания:

- ✓ *авторитетный* (теплые отношения, высокий уровень контроля);

- ✓ *авторитарный* (холодные отношения, высокий уровень контроля);
- ✓ *либеральный* (теплые отношения, низкий уровень контроля);
- ✓ *индифферентный* (холодные отношения, низкий уровень контроля)<sup>101</sup>.

Сами параметры воспитательного процесса определяются таким образом: *разрешительный, допускающий, ситуативный, ограничительный*<sup>102</sup>.

Определить тип воспитательного процесса помогают характерные особенности каждого из них:

*уровень протекции* – мера занятости родителей воспитанием, оценка того, сколько сил, времени, внимания уделяют родители ребенку;

*полнота удовлетворения потребностей* (материально-бытовых и духовных);

*степень предъявления требований* – количество и качество обязанностей ребенка;

*степень запретов* – мера самостоятельности ребенка, возможность самому выбирать способ поведения;

*строгость санкций* – приверженность родителей к наказаниям как приему воспитания;

*устойчивость стиля воспитания* – выраженность колебаний, резкости смены приемов воспитания<sup>103</sup>.

Нынешние родители должны просто по умолчанию обладать *важнейшей способностью к рефлексии на индивидуальные и возрастные особенности ребенка, готовностью к сознательному поиску наиболее эффективного стиля его индивидуального воспитания*. Сегодня реально много возможностей обучаться умению выработать собственный неповторимый стиль, культуру семейного воспитания.

<sup>101</sup> Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Питер, 2002.

<sup>102</sup> Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. - СПб.: СОЮЗ, 2000.

<sup>103</sup> Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. - Москва & Санкт-Петербург: «Фолиум», 1996.

Все знают, что отец и мать по-разному проявляют любовь по отношению к детям. Материнская любовь чаще всего носит безусловный характер. Отцовская любовь, особенно по отношению к сыну, порой носит условный характер: *я люблю тебя тогда, когда ты оправдываешь мои ожидания, выполняешь мои требования.*



Социальная роль отца трудна и тем, что ее

очевидность создает множество «ловушек» при ее освоении:

— ловушка простой цели — отказ от осознания экзистенциальной цели в роли отца («Кормлю, пою, одеваю, что еще надо?»);

— ловушка ожидаемого долженствования («Я тебе отец, поэтому ты должен меня любить и уважать»);

— ловушка нормальности, или «все как у людей» — отказ от понимания и принятие уникальности своей жизни и жизней членов своей семьи;

— ловушка правоты силы, или «против лома нет приема» — ориентация на силовые способы разрешения конфликтов, связанных с демонстрацией силы;

— ловушка возраста («Я еще молодой, погулять хочется», «Он еще ребенок, пусть с ним возится мама»);

— ловушка подарка («Я ему все покупаю, что захочет») — игнорирование личного общения;

— ловушка превосходства пола — отказ от других, отличных от мужских способов решения жизненных задач;

— ловушка социальной ценности пола («Меня любая подберет», «Мужчина везде нужен») приводит к отказу от глубинных переживаний;

— ловушка ревности к детям — нежелание считаться с тем, что жена принадлежит детям, старикам и вообще другим людям<sup>104</sup>.

Идеально, когда и отец, и мать в своем поведении демонстрируют либо чисто женские черты (мягкость, терпимость, доброту, способность к эмоциональной поддержке и сопереживанию), а отец — такие черты, как энергичность, уверенность в себе, силу, ум, деловитость. Дети в такой семье легко осваивают модели мужского и женского поведения, безболезненно проходят кризисы психосексуального развития.

При воспитании детей в семье необходимо учитывать следующие моменты:

- ребенок - не просто *продукт* воспитательных воздействий родителей - он активен, способен к осмыслению семьи и себя в ней, определяет свое поведение, отношение к семье и к себе самому. В определенной мере ребенок не только воспитываемый, но и воспитывающий себя сам;

- вследствие своего ограниченного опыта, своеобразного мышления, дети иначе, чем взрослые, воспринимают и оценивают происходящее вокруг, и понять их поведение, эмоции, переживания [и помочь им] можно, лишь взглянув на мир их глазами;

- на детей влияют не только преднамеренные воздействия родителей, но, и даже в большей степени, все особенности поведения родителей, в том числе ни взрослыми, ни ребенком не осознаваемые.

Психологические критерии, по которым можно судить о психологическом благополучии ребенка в семье, или о его взаимоотношениях с родными:

- выраженное переживание удовольствия от общения с близкими людьми;

- ощущение свободы, автономности при общении с родителями;

- уверенность в своих силах и самодостаточность;

---

<sup>104</sup> **Абрамова Г.С.** Возрастная психология: Учеб. пособие для студ. Вузov. - М.: Издательский центр «Академия», 1999.



- умение видеть свои недостатки и способность просить помощь у окружающих;

- способность разграничить ошибку и свою личность.

В последнее время все чаще объектом психологических исследований становится *прародительство*, выделение различных типов поведения и позиций прародителей (бабушек и дедушек), семейных ролей, влияние прародителей на развитие внуков и др. Интерес к изучению отношений прародителей и внуков связан, прежде всего, с тем, что феномен «прародительство» объединяет две области психологических знаний – *психологии семьи* и *социальной психологии старения*. Как известно, в настоящее время семейные психологи отмечают наличие кризиса российской семьи, характеризующегося появлением новых типов семьи, демографическими изменениями, отказа некоторой части молодых супругов от рождения и воспитании детей, снижение рождаемости и другое. А социальные геронтопсихологи стали отмечать необходимость исследования и разработки технологий по поддержанию и формированию вовлеченности пожилых и стариков в активную социальную жизнь, и, как известно, отношения прародителей и внуков играют огромную роль в социализации обоих.

Вклад старшего поколения в семейную жизнь и спектр ролей зависят не только от возраста, образования, условий проживания пожилого человека и видов родственных связей, но и от социальных и личностных норм его жизни, от общественных потребностей и ожиданий. Можно выделить такие типы бабушек:

- *обычная (формальная) бабушка*, относящаяся к группе «молодых» бабушек, работающая и имеющая одного внука до 10 лет, которая балует внуков, читает, гуляет с ними на улице, однако в приготовлении уроков, в играх, культурном просвещении внуков бабушки этого типа участвуют незначительно;

- *отстраненная (символическая)* бабушка, старше 60 лет, имеющая одного или больше внуков, поведение которой характеризуется так же, как и бабушки предыдущего типа, но видится она с внуками гораздо реже;

- увлеченная бабушка, балующая внуков, заботящая о них, имеющая высокий уровень вовлеченности в досуг и проблемы внуков.

Сегодня можно сделать ряд значимых для психологии семьи [и социальной психологии старения] выводов, одним из которых является предположение о том, что дети, в воспитании которых большую роль играют бабушки, существенно превосходят детей в развитии творческих способностей, чьим воспитанием занимаются только родители. Видимо, у дедушек и бабушек существует четыре важные, пусть даже иногда и только символические роли, имеющие различную мотивационную направленность:

- *присутствие*, которое обуславливает стремление бабушки и дедушки создать спокойную обстановку, особенно при наличии угрозы распада семьи или внешней катастрофы;

- *стабильная установка*, когда свойственно желание принимать активное участие в жизни семьи и в заботе о подрастающем поколении;

- *арбитры*, действие которых определяется желанием сохранять семейные ценности, поддерживать нерушимость семьи, помогать сохранять связь между поколениями;

- *сохранение семейной истории* побуждает бабушек и дедушек к различным действиям, поддерживающим преемственность между поколениями и передающим внукам семейное наследие и традиции<sup>105</sup>.

А как вам такая типизация бабушек, не нашедших удачного сочетания ролей:

1) бабушка-жертва, воспринимающая роль бабушки как центральную для себя, взваливающую на свои плечи груз хозяйственно-бытовых и

---

<sup>105</sup> Ермолаева М. В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах. – Воронеж: МОДЭК, 2004.

воспитательных забот, отказавшуюся от профессиональной деятельности, ошутимо ограничив дружеские контакты и досуг;

2) бабушка-соперница, на первый взгляд, более рационально совмещает свои разноплановые обязанности, продолжает работать, посвящая внукам выходные и отпуск. Неосознанная тенденция ее прародительства состоит в



соперничестве с дочерью или невесткой в том, чтобы быть лучшей, более успешной «матерью» внуку<sup>106</sup>.

Как известно, для дисфункциональных семей характерно

патологизирующее семейное наследование: *формирование, фиксация и передача эмоционально-поведенческого реагирования от прародителей к родителям, от родителей к детям, внукам и т. д.* Родителей и их взрослых детей и внуков могут связывать сложные и противоречивые отношения, нередко определяющие психологический климат в семье. Например, одностороннее доминирование в семье матери, а, тем более, бабушки по материнской линии (знаменитой тещи!) становится фактором повышения вероятности невротических нарушений у детей<sup>107</sup>.

Любопытны и исследования характеристик бабушек и дедушек, данные их внуками... Вот описание любимого прародителя. К нему относят бабушек, особенно со стороны матери. Предпочитают бабушек строгих и ласковых одновременно, которые проживают близко и имеют частый контакт, с демократичными принципами, в возрасте 60-70 лет. Когда частота контактов прародителей и внуков больше, их отношения характеризуются

<sup>106</sup> Шаповаленко И. В. Прародители (бабушки и дедушки) в системе семейных отношений / Психология семейных отношений с основами семейного консультирования // под ред. Е. Г. Силяевой. – М.: Академия, 2006. – С. 108–120.

<sup>107</sup> Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб: изд-во «Речь», 2001.

близостью, любовью, заботой, восхищением, удовлетворением. С точки зрения внуков, их прародители влияют на них различными способами: бабушки и дедушки оказывают поддержку и заботу, предоставляют информацию о мире; являются объектами для подражания; источником идей и размышлений о человеческой жизни. Но дети отмечают и негативное воздействие бабушек и дедушек, когда их отношения становятся конфликтными<sup>108</sup>. Любопытно, что внуки отмечали и жесткое закрепление и распределение ролей дедушек и бабушек. Дедушки воспринимаются внуками в качестве поставщиков информации о мире, истории, как взрослый, с которым можно беседовать на многие темы, который может дать совет, а бабушки в качестве взрослых, дающих заботу, любовь, привязанность, и, при необходимости, могут заменить мать<sup>109</sup>.

Отметим, что прародительницы подростков склонны иметь в большей степени черты современной бабушки, понимающей особенности развития внуков, их культуру и поведение, а в своих отношениях с ними идти на уступку. Часто бабушки внуков-подростков исполняют роль посредника в конфликтных ситуациях родителей (их взрослых детей) и детей (внуков). Если говорить об «идеальной» бабушке, то примем ее как человека добросердечного, отзывчивого, скромного, не доминирующего, без излишней требовательности. Кроме того, подростки считают, что идеальная бабушка должна быть более доброжелательной, демократичной, деликатной, уважительной, благодарной и терпимой.

Говоря о психологической близости, конечно, следует отметить, что бабушки младших школьников более близки со своими внуками. Они лучше, чем бабушки подростков понимают эмоциональное состояние ребенка, его потребности и причины его поступков. Данный факт объясняется большей зависимостью детей младшего школьного возраста от бабушек, меньшей

---

<sup>108</sup> **Tyszkowa M.** Grandparents and grandchildren: An often neglected relationship between significant others // Journal of Counseling and Development. – 1991. – P. 289-290.

<sup>109</sup> **Van Ranst N., Verschueren K., Marcoen A.** The meaning of grandparents as view by adolescent grandchildren: An empirical study in Belgium // International Journal of Aging and Human Development. – 41(4),1995. – P. 311-324.

частотой и остротой конфликтов в их отношениях и тесным по времени и содержанию общением. Бабушки младших школьников чаще ассоциируют внуков со своим будущим, с продолжением рода, со стремлением оставить что-то после себя на земле, чем бабушки подростков. А ассоциации, связанные с непониманием, проблемами, тревогой и конфликтами, свидетельствующими о напряженности в отношениях, более представлены у бабушек внуков подростков. Но и те, и те стараются строить свои отношения на основе любви и принятия.

Психическое развитие ребенка далеко не в последнюю очередь зависит от того, есть ли у него братья или сестры. Именно отношения с сиблингом во многом определяют характер социальной адаптации ребенка, они сохраняются, как правило, на протяжении всей жизни и могут не терять своей значимости и во взрослом возрасте. Сиблинговые отношения включены в единую семейную систему и непосредственно связаны и с родительско-детскими, и с супружескими отношениями. Можно сказать, что детальное исследование личности сиблингов и характера сиблинговых отношений дает большие возможности для полного раскрытия закономерностей развития личности ребенка в целом.

В психологической науке начало изучению собственно сиблинговых отношений положила психоаналитическая школа. Фрейд рассматривал соперничество как один из самых важных аспектов сиблинговых отношений. Адлер полагал, что появление сиблинга является одним из самых драматичных событий в жизни ребенка, им был введен специальный термин «развенчивание» (dethronement) для обозначения ситуации, при которой старший сиблинг перестает быть центром внимания семьи. Эволюция взглядов на сиблинговые отношения связана с развитием системной семейной теории (примерно в 1974 г.). Согласно данной теории, *все члены семьи – часть диалоговой, взаимосвязанной структуры, в которой изменение поведения одного индивидуума или одной подсистемы неизменно влияет на другие подсистемы.*

Исследования в середине XX века проводились с целью выяснения влияния на качество сиблинговых отношений таких показателей, как пол, разница в возрасте и порядок рождения. Оказалось, что уровень враждебности выше в парах сиблингов-мальчиков. Однако некие формальные переменные, такие как разница в возрасте между детьми и их порядок рождения не во всем удовлетворяли исследователей. Рассмотрение материнского поведения, темперамента ребенка, семейной структуры позволило вывить, что наименьшее влияние на характер сиблинговых отношений оказывают такие параметры, как семейная структура и семейная позиция сиблингов. Сегодня большинство исследований сосредоточено на изучении сиблинговых отношений во взаимодействии с супружескими и родительно-детскими отношениями. Особо рассматриваются сиблинги, которые демонстрируют высокую активность и эмоциональную нестабильность. Была выдвинута гипотеза, что такие характеристики темперамента у ребенка могут быть связаны с конфликтностью в сиблинговых отношениях. Дети с трудным темпераментом демонстрируют больший стресс на рождение сиблинга по сравнению с более адаптивными детьми. По мере взросления детей, темперамент продолжает оказывать влияние на сиблинговые отношения. Дети с высоким уровнем активности больше склонны к конфликтному поведению в отношении сиблинга, чем менее активные дети. Исследователи нередко указывают на взаимозависимость таких переменных, как характер отношений между родителями, общий эмоциональный климат в семье и качество отношений в сиблинговой паре. Супружеский конфликт в паре родителей непосредственно связан с наличием негативных эпизодов в отношениях между сиблингами. Родительская депрессия оказывает существенное влияние на сиблинговые отношения лишь в случае появления враждебности со стороны родителя в процессе воспитания. Более высокий уровень позитивности в родительно-детских отношениях связан с более высоким уровнем положительных эмоций в отношении к сиблингу. Такие

родительские характеристики, как негативность, навязчивость и сверхконтроль, связаны с агрессивным поведением в сиблинговой паре. И еще – видимо, сиблинговые отношения характеризуются большей негативностью тогда, когда родители по-разному реагируют на сходное поведение детей. Различающееся родительское отношение часто связывается с трудностями в супружеской паре. Эмоциональная напряженность,



Брат и сестра - взаимопонимание?

сопровождая конфликт между родителями, усиливает показатели различающегося родительского отношения, которое в свою очередь приводит к негативности в отношениях между

сиблингами. Вероятно, различающееся родительское отношение к сиблингам может быть следствием формирования родительско-детских коалиций, которые часто возникают в конфликтных семьях, и, кроме того, вследствие разногласия между супругами страдает способность родителей эффективно регулировать свои эмоции, что ведет к изменениям паттернов взаимодействия в семье.

Чрезвычайно важным в развитии гармоничных отношений между сиблингами является родительское урегулирование детских ссор. Невмешательство родителей в детские споры и отсутствие с их стороны четкой позиции приводит к тому, что старшие сиблинги занимают доминирующую позицию по отношению к младшим.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 10**

1. Что такое родительские отношения?
2. Дайте характеристику вариантов родительских установок.

3. Дайте представление о факторах, обуславливающих характер и степень влияния родителей на ребенка.

4. Расскажите о ролях ребенка в дисгармоничной семье согласно концепции А.С.Спиваковской.

5. Дайте представление о типах родительской любви.

6. Каким требованиям должна отвечать оптимальная родительская позиция?

7. Расскажите о типах воспитания и о характерных особенностях воспитательного процесса.

8. Какой представляется социальная роль отца?

9. Что такое «ловушки» в исполнении роли отца?

10. Подготовьте сообщения о роли прародительства в семейных отношениях и воспитании внуков.

11. Подготовьте сообщения о сиблинговых отношениях.



## Тема 11. Психологические проблемы усыновления

### Проблемы усыновления детей.

Психологические условия эффективности включения ребенка в новую семейную систему.

### Проблемы адаптации в приемной семье.

Большинство усыновителей не имеют собственных детей, что порождает ряд психологических проблем, связанных с принятием ими ребенка; выработкой оптимального стиля семейного воспитания, учитывающего психологические и индивидуальные особенности усыновленных детей [возможно, с трудной историей развития]; формированием психолого-педагогической компетентности. Детско-родительские отношения в новой семье в значительной степени определяются следующими мотивами усыновления:

- *мотив, удовлетворяющий потребность в продолжении рода.* Как правило, причины усыновления связаны с бесплодием супругов, безуспешно пытающихся на протяжении ряда лет с помощью лечения решить эту проблему. Факторами риска в воспитании ребенка являются разногласия супругов в желании усыновить ребенка, во взглядах на воспитание, боязнь «дурной наследственности», предвзятое восприятие индивидуально-психологических особенностей приемного ребенка;

- *мотив «смысла жизни»* — приемный ребенок придает осмысленность существованию родителей, позволяет определить жизненные цели и задачи;

- *мотив преодоления одиночества* — ребенок рассматривается как значимый партнер, с которым можно установить отношения близости и доверия, источник положительных эмоциональных переживаний, опора в старости. Подобная мотивация преобладает у одиноких людей, по разным причинам не сумевших создать или сохранить семью. Факторами риска в этом случае являются чрезмерность и неадекватность ожиданий в отношении личностных качеств ребенка (чуткости, доброты, заботливости и т.д.), возраст усыновителей (предпенсионный и пенсионный), не позволяющий полностью реализовать воспитательную функцию;

• *альтруистическая мотивация* - стремление защитить ребенка, оказать ему помощь и содействовать в создании благоприятных условий развития. Этот вид мотивации представляется особенно важным, поскольку в данном случае приемный родитель фокусом своих усилий делает благополучие и интересы ребенка, а не удовлетворение собственных интересов и потребностей. Опасность такого вида мотивации кроется в стремлении родителя из самых благих намерений построить асимметричные отношения, в которых ребенку неосознанно навязывается роль «потребителя» тех условий, которые создает для него родитель-благодетель. Очевидно, что при такой гиперпротекции ребенок выучится только брать, ничего не отдавая взамен;

• *мотив компенсации утраты собственного ребенка*. Родители, пережившие смерть ребенка, стремятся как можно скорее восполнить жизненную пустоту и смысловой вакуум усыновлением. Подобная мотивация может стать причиной трудностей детско-родительских отношений и даже отвержения приемного ребенка. Идеализация прошлого и постоянное сравнение родителем своего собственного и усыновленного ребенка, осуществляемое как на осознанном, так и неосознанном уровне, приводят к разочарованию, дистанцированию, отчужденности и даже отказу от усыновления. Обычно усыновители стремятся взять в семью ребенка, максимально похожего на собственного сына или дочь — того же возраста, пола, похожей внешности. Сходство в этих случаях не помогает, а напротив, осложняет принятие ребенка-сироты, который, естественно, по всем показателям будет в глазах родителей уступать их родному ребенку. Поэтому рекомендуется усыновлять ребенка другого пола и более младшего возраста, чем родной ребенок;

• *мотив стабилизации супружеских отношений* - в данном случае, как и в предшествующем, ребенок выступает как средство налаживания потерпевших кризис супружеских отношений. Воспитание приемного

ребенка со своими проблемами и трудностями развития может, кстати, стать еще одним поводом для конфликтов и охлаждения, но при определенных условиях вариант объединения супругов на почве общей цели воспитания вполне возможен;

•*прагматический мотив улучшения материального и жилищного положения* (выплаты, компенсации, льготы, квартира).

Точный учет мотивации усыновления позволяет прогнозировать успешность взаимной адаптации родителей и детей и корректировать в случае необходимости и психологическую готовность супругов к усыновлению, и детско-родительское взаимодействие.

Психологическая готовность к усыновлению включает следующие компоненты:

- *мотивационную готовность;*
- *психолого-педагогическую компетентность в вопросах развития и воспитания детей* (информированность о возрастнo-психологических особенностях детей, целях, задачах и методах воспитания, знание и понимание того, какое влияние оказывает социальная и семейная депривация на психическое развитие ребенка в разные возрастные периоды);
- *адекватность когнитивного образа приемного ребенка* (информированность усыновителей об истории развития ребенка, его родителях и родственниках, основных жизненных событиях и характере переживания их ребенком, знание индивидуально-личностных особенностей приемных детей, их интересах, привычках, «сильных» и «слабых» сторонах);
- *информированность о круге общения ребенка, его друзьях;*
- *эмоционально-волевую готовность* (настойчивость в преодолении трудностей воспитания, эмоциональная стабильность, толерантность к проявлению дезадаптивного поведения, развитая эмпатия, концентрация на интересах ребенка, а не на собственных желаниях).

То, что мы сейчас перечислили, действительно, является и важным показателем полной психологической готовности к усыновлению, и главным

условием успешной адаптации ребенка к приемной семье. Отсутствие хотя бы одного из компонентов готовности может привести к трудностям и проблемам в сфере детско-родительских отношений.

Естественно, что в большинстве случаев, когда семейная пара берет домой приемного ребенка, она руководствуется только добрыми чувствами. Но приходит еще и чувство ответственности и страха. Это связано с тем, что они не знают биологических родителей, как раньше малыши жили, все ли в порядке с их здоровьем, и еще много различных факторов. Таким образом и возникают некоторые психологические проблемы усыновления.

Страхи родителей можно разделить на несколько категорий:

- переживания новых родителей, связанные с генетической наследственностью - они переживают, что малыш может повторить судьбу своих биологических родителей;

- страх отсутствия взаимопонимания и любви со стороны ребенка.

А внутреннее напряжение - смогут ли они справиться с этим? Это немаловажный фактор, влияющий на психологическое состояние семьи.

Чтобы избежать подобных страхов, следует попробовать создать благоприятную атмосферу, необходимые условия для ребенка. Радоваться всем его успехам, пытаться не ругать за мелкие промахи. И очень важно: никогда его не сравнивать с кем бы то ни было! Зачастую возникающие проблемы с приемными детьми связаны с тем, что ребенок уже перенес стресс. Ему тяжело адаптироваться, поэтому важно придавать ребенку уверенности в самом себе, хвалить за каждую попытку, даже неудачную. Малыш обижен на весь мир, и стоит ему показать, что он дорог и любим. Не надо думать и о плохих генах - ребенок мог остаться без родителей не только потому, что те были алкоголиками, наркоманами, маргиналами. Быть может, с ними произошел несчастный случай. Нельзя допускать и мысли о плохой наследственности, иначе у него просто не будет шансов стать нормальным человеком. Потенциал ребенка зависит от родителей, от того, что его окружает: отношения к нему, атмосферы, окружающей среды. В

нашей стране усыновление представляет собой известную форму новой семейной опеки. Вот только для общественного мнения усыновление ребенка чаще всего представляется областью, имеющей оттенок чего-то особенного, даже таинственного. Усыновление – это проблема, в решение которой порой врываются неправильные взгляды и позиции, иногда отрицательно влияющие на будущие отношения между родителями и приемными детьми. А вот результаты усыновления нельзя оценивать только с точки зрения ребенка или новых родителей. Семью составляют и родители, и дети, они взаимно влияют друг на друга, между ними создаются новые серьезные взаимоотношения. Даже в самом раннем возрасте ребенок не является пассивным получателем раздражителей - он личность, активный член семьи, который оказывает свое влияние на родителей, способствует формированию отношений и общего климата в семье, поэтому оценку усыновительного союза можно дать только с учетом его пользы для обеих сторон. Приемные родители получают новый опыт при выполнении своих родительских обязанностей точно так же, как и кровные родители. Воспитание усыновленного ребенка сопровождается теми же трудностями и заботами, которые возникают при воспитании родных детей. Конечно, в семье с усыновленным ребенком могут появиться особые, специфические трудности. Проблема, которая возникает у многих родителей, усыновивших детей, заключена в вопросе: сказать или нет ребенку правду о его происхождении? Должен ли ребенок знать, что он им не родной? В период оформления усыновления ребенка, во время психологического обследования будущих родителей эти вопросы следует обсудить. Некоторые супруги решают ничего не таить от ребенка, другие, наоборот, собираются скрыть от него истину и по возможности сохранить тайну. В конце концов, именно эта проблема становится источником жизненных осложнений, часто причиной серьезного нравственного травмирования ребенка и нарушения его отношений с родителями. Большинство приемных родителей склоняется к мнению, что надо от ребенка все утаивать, потому что так лучше для детей и

родителей. Судить о подобной проблеме следует очень осторожно, принимая во внимание только конкретные особенности семьи, мотивы решения утаить правду, возможности раскрытия тайны и т. п. Когда ребенок находится в семье с грудного возраста, и семья уехала из того района, где он был усыновлен, куда-нибудь далеко, в свидетельстве о рождении ребенка, а приемные родители указываются как родные, то у родителей возникает чувство уверенности в сохранении тайны. В связи с этим они считают лишним сообщать ребенку о его происхождении. Однако в действительности они никогда не могут быть полностью уверены, что усыновление ребенка навсегда останется тайной. Безусловно, существуют примеры, когда человек в течение всей жизни так и не узнал подробности своего появления на свет. Но возникает вопрос: имеет ли смысл такая тайна, равноценна ли она пожизненному страху родителей, усыновивших ребенка, перед возможностью ее раскрытия, оправдывает ли эта тайна переезд, перемену работы, расставание с родственниками, друзьями, постоянное стремление избежать встречи со знакомыми людьми? Ведь некоторые подобные «секреты» усыновления существуют только потому, что молчит сам усыновленный ребенок - он делает вид, что ничего не знает. Во многих семьях, усыновивших ребенка, с годами растет страх перед раскрытием тайны, создается атмосфера напряженности всякий раз, когда ребенок случайно затронет тему, которая считается для него «запрещенной». Время от времени родители понимают, что должны были бы все рассказать, но годы прошли, а они так и не отважились или не нашли подходящего момента для такого разговора. Наконец, они решаются сообщить правду во время какого-нибудь торжественного события, например, при праздновании совершеннолетия, свадьбы и т.п. И растерянное, сопровождающееся слезами объяснение может быть прервано спокойной репликой приемного сына или дочери: «Я давно все знаю, но не показывал даже вида, так как щадил вас, дорогие мама и папа». К сожалению, не всегда так спокойно выслушивается известие о правде. Очень часто приемные родители в буквальном смысле

слова так мучаются от страха, что их тайна может быть раскрыта, что в семье меняется атмосфера, возрастает напряженность и нервозность. Ребенка, возможно, «доброжелатели» (и откуда они только берутся?) уже познакомили с историей его происхождения, причем, в крайне неподходящей интерпретации. Иногда этому разглашению способствовали насмешки подруг и товарищей, которые слышали подробности у себя дома, узнали их из бестактных разговоров и замечаний взрослых. Если принять во внимание, что об усыновлении ребенка обычно информирован довольно широкий круг людей, то просто неправдоподобно, чтобы ребенок в течение жизни об этом никогда не узнал. Именно познание бестактно раскрытой тайны может нанести такую травму, особенно в переходном возрасте, что в результате произойдет отчуждение ребенка, осложнятся взаимоотношения с приемными родителями, нарушится весь воспитательный процесс... Следует обратить внимание родителей еще на одну отрицательную причину строгого сохранения тайны о происхождении ребенка. Когда родители любой ценой доказывают всем кровные связи с ребенком, скрывают истину даже от врача и учителя, то порой наносят вред своему ребенку. При возможных трудностях в развитии и воспитании ребенка врач и учитель, возможно, могли бы помочь родителям, если бы знали ситуацию, обстоятельства, сопутствующие рождению и раннему детству ребенка. Вопрос *сказать или не говорить усыновленному ребенку правду*, всегда разбирается с претендентами усыновления. В дальнейшем все зависит от решения родителей. У них есть возможность и после усыновления посоветоваться со специалистами. Однако в таких случаях никогда нельзя дать точный рецепт. Специалисты считают самым подходящим временем для откровенного разговора дошкольный возраст, когда ребенку можно просто и без смущения объяснить, что его взяли тогда, когда он был еще маленьким, потому что у него не было своей мамы, а он им очень понравился. Мама и папа хотели заботиться о нем, и теперь он с ними навсегда. Иногда приемные родители приглашают на помощь врача, который помогал им оформлять усыновление

ребенка. Если родители и ребенок действительно любят друг друга, то выяснение этих вопросов обычно не нарушает отношений между ними. Когда ребенок тепло и тактично информирован, то его не выведут из равновесия никакие замечания или бестактные вмешательства посторонних людей. Они преодолеваются сознанием его принадлежности к данной своей семье.

Семьи, усыновившие одного и больше детей, знавших о своем происхождении, лучшим образом доказывают - *собственный ребенок* тот, о котором мы заботимся, которого любим. Точно так же для ребенка *собственными родителями* являются те, у которых он находит чувство любви и безопасности, с которыми у него общий дом и общие перспективы.

Из наблюдений за жизнью усыновленных детей совершенно убедительно следует вывод: большинство из них развивается и воспитывается хорошо, хотя само собой разумеется, что и в этих семьях появляются разного рода трудности.

Конечно, к сожалению, встречаются неудачные и несчастные усыновления. О них становится известно разными путями (в последнее время обострилось внимание к российским детям, усыновленным гражданами зарубежных стран). Иногда приемные родители сами приходят на обследование, и уже по тому, как они говорят о ребенке, о видно их раздвоенное, а порой и неприязненное отношение к ребенку. Некоторые приемные родители просто выходят из равновесия в связи с тем, что ребенок не отвечает их ранее созданным представлениям. Они требуют от него больше, чем может он дать, согласно имеющимся у него предпосылкам. В то же время, родители эмоционально его не поддерживают. Обычно они очень строги к нему, особенно в период полового созревания, даже не пытаются понять всю сложность процессов, протекающих в организме в этот период развития. В семье начинаются конфликты, которые могут перерасти в постоянное напряжение и способствовать распаду усыновительского союза. Когда внимательно рассматриваются причины неблагополучных, неудачных



усыновлений, то наблюдается общее: *выбраны неподходящие родители или неподходящий ребенок*. Возможно, что родители и ребенок по всем данным подходили для усыновления, но не подходили друг к другу. Таким образом, надо пытаться соблюдать принцип: *подходящий ребенок для конкретной семьи*. Нельзя, например, пожертвовать приемными родителями и предложить им для усыновления ребенка, страдающего серьезными недостатками психического развития. Нельзя приносить в жертву детей, передавая их на усыновление людям, которые хотят иметь ребенка по каким-либо причинам, хотя совершенно очевидно, что они явно не смогут дать ему счастливого детства. Иногда приходится узнавать, что решение об усыновлении первоначально приняла, например, только мать, чтобы скрепить нарушенные супружеские отношения. Вся неудовлетворенность в жизни и семейный разлад переносится на приемного ребенка, не может быть счастливым в тяжелой семейной обстановке. У него очень быстро начнут проявляться и различные трудности, и нарушения в поведении. В таких случаях приходится *воспитывать и лечить* целую семью, а не ссылаться на отрицательные качества в характере ребенка.

Подавляющее большинство удачных усыновлений основано на страстном желании супругов или одинокого человека взять в свою семью ребенка, чтобы воспитать его как свое родное и любимое дитя. Очень часто детей усыновляют семьи, в которых уже есть дети. Однако наблюдения показывают, что большую группу усыновителей составляют одинокие или разведенные женщины, часто это незамужние матери, у которых под опекой находятся другие дети. Несмотря на то, что полная семья для воспитания детей, бесспорно, обладает своими преимуществами, одинокие женщины в роли воспитателей, в основном, проявляют себя героически, полностью заменяя приемному ребенку всю семью.

И еще: родителям, усыновившим ребенка, надо постоянно следить за его общим развитием, которое зависит от отношения к нему, от проявления эмоциональных чувств, и, в первую очередь, чувства любви. Но следует

опасаться избаловать ребенка, так как он может оказаться в положении первого или самого младшего в семье, окруженного излишними нежностями. Постепенно он становится членом семьи и всего семейного окружения. У него появляются свои тети, бабушки, дедушки, двоюродные сестры, братья, которые не всегда могут принять его доброжелательно. Иногда бабушки и дедушки выражают свой протест «чужому» ребенку, но малыш обычно «подкупает» их своей непосредственностью и лаской. В некоторых семьях бывает так, что после первоначальных восторгов от ускоренного развития ребенка начинает наблюдаться определенное охлаждение, неуверенность в правильности воспитания, а порой и усталость от весьма изнурительной работы, связанной с уходом за ребенком. В это время родители больше всего нуждаются в помощи органов социального попечения и семейных психологов. Им необходимы поддержка и совет, объяснение тех особенностей ребенка, которые причиняют наибольшую заботу.

Некоторые бездетные супруги иногда сознательно берут в свою семью ребенка с серьезным недостатком в развитии в надежде на то, что они помогут больному ребенку выздороветь и стать полноценным человеком. Наблюдения свидетельствуют о том, что у детей, которые живут в хорошей и спокойной среде, даже такая болезнь их родителей, как шизофрения, совсем не проявляется. В то же время, у детей, воспитывающихся в обстановке конфликтов и беспокойства, эти болезни могут возникнуть независимо от состояния здоровья их кровных родителей.

Проблемы воспитания и развития усыновленных детей достаточно сложны, но в главном они те же, что возникают при воспитании родных детей. Процесс *вживания* усыновленного ребенка в семью зависит, естественно, от личностей родителей, от общей семейной атмосферы, а также от самого ребенка, прежде всего, от его возраста, характера и предшествующего опыта. В большинстве случаев у детей сохраняются плохие воспоминания о покинувших их родителях, поэтому вначале в

усыновившей их семье они бывают недоверчивыми по отношению ко всем взрослым. Некоторые дети принимают оборонительную позицию, некоторые проявляют склонность к обману, к грубой форме поведения, то есть к тому, что видели вокруг себя в родной семье. Однако встречаются дети, которые с грустью и слезами вспоминают своих, даже бросивших их родителей, чаще всего мать. У воспитателей это состояние ребенка вызывает тревогу... Если ребенок в своих воспоминаниях проявляет положительное отношение к родной матери, то будет неправильным исправлять его взгляды или высказывать в связи с этим неудовольствие. Наоборот, надо радоваться, что чувства ребенка не исчезли, потому что мать хотя бы частично удовлетворяла его основные физические и психические потребности. Ребенок должен сам внутренне согласиться с новой действительностью, только тогда он к этому не будет возвращаться.

*Итак, адаптация ребенка в приемной/замещающей семье – двусторонний процесс, в котором и родители, и ребенок должны решить задачи, связанные с изменением состава и функционально-ролевой структуры семьи. Под адаптацией ребенка к новой семье следует понимать включение ребенка в семейную систему, принятие им предписанной роли, норм и правил, формирование привязанности к родителям и налаживание эффективных форм общения и сотрудничества. Адаптация родителей к появлению нового члена семьи, предполагает принятие и освоение новых функциональных ролей (матери и отца), становление продуктивной родительской позиции, формирование адекватного образа.*

Основы будущих взаимоотношений в семье закладываются уже в первые две-три недели. Успешность адаптации, в первую очередь, зависит от умения взрослых построить внутрисемейное общение. Заметим, что воспитанники специализированных учреждений, как правило, испытывают затруднения в общении с членами семьи, не сразу «вписываются» в сложившуюся систему семейных отношений. Они глубоко обижены кровной семьей, не умеют сопереживать другому человеку, проявлять любовь к нему,

не доверяют окружающим, сохраняют дистанцию при взаимодействии с ними. Им трудно контролировать поведение, видеть последствия своих поступков, быстро освоить правильный тон общения. Первое, что они хотят понять, попадая в новое место - «почему я здесь?», «долго ли я тут пробуду?», «что будет со мной в дальнейшем?». Приход ребенка в семью приводит к новым отношениям, перераспределению семейных ролей, возникновению новых привязанностей. А это означает, что приспосабливается не только ребенок, но и каждый член семьи. И чем больше людей включено в этот процесс, тем он сложнее.

Необходимым условием успешной адаптации *ребенка-сироты* к новой семье является взаимное соответствие ролевых ожиданий ребенка и приемных родителей, а также всех членов приемной семьи между собой. Первоначальный период воспитания ребенка, оставшегося без попечения родителей, в замещающей семье любого типа называют «*медовым месяцем*».

Считается, что это время, несмотря на многочисленные трудности и притирки характеров, привычек, является счастливым, так как приносит много радости, как воспитателям, так и ребенку. Но период



Это нарисовал усыновленный ребенок

адаптации в разных семьях не проходит одинаково - его особенности зависят от многих причин, связанных как с семьей воспитателя, его личной готовностью воспитывать приемного ребенка, так и характером, и поведением самого ребенка, его отношением к своему прошлому и к нынешнему положению. При сочетании этих условий и причин получается множество вариантов адаптации - действительно, каждый ребенок проходит

свой единственный период адаптации, определенный той единственной ситуацией, в которую он попадает. Понятно, и уже сказано, что успешность первых шагов зависит прежде всего от того настроения, которое продемонстрируют друг другу воспитатель, семья и ребенок. Взрослые иногда искренне полагают, что помещение ребенка в семью воспринимается им как благо, как спасение. Но обычно каждый ребенок, которого *изъяли* из родной семьи, даже признавая, что в ней не все было хорошо, хочет вернуться к своим родителям, родным, и приход в приемную семью считает скорее отрицательным фактом, чем положительным. Поэтому первым важным шагом должно стать определение положения ребенка в этой семье. Ребенок не всегда понимает, почему он здесь, сколько будет жить в этой семье, вернется ли к своим родным, сможет ли с ними встречаться. Привязанность к родным усиливается, если мама или отец больны, требуют помощи и т.д. Необходимо все это объяснить ребенку, найти приемлемые пути для поддержания эмоционального равновесия в отношениях с ребенком. Тогда он быстрее сможет принять жизнь новой семьи.

Считается, что нет ни какого-то единственно правильного пути воспитания, ни безупречных воспитателей. В каждой семье - свои системы воспитания, главное, чтобы были учтены основные нужды ребенка. Тогда он вырастет счастливым. Что же это за нужды? Прежде всего - любовь, уход, похвала не только за то, что он сделал, но за то, что он пытается сделать; уважение и внимание, когда вы стремитесь понять, что хочет от вас ребенок; поощрение и безопасность, которые выражаются в том, что дети знают, что вы рядом в тот момент, когда им трудно.

Обобщим: замещающая семья и ребенок-сирота в процессе адаптации проходят несколько стадий:

*I - «знакомство», или «медовый месяц»* - ознакомление с домом, окружением, изменение режима. Опережающая привязанность родителей и детей друг к другу. Ребенок испытывает и радость, и тревогу одновременно. Реакция на новизну. Воспоминания о прошлом.

*II - «возврат в прошлое», или «регрессия»* - проверка родителей «на прочность». Установление первых детско-родительских отношений, привыкание членов семьи друг к другу- взаимная адаптация. Другие люди- другие правила. Часто происходит очень болезненная ломка сложившегося стереотипа поведения. На этой стадии у детей могут отмечаться такие симптомы, как:

- фиксация на чистоте, опрятности или, наоборот, грязи и неопрятности;
- чувство беспомощности или чувство зависимости;
- чрезмерная озабоченность своим здоровьем, преувеличенные жалобы, повышенная чувствительность;
- отказ от всего нового;
- необъяснимые припадки злобы, плача;
- признаки усталости или тревоги, признаки депрессии и т. п.

Психологические барьеры - обнаруживается несовместимость темпераментов, черт характера, привычек родителей и привычек ребенка.

Разрушение идеалов - у детей, воспитывавшихся, например, в детских домах, за время пребывания в них формируется свой идеал семьи, в каждом ребенке живет ожидание папы с мамой. С этим идеалом связывается ощущение праздника, прогулок, игр. Взрослые же, занятые житейскими проблемами, не находят для ребенка времени, оставляют наедине с самим собой, считая его большим либо чрезмерно опекают ребенка, контролируя каждый его шаг.

Истощение сил - у многих взрослых, столкнувшихся с этими проблемами, не хватает сил, а главное, терпения дождаться, пока ребенок сделает то, что им нужно.

Дефицит знаний у родителей - особенно ярко в этот период проявляется отсутствие знаний об особенностях возраста, умений устанавливать контакт, доверительные отношения и выбор нужного стиля общения. В этот период можно выделить:

- безрезультатные попытки родителей опереться на свой жизненный опыт, на то, как их воспитывали;
- разницу во взглядах на воспитание у родителей;
- влияние авторитарной педагогики, стремление к абстрактному идеалу;
- завышенные или, наоборот, заниженные требования к ребенку;
- процесс воспитания рассматривается родителями как исправление врожденных недостатков;
- исчезновение радости общения, естественности отношений;
- возникновение стремления подчинить ребенка себе, своей власти;
- преуменьшение достоинств ребенка;
- начинается сравнение ребенка со сверстниками, которое зачастую не в его пользу;
- отсутствует чуткое реагирование на малейшие достижения ребенка.

Псевдорегресс - иногда в этот период ребенок *регрессирует* в своем поведении до уровня, не соответствующего его возрасту. Он становится слишком требовательным и капризным, предпочитает играть с детьми младшего возраста и доминировать над ними. Некоторые дети проявляют враждебность к своему новому окружению. Отмечается возврат вредных привычек.

Детские страхи - некоторые дети испытывают страх быть обманутыми и возвращенными, поэтому они отказываются покидать новый дом. Некоторые длительное время боятся остаться в доме без новых родителей, не отпускают их от себя ни на минуту, боясь, что те уйдут и не вернуться.

Изменения в поведении - привыкнув к новым условиям, ребенок начинает искать линию поведения, которая удовлетворила бы приемных родителей. Этот поиск не всегда удачен. Чтобы привлечь к себе внимание, ребенок может изменять поведение неожиданным образом. Веселый, активный ребенок вдруг становится капризным, часто и подолгу плачет, начинает драться с родителями или с братом, сестрой (если они есть), делает назло то, что не нравится им. А угрюмый, замкнутый ребенок иногда вдруг

начинает проявлять интерес к окружающему, особенно когда за ним никто не наблюдает, действует исподтишка либо становится необыкновенно активным.

Первые сигналы/факторы адаптации - об успешном преодолении трудностей адаптационного периода свидетельствует изменение внешнего облика ребенка: изменяется выражение и цвет лица, оно становится более осмысленным, чаще появляется улыбка, смех. Ребенок становится оживленным, более отзывчивым, «расцветает»;

**III - «привыкание», или «медленное восстановление»** - эта стадия завершает процесс адаптации ребенка в новой семье. Развитие ее может идти в двух направлениях:

- **A)** дети и родители постепенно начинают жить жизнью обычной нормальной семьи, если замещающая семья успешно преодолела предыдущий этап, если родители не испытывают страха перед отягощенной наследственностью ребенка и готовы адекватно воспринимать происходящие в нем возрастные изменения. Наблюдается *становление адекватного поведения* у ребенка:

-ребенок как-то неожиданно повзрослел; если раньше его привлекали малыши, то теперь он покидает их игры, выбирает компании, близкие ему по возрасту;

-у ребенка исчезает напряжение, он начинает шутить и обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми;

-ребенок привыкает к правилам поведения в семье и в детском учреждении;

-ребенок принимает активное участие во всех делах семьи;

-ребенок без напряжения вспоминает о своей прошлой жизни;

-поведение ребенка соответствует особенностям характера и полностью адекватно ситуациям;



-ребенок чувствует себя свободно, становится более независимым и самостоятельным;

-у многих детей меняется даже внешность, становится более выразительным взгляд;

-дети становятся эмоциональнее; расторможенные - более сдержанными, а зажатые - более открытыми. Это и есть форма проявления благодарности родителям, принявшим их в свою семью.

Заметна уже и **концентрация на настоящем**. Приспособившись к новым условиям, дети реже вспоминают прошлое. Если ребенку хорошо в семье, он почти не говорит о прежнем образе жизни, по достоинству оценив преимущества семьи, не хочет в него возвращаться. Дети дошкольного возраста даже могут спрашивать взрослых, где они так долго были, почему так долго его искали?

Видны и **положительные изменения в поведении**. Если ребенок чувствует хорошее отношение к себе, то у него возникает привязанность к родителям и ответные чувства. Он без труда выполняет правила и правильно реагирует на просьбы. Проявляет внимание и интерес ко всем делам семьи, усиленно участвуя в них. Сам отмечает происходящие с ним изменения, не без иронии вспоминает свое плохое поведение (если оно было), сочувствует и сопереживает родителям. Приемные дети в своем поведении уже не отличаются от ребенка, воспитывающегося у биологических родителей. Если и появляются проблемы, то они, как правило, отражают кризисные этапы возрастного развития, через которые проходит каждый ребенок;

**Б)** - родители не смогли найти путь к сердцу ребенка и установить доверительные отношения с ним. У ребенка усугубляются прежние недостатки личности (агрессивность, замкнутость, расторможенность) или нездоровые привычки (воровство, курение, стремление к бродяжничеству). И также то, что уже отмечалось выше: мстительность или демонстрация беспомощности, требование чрезмерного внимания или упрямство, негативизм. В подростковый период у такого ребенка могут наблюдаться

различные и, порой, очень сильные негативные реакции по отношению к своим приемным родителям. Ребенок может изменить свое отношение к приемным родителям, критиковать их, особенно когда испытывает обиду. Подросток может начать демонстрировать отрицание ценностей, обычаев усыновителей.

Иногда выделяются и такие этапы адаптации:

- ориентировка (взаимное изучение – около 2 месяцев);
- напряжение (преобладание эмоционального дискомфорта – 3-8 месяцев);
- отвержение (преобладание негативного фона отношений и конфликтности – 8 - 10 мес.) или первый кризис «системной перестройки»

А на протяжении последующих 2-3 лет после приема ребенка:

- штиль - (осознание причастности – 11 – 24 мес.);
- депрессия - постепенное осознание проблем, связанных с приемом (24-30 мес.) или второй кризис системной перестройки;
- принятие проблем (принятие новой семейной идентичности и завершение процесса формирования новой семейной системы).

Мы уже сказали, а теперь уточним и конкретизируем разговор о динамике процесса адаптации – фазы адаптации, их содержание и последовательность, продолжительность определяется факторами:

- *возрастом ребенка*: чем старше ребенок, тем выше вероятность возникновения сложностей в процессе адаптации;

- *характерологическими и личностными чертами детей*. Дети раннего возраста с «трудным темпераментом», младшие школьники и подростки с выраженными характерологическими чертами и акцентуацией характера, безусловно, являются «группой риска» для успешности протекания адаптации к приемной семье. Эффективность адаптации будет определяться соответствием семейной среды и поведения родителей наследственным конституциональным и приобретенным особенностям ребенка;

- *историей развития ребенка*. Особое значение приобретает вопрос о том, воспитывался ли ребенок ранее в семье или с момента рождения находился в детском учреждении (так называемые «отказные дети»). Если ребенок попал в детское учреждение из семьи, то в ходе адаптации к приемным родителям он постоянно будет сравнивать новый семейный уклад, традиции, правила, отношение к нему взрослых со своей прежней семьей. В случае, когда ребенок был «изъят» в детское учреждение из асоциальной и алкогольной семьи вследствие лишения родительских прав, скорее всего, сравнение будет в пользу новой семьи. Если же ребенок потерял семью по причине смерти и гибели родителей, то весьма вероятен протест против всего уклада новой семьи, как проявление острой аффективной реакции на не пережитое горе. Дети-сироты, вовсе не имеющие опыта проживания в семье, столкнутся с проблемой освоения тех норм и правил поведения в семье, которые «домашние дети» буквально впитывают с молоком матери, и попытаются привнести в новую семью опыт прежних детдомовских отношений, далеко не всегда адекватно отвечающих нормам взаимного уважения, принятия и кооперации;

- *продолжительностью знакомства с приемными родителями*. Чем лучше узнают друг друга члены будущей семьи, тем легче будет решать проблемы, связанные с адаптацией. Имеет значение не только время знакомства и количество встреч, но и содержание общения, его эмоциональная насыщенность, взаимная ориентация партнеров на личность друг друга. Аффективный и деловой опыт отношений ребенка с приемными родителями в период знакомства создает основу для развития семейного взаимодействия и лучшего познания друг друга;

- *психологической готовностью родителей к принятию ребенка*. Очевидно, что именно приемным родителям принадлежит инициатива в создании новой семьи, как правило, именно они определяют правила и нормы ее жизни. Поэтому степень психологической готовности родителей к выполнению воспитательной функции, учет и уважение индивидуальности

ребенка, принятого в семью, и, соответственно, готовность к сотворчеству в развитии новой семьи будет увеличивать скорость и успешность психологической адаптации;

- *возможностью сохранения ребенком системы прежних социальных и межличностных отношений.* Существуют две противоположные позиции в вопросе о целесообразности сохранения ребенком контактов с детским учреждением, каждая из которых имеет свои аргументы «за» и «против». Первая позиция - «уйти от прошлого» - настаивает на необходимости как можно скорее покончить с «тяжелым прошлым», забыть его как кошмарный сон, и строить новую жизнь и новые отношения с «чистого листа». Отсюда требование – прекратить все прежние контакты и отношения. Дополнительным аргументом сторонников позиции разрыва с прошлым является сохранение тайны приемной семьи. Чем скорее забудет ребенок свое детдомовское прошлое, чем меньше вероятность случайной встречи с ним, тем более надежно можно сохранить тайну, считают сторонники такой позиции. Вторая позиция настаивает на сохранении ребенком сети прежних социальных и межличностных отношений – прежней школы и класса друзей, круга общения – в силу того, что кардинальное изменение условий жизни ребенка даже в условиях обретения им новой семьи, делает задачу психологической адаптации ребенка крайне сложной. Сохранение социальной поддержки облегчает процесс адаптации и повышает уровень толерантности детей к неизбежным «нештатным» воздействиям.

Говоря о сопровождении ребенка в приемной семье, то есть о психолого-педагогических и социально-педагогических технологиях, предназначенных для решения проблем развития приемного ребенка, отметим, что они должны включать анализ ближайшего окружения, диагностику уровня психического развития, использование активных групповых методов индивидуальной работы с ребенком, его родителями, педагогами. Основной задачей специалистов является помощь приемному ребенку в решении проблем адаптации в новых условиях воспитания и

образования, и предупреждение их возникновения. Для эффективной реализации этих целей:

- проводится наблюдение за ходом адаптации ребенка в приемной семье (осуществляется через посещение семьи, детского сада, школы, где воспитывается и обучается ребенок);

- определяются особенности процесса адаптации ребенка в условиях воспитания и обучения в приемной семье;

- анализируются результаты процесса адаптации ребенка (консилиум, ведение замещающими родителями «дневника приемного родителя»);

- проводятся коррекционно-развивающие занятия с ребенком и членами приемной семьи для налаживания внутрисемейных отношений;

- проводятся обучающие занятия с приемными родителями по вопросам адаптации и воспитания;

- разрабатываются психолого-педагогические и социально-педагогические рекомендации для приемных родителей по созданию благоприятных условий воспитания детей и преодолению кризисных ситуаций.

Итак, замещающая семья – одна из распространенных форм устройства детей, оставшихся по разного рода причинам без родителей. В такой семье как интеллектуальное, так и эмоциональное развитие ребенка часто происходит значительно успешнее, чем в государственных учреждениях. В связи с этим и встает острая проблема адаптации. Адаптация ребенка в замещающей семье – двухсторонний процесс и наиболее важный этап в становлении приемной семьи.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 11**

1. Расскажите о детско-родительских отношениях в новой (приемной, замещающей) семье.

2. Что включает в себя психологическая готовность к усыновлению?

3. Что представляют собой страхи родителей?

4. Поделитесь своим мнением по поводу того, говорить или не говорить детям правду об усыновлении.

5.Как вы понимаете выражение «неподходящий ребенок» и неподходящие родители»?

6.Подготовьте сообщения об адаптации ребенка в приемной/замещающей семье.

## Тема 12. Психология развода и преодоление кризиса развода

**Развод как кризис в развитии семьи.**

**Причины разводов. Основные фазы развода (фаза эмоционального развода: принятие решения о разводе, планирование распада семейной системы, сепарация).**

**Семья во время развода (информирование детей, юридический, экономический, социальный развод).**

**Проблемы воспитания детей в неполной семье.**

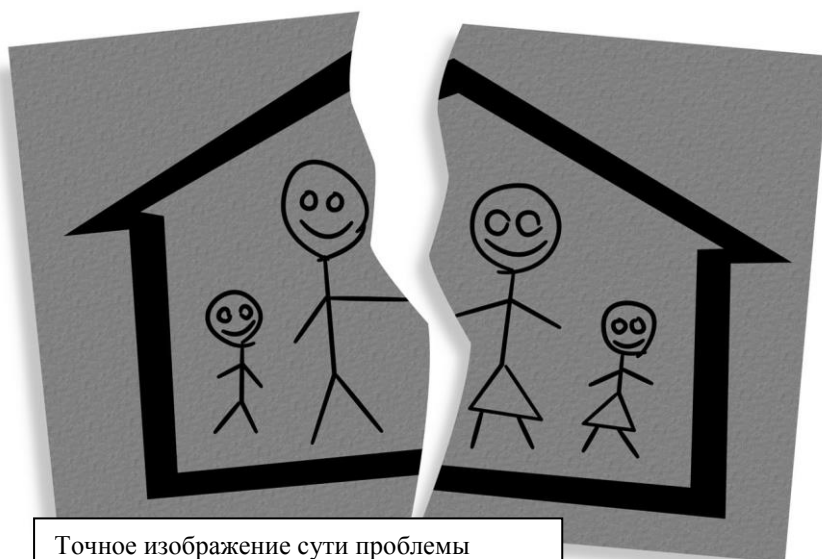
Развод представляет собой кризис семьи, причем, рядом ученых он называется еще и *ненормативным кризисом*, главным содержанием которого является состояние дисгармоничности, обусловленное нарушением гомеостаза семейной системы, требующее реорганизации семьи как системы.

В настоящее время развод как социально-психологический феномен оценивается неоднозначно - раньше его интерпретировали только отрицательно – как угрозу семье, а сегодня возможность расторжения брака рассматривается как неотъемлемый компонент семейной системы, необходимый для реформирования ее тогда, когда сохранить в прежнем составе и структуре оказывается невозможным.

Факторами, повышающими степень готовности семьи к разводам, являются урбанизация и рост мобильности трудоспособного населения, изменение места женщины в структуре профессиональной занятости общества и индивидуализация жизненной концепции, в которой целям автономного личностного роста уделяется все большее значение [обоими полами]. Изменение, либерализация отношения общества к разводам, облегчение правовых норм, его регулирующих - далеко не последние факторы, провоцирующие некоторую (хотя, может быть, и кажущуюся) легкость принятия решения о расторжении брака.

Наряду с факторами риска развода сегодня можно говорить и о факторах *толерантности*, снижающих вероятность распада семьи даже в условиях проблем семейной жизни и конфликтности отношений. Наиболее существенное значение имеет наличие в семье детей - ребенок достаточно часто выступает как «последний аргумент» в принятии решения супругов о

разводе в пользу сохранения семьи. Наличие детей снижает и психологическое желание, и экономическую обоснованность развода. Другим важным фактором, удерживающим супругов от развода, является неуверенность в своем экономическом положении после него и предполагаемая невозможность прокормить детей, обеспечить им полноценное воспитание и образование.



Точное изображение сути проблемы

Говоря о причинах разводов, необходимо различать их мотивы и мотивировки.

Минимальными [относительно других стадий жизненного цикла семьи]

последствиями развода отличается *первая стадия* — «*молодая пара до рождения детей*». Факторами риска распада брака на этой стадии признаны продолжительность предбрачного периода (менее 6 месяцев или более 3 лет); значимые различия ценностных семейных установок; доминирование мотива выхода из прародительской семьи у одного или обоих супругов; переживание травматических событий в период ухаживания или в момент, непосредственно предшествующий или последующий за заключением брака; напряженность отношений с прародительской семьей у одного или обоих партнеров.

Значительный риск развода падает на *стадию «семья с маленькими детьми»*. Как правило, эта стадия характеризуется снижением субъективной удовлетворенности браком, ролевой напряженностью и ролевой перегрузкой.

*Семья с детьми подросткового возраста* также уязвима в отношении риска развода, поскольку именно на эту стадию приходится кризис «середины жизни», нередко вызывающий желание «начать жизнь с чистого



листа». Развод здесь представляет собой, на первый взгляд, самое легкое решение расстаться с прошлым и начать жизнь заново.

*Семьи пожилого возраста* крайне редко принимают решение о разводе, поскольку в старости возрастает потребность во взаимопомощи и взаимной поддержке.

Развод включает два периода — *собственно развод и постразводный период*, связанный с преодолением последствий развода и часто с формированием новой семейной системы — неполной семьи или нового брака.

Говоря о разводе, следует отдавать отчет в том, что при ликвидации сложной структуры - семейной системы, необходимо выделять такие виды развода, как развод *эмоциональный, юридический, экономический и социальный*. Каждый из них предполагает прекращение той или иной функции семьи.

Стадия, предшествующая разводу, начинается с *фазы обдумывания и принятия решения о прекращении брачно-семейных отношений* как оптимальном в сложившихся условиях варианте разрешения семейного кризиса. На ее протяжении происходит нарастание деструктивности и дисгармоничности семьи. Конфронтация партнеров, ссоры становятся хроническими. Преобладает тревожность, плохое/испорченное настроение, чувства разочарования, неудовлетворенности, отчуждения и охлаждения, неверия и недоверия. Снижение уровня субъективной удовлетворенности браком, чувство утраты любви приводят к возникновению холодности, враждебности и дистантности, что является показателем, сигналом начала процесса эмоционального развода. В большинстве случаев наблюдается *асимметрия динамики* эмоционального развода у партнеров: у кого-то чувство любви еще сохраняется, у кого-то угасает. Обдумывание и принятие решения о разводе одним или обоими супругами продолжается от нескольких дней до нескольких лет и основывается на осознании ими невозможности дальнейшего существования в рамках семейной системы.

*Фаза планирования ликвидации семейной системы* начинается с момента окончательного принятия решения о разводе одним или обоими супругами. Свойственные ей негативно-тревожный эмоциональный фон существования семьи, высокая эмоциональная напряженность и фрустрированность представляют серьезную угрозу для грамотного и разумного выхода из кризиса.

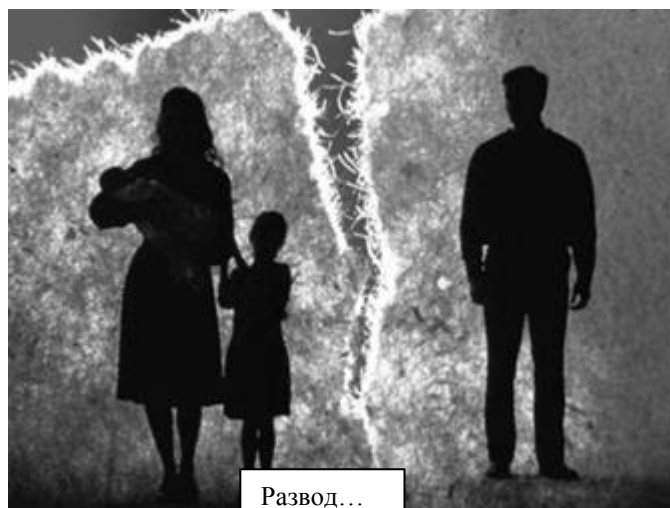
*Период развода* связан с юридическим оформлением нового статуса семьи, признанием прекращения действия прежних прав и обязательств супругов в связи с расторжением брака и принятием новых обязательств по сохранению родительских функций. Развод не просто «штамп в паспорте» как процедура юридического оформления нового семейного статуса, но и оформление экономического разрыва, соглашения об участии супругов в воспитании детей. Если родители не достигают взаимного согласия о том, с кем останутся проживать дети и как будет обеспечена реализация права одинокого родителя на воспитание детей, решение принимает суд. Именно он решает, с кем из родителей останутся дети, исходя из *информации об их возрасте и поле; эмоциональной привязанности к родителям и другим членам семьи; финансово-экономических условиях, которые может предоставить детям каждый из родителей (при условии финансовой поддержки второго родителя); возможности реализации родителем воспитательной функции; состоянии соматического и нервно-психического здоровья родителей и их правовом статусе (дееспособность, гражданство, административные правонарушения, нахождение под следствием или в исправительно-трудовом учреждении и пр.)*. Главным в принятии решения о том, с кем останутся дети, является принцип охраны интересов психического здоровья и развития ребенка.

Одной из серьезных задач, с которыми сталкиваются супруги после развода, является стабилизация финансово-экономического положения семьи. Финансовые трудности заставляют разведенных супругов искать сверхурочную или новую, более высоко оплачиваемую работу, чтобы

держат бюджет в новых условиях, либо, напротив, отказаться от престижной и финансово выгодной работы, чтобы освободить время для ухода за детьми и их воспитания. В любом случае - кардинальное изменение социальной ситуации развития семьи, пережившей развод, сопровождается изменением образа жизни, включающее пересмотр прежде сложившихся моделей исполнения ролей.

И супруг, оставшийся проживать с ребенком, должен научиться эффективно справляться с множеством ролей, ранее распределявшихся между мужем и женой. Супруг, отделившийся от семьи, стоит перед задачей интенсификации общения с ребенком так, чтобы компенсировать временной недостаток общения с ребенком, неизбежный при раздельном проживании. Оба родителя должны научиться принимать и уважать друг друга как отца (мать) своего ребенка, преодолев обиду, эмоциональный негативизм и чувство мести в отношении бывшего супруга. Кстати, заключение договора о полномочном участии каждого из супругов в воспитании ребенка после развода станет надежным средством профилактики негативных последствий и для ребенка, и для бывших супругов.

*Фаза перестройки* является поворотной в развитии отношений бывших супругов. Завершается эмоциональный развод, предполагающий трансформацию эмоциональной связи в сторону устойчивого доброжелательного/нейтрального отношения к бывшему супругу.



Вместе с тем, могут наблюдаться резкие колебания эмоционального статуса разведенных супругов — от депрессии к необоснованной эйфории. В сфере детско-родительских отношений фаза перестройки характеризуется изменением системы семейного воспитания с учетом новых реалий жизни семьи — трудовой занятостью матери и

снижением меры участия отца в процессе воспитания. Изменения в семейном воспитании могут происходить по типу возрастания *гипопротекции* и повышенной моральной ответственности. Нередко наблюдаются возрастание требований к ребенку, предоставление ему большей самостоятельности. На фоне объективного возрастания автономии ребенка зачастую происходит усиление эмоционального симбиоза ребенка и матери, стремящейся «привязать» его к себе и видящей в общении с ним единственный источник эмоциональной поддержки. В таких случаях мать пытается ограничить общение ребенка со сверстниками и его право на самостоятельный выбор друзей - в подростковом возрасте это чревато бунтом, протестом, выраженными реакциями эмансипации, символическим (а иногда и реальным) уходом из дома. Часто подростками развод родителей воспринимается как крах идеала романтической любви. В случае ненадежной привязанности подростковый кризис может получить разрешение в обращении подростка к сексуальным отношениям, в которых партнер рассматривается, в первую очередь, как источник чувства безопасности и эмоциональной поддержки.

Завершающей фазой *послеразводного периода* является *фаза стабилизации*. На этом этапе проблемы перестройки семьи успешно преодолены, между бывшими супругами устанавливаются равные отношения, становится возможным их эффективное сотрудничество в воспитании детей.

Неполная семья, образовавшаяся после развода, представляет *фактор риска* для развития личности ребенка. Влияние неполной семьи зависит от осмысления родителем ее значения и от аффективной окраски переживания этого факта. *Развод родителей может стать причиной формирования у ребенка искаженной Я-концепции, низкой самооценки и самопринятия, низкого или завышенного уровня притязаний, неадекватной полоролевой идентификации, высокого уровня тревожности, предрасположенности к неврозам, страхам, застенчивости и тревожности в отношениях со*

*сверстниками, чувству неуверенности и личностной недостаточности, наконец, вызвать трудности при создании собственной семьи.*

Не забываем только и о разводе, приносящем явное облегчение – уход от человека, мягко говоря не вполне адекватного по отношению к родным...

Основное назначение семьи – удовлетворение общественных, групповых и индивидуальных потребностей. Роль семьи, таким образом, в обществе несравнима ни с какими другими социальными институтами, так как именно в семье формируется и закладывается личность человека, происходит овладение социальными ролями, необходимыми для безболезненной адаптации ребенка в обществе. Семья выступает как первый воспитательный институт, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни. Воспитание в неполной семье, о которой мы начали разговор выше – это такое же обычное, нормальное воспитание, только осуществляется оно в более трудных условиях. В условиях, когда больше всего следует учитывать особенности личности того человека, который остается с ребенком один. Способность этого воспитателя соответствовать всем требованиям играет в формировании личности ребенка большую роль, чем сам тот факт, что семья неполная. Исследователи, расходясь в каких-то аспектах, приходят к единому мнению, что не любая полная семья является (и не любая неполная является ненормальной средой) нормальной средой для полноценного развития и воспитания ребенка, но все же наличие в семье обоих родителей помогает успешнее решать многие задачи, связанные с сохранением его психического здоровья.

Неполная семья – это не только семья разведенных родителей, но и семья, потерявшая кормильца, семья матери-одиночки, женщины, которые решились взять ребенка из детского дома. И каждая ситуация отличается своими психологическими особенностями и трудностями, с которыми сталкивается одинокая мать (реже одинокий отец).

В последнее время, к сожалению, значительно сократился перечень социальных гарантий и снизился уровень социальной защиты. Женщина-мать, воспитывающая ребенка без отца, сама должна нести ответственность за благосостояние своей семьи. Особенную нужду испытывают неполные семьи, в которых растут дети с отклонениями от нормы в физическом или нервно-психическом развитии, дети-инвалиды. Если ребенок-инвалид нуждается в постоянном присмотре и уходе, то женщина не имеет никакой возможности улучшить материальное благосостояние - им приходится жить на пенсию по инвалидности ребенка и детское пособие...Необходимость ухода при отсутствии помощи со стороны, разрушение круга бытовых услуг не позволяют женщине проявить себя в профессиональной сфере: решающее значение на их выбор и формирования поведения оказывает материальная ответственность. Многие женщины считают воспитание и уход за детьми своим главным предназначением и отодвигают на второй план профессиональный успех и карьеру. В то же время, материальное благополучие и нередко занятость на двух работах отстраняют одинокую мать от воспитания и ухода за ребенком, и он оказывается предоставленным самому себе. Среди проблем неполных семей особенно остро стоит проблема ее функционирования как института воспитания и социализации детей. Правы те, кто полагает, что издержки воспитания детей в неполной семье связаны, прежде всего, с воздействием негативных экономических факторов.

Итак, специфический образ жизни семьи с одним родителем ощутимо отражается на воспитательном процессе. Отсутствие одного родителя в семье может явиться причиной неполноценного, неудачного воспитания детей. В материнских неполных семьях мальчики не видят примера мужского поведения в семье, что способствует формированию [в процессе их социализации] неадекватного представления о ролевых функциях мужчины, мужа, отца. Поведение незамужней матери в семье во многом обусловлено отсутствием второго родителя. Это влияет и на социализацию воспитывающихся в материнских неполных семьях девочек, искажает их

представления о ролевых функциях женщины, жены, матери. Дети, воспитывающиеся в *монородительских семьях*, лишены примера взаимоотношений мужчины и женщины в семье, что негативно влияет на их социализацию в целом и на подготовленность к будущей семейной жизни в частности. Наука оценивает показатель идентификации детей со своими родителями одним из основных критериев эффективности семейного воспитания. При этом ребенок выражает принятие нравственных и идеологических норм своих родителей. Осуществление этой составляющей воспитательного процесса в неполной семье *деформируется* в связи с отсутствием одного родителя. В отцовских неполных семьях к перечисленным выше проблемам добавляются отсутствие материнской ласки, без которой воспитание детей тоже не может быть полноценным. Из-за отсутствия одного из родителей другому приходится брать на себя решение всех материальных и бытовых проблем семьи. При этом еще и необходимо восполнять дефицит воспитательного влияния. Совмещение этих задач бывает затруднительно - большинство неполных семей и испытывают материально-бытовые трудности, и сталкиваются с педагогическими проблемами. Психологический климат здесь во многом определяется болезненными переживаниями, возникшими вследствие утраты одного из родителей. Большинство неполных семей возникают по причине отсутствия отца. Матери редко удается сдерживать и скрывать раздражение; ее разочарование и недовольство бессознательно проецируется на ребенка. Возможна ситуация, когда мать подчеркивает роль безвинной жертвы - ребенка. Воспитательная атмосфера семьи искажается.

Конечно, не всегда, но достаточно часто у детей из неполных семей можно выделить особенности:

- *хуже успеваемость;*
- *склонность к невротическим нарушениям и противоправному поведению;*
- *проявление инфантильности;*

- негативное отношение к родителям;
- нарушения полоролевого поведения;
- наличие тягостного чувства непохожести на ровесников;
- неустойчивая или заниженная самооценка с актуальной потребностью в ее повышении;
- неадекватная требовательность к матери и желание изменений в ее поведении;
- активный поиск «значимого взрослого».

В неполной семье отсутствует пример брачных отношений – определенная возможность формирования культуры чувств, отношений, характерных для взаимоотношений мужа и жены. Будущие мужья, воспитывающиеся без отца, нередко усваивают женский тип поведения, у них может формироваться искаженное представление о мужском поведении как агрессивном, резком, жестоком. А у будущих жен, выросших без отца, иначе формируются представления об идеале будущего супруга - в семейной жизни им значительно труднее понимать мужа и сыновей. Поэтому в таких семьях просчитывается больше причин для конфликтов, разводов.

Мы все время говорим об одном - воспитательные возможности в неполной семье ограничены - затрудняется контроль за детьми, отсутствие отца лишает детей возможности знакомиться с разными вариантами семейных отношений и влечет за собой односторонний характер психического развития. И это еще связано с отсутствием образцов сексуального поведения взрослого человека, которым можно было бы подражать в будущем. Мальчик, получивший «охранное» материнское воспитание, нередко лишен необходимых мужских черт, у него не формируется твердость характера, дисциплинированность, самостоятельность, решительность. Девочке общение с отцом помогает в формировании образа мужчины - если отца в семье нет, то этот образ получается искаженным – обедненным или, напротив, идеализированным, что приводит впоследствии либо к упрощенности в личных отношениях с



мужчиной, либо к непреодолимым сложностям. Но все это не означает, что неполная семья обязательно является неблагополучной в воспитательном аспекте - просто указанные нами проблемы могут возникнуть в неполной семье с большей вероятностью, чем в полной, хотя и из этого вовсе не следует, что они обязательно возникнут - в ряде случаев психологическая атмосфера семьи достаточно благоприятна и не создает затруднений в формировании здоровой личности.

Для маленького ребенка все окружающее общество - семья. Именно в ней изменяется «Я» ребенка. И не имеет большого значения количество окружающих людей. Гораздо важнее качество и интенсивность взаимных отношений. Он может жить с одной матерью и хорошо понимать, что они с большим уважением относятся друг к другу. Ребенок прекрасно осознает, что в мечтах матери он сильный и хороший человек, что она с ним считается, от него ждет многого – и такое положение не всегда бывает даже в полных семьях. Таким образом, неполная семья, хотя и сталкивается с рядом объективных трудностей, но, тем не менее, обладает достаточным потенциалом для полноценного воспитания детей. Родителю, в силу обстоятельств оказавшемуся главой неполной семьи, необходимо полностью осознавать психологические особенности создавшейся ситуации и не допускать, чтобы они приводили к негативным последствиям. Опыт множества благополучных неполных семей свидетельствует, что это вполне достижимо.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 12**

1. Почему развод называют еще и ненормативным кризисом семьи?
2. Каким образом развод как социально-психологический феномен оценивается в наше время?
3. Что вы можете сказать о факторах, повышающих степень готовности семьи к разводам?
4. Подготовьте сообщения о различных мотивировках и мотивах разводов на разных стадиях жизненного цикла семьи.
5. Расскажите о проблемах, с которыми сталкиваются супруги после развода.

6. Что такое *фаза перестройки* и *фаза стабилизации*?

7. Что такое неполная семья?

8. Всегда ли возникают социальные и воспитательные проблемы в неполной семье?

9. Расскажите об основных особенностях, выделяемых психологами у детей из неполных семей.

10. Какие, по-вашему, отношения, являются наиболее приемлемыми для разведенных людей, бывших супругов как родителей оставшегося ребенка?

## **Тема 13. Повторный брак: психологические проблемы детей и взрослых**

### **Повторный брак.**

#### **Основные фазы формирования новой семейной системы.**

#### **Психологические проблемы повторного брака.**

#### **Особенности родительства в условиях повторного брака.**

Развод, конечно, далеко не лучший, а, возможно, наиболее худший вариант разрешения семейного кризиса. Но он имеет смысл, когда оба разведенных супруга могут сразу же создать новые семьи. Возможностей таких, правда, немного. А иногда мешают психологические трудности, демографические и пр. Как свидетельствует статистика, в течение 10 лет в повторный брак вступают лишь примерно 68 % мужчин и 27 % женщин. Между первым и вторым браком часто бывает разница в среднем до 5,5 лет. Это реально – ведь требуется немало времени для восстановления душевных сил, осмысления того, что произошло, поиска нового спутника жизни. Некоторые просто не могут преодолеть боязнь повторной ошибки и, к сожалению, привыкают к одиночеству. Трудности создания новой семьи для разведенной женщины во многом обусловлены наличием детей, которые чаще всего после развода остаются с матерью (вероятность выйти замуж в этом случае меньше...). Кроме того, после 35 лет главной причиной женского одиночества является и явная нехватка мужчин соответствующего возраста, что связано с высоким уровнем смертности [в нашей стране]. По психологическим причинам из числа потенциальных «женихов» женщинами исключаются пьющие мужчины. Следовательно, фактические шансы разведенных женщин еще ниже... Поэтому - чем старше женщина, тем труднее ей найти мужа. К этому добавляется еще: дети, становясь старше, начинают активно препятствовать новому браку.

Несмотря на то что мужчинам чаще, чем женщинам, удается преодолеть одиночество, вступив в повторный брак, все-таки довольно значительная часть их либо остается холостяками, либо и во второй раз женится неудачно: во-первых, травмы, причиненные разводом, дают о себе знать и в новом

браке; во-вторых, новый брак не всегда решает проблему, так как он менее устойчив и подвержен распаду почти в два раза чаще, чем первый - по мнению исследователей, распад повторных браков во многом обусловлен личностными качествами отдельных мужчин: среди них часто встречаются эгоцентрики, которые ни с кем не могут ужиться. Именно поэтому разводы совершаются не только в первом браке, но и во втором, третьем, четвертом. И накапливается калейдоскоп биологических отцов, отчимов, опекунов, приемных отцов. Видимо, не случайно некоторые называют повторный брак бессмысленным «бегом за горизонтом». Человек находится в состоянии постоянного ожидания, что следующий брак будет лучше - каждый супруг чем-то не нравится, в чем-то не устраивает, и так хочется надеяться, что другой будет «идеальным»! Но никакой гарантии того, что новый брак будет счастливее предыдущего, поскольку и в нем любовь подвержена той же самой и неперенной адаптации, нет. Случаи стабильности брачных отношений в новом союзе чаще всего объясняются тем, что из опыта первого, хотя и неудачного супружества, люди извлекают уроки, самостоятельно избавляются от недостатков, которые мешали в прежней семейной жизни, становятся более уживчивыми и терпимыми по отношению друг к другу - но все это требует и огромного психического напряжения, и постоянной работы над собой.

Для определения особенностей повторных браков, отличающих их от первого супружества, имеет смысл остановиться на дефинициях, связанных с исследуемой нами сейчас моделью (разновидностью) семейной организации.

*Повторным называется брак, который создается человеком (людьми), ранее уже состоявшим(и) в брачных отношениях. Он подразумевает объединение уже не двух, а трех и более родов, в результате чего образуется смешанная семья, или семья повторного брака.*

Возникновение разного рода проблем, включая психологические, во многом обусловлено типом повторного брака. Учитывая критерии, которые

являются основополагающими в определении его специфики, можно выделить несколько их разновидностей в зависимости от:

**I - характера прекращения предыдущих брачных отношений:**

- брак, в котором хотя бы один из супругов пережил развод;
- брак, в котором хотя бы один из супругов пережил смерть брачного партнера;

**II - наличия или отсутствия опыта брачных отношений:**

- брак, в котором один из партнеров имел опыт супружеских отношений;
- брак, в котором оба партнера имели опыт супружеских отношений;

**III - числа детей, рожденных в предыдущем браке:**

- брак, в котором ни один из партнеров не имеет детей от предыдущих браков;
- брак, в котором один из партнеров имеет детей от предыдущего брака (браков);
- брак, в котором оба партнера имеют детей от предыдущих браков;

**IV - разницы в возрасте между партнерами:**

- брак, в котором партнеры являются ровесниками или один из них незначительно старше другого;
- брак, в котором один партнер намного старше другого (разница в возрасте превышает 10 лет).

Каждый тип повторного брака предполагает и свой комплекс трудностей, с которыми могут столкнуться члены новой семьи. Они могут касаться :

- ролевой неопределенности (отличие семейной роли от той, которую выполнял брачный партнер или ребенок в предыдущем семейном союзе);
- отсутствия общих традиций и норм, включая язык семейного общения, так как новая семья пока еще не имеет своей истории;
- проблем в определении границ новой семьи (решения вопроса о том, с кем из социального окружения, включая бывших и новых родственников, и в какой форме будет поддерживать отношения образовавшаяся семья);

- сложностей установления близких отношений с членами расширенной семьи (прародителями, бывшими супругами, их новыми избранниками и избранницами, а также детьми, появившимися в новом браке бывшего супруга);

- трудностей в детско-родительских взаимоотношениях, включая родных и неродных родителей и детей;

- отягощения повторного брака проблемами, не до конца разрешенными в предыдущем браке.

Понятно, что во втором супружестве есть свои особенности. Кстати, часто те, кто прошел процедуру развода, утверждают, что *любви не существует, что она выдумана*. Поэтому партнеры, вступившие в повторный брак, уже не рассчитывают на «вечную», романтическую любовь и рассматривают супружество с прагматической точки зрения - выбор нового спутника жизни осуществляется продуманно, с учетом достоинств и недостатков друг друга, совместимости вкусов, возможностей, желаний, интересов и потребностей. Мужчина и женщина стараются учитывать и исключать те *промахи*, которые были в предыдущем браке, поэтому иногда не решаются на второй брак, если обнаружат у кандидата те же или сходные недостатки, что были у первого супруга. *В основе второго брака чаще лежит сознательная симпатия, а не эмоциональная восторженность, как при первом*. Здесь, вероятно, можно избежать разочарования, поскольку есть опыт оценки избранника, есть возможность до заключения брака испытать друг друга на психологическую удовлетворенность.

Заметим, что правильные выводы из прошлого неудачного опыта делают адаптированные личности, которые для второго брака выбирают более адекватного партнера или сами ведут себя более разумно и тактично. Например, мужчина, имевший в первом браке излишне эмоциональную жену, постоянно требовавшую проявления внимания к себе, доказательств любви и восхищения ее достоинствами, для второго брака выбирает скромную, тихую женщину. Если в первом браке у мужчины была слишком

заботливая жена и он чувствовал себя несмышленным ребенком, то во второй раз он отдает предпочтение женщине, с которой у него устанавливаются, например, симметричные товарищеские отношения либо те отношения, в которых он проявляет себя более заботливым. Он вполне может остановиться на несамостоятельной женщине, рассчитывающей на его защиту и заботу, что и позволит ему быть более ответственным и зрелым. Женщина, бывшая замужем за алкоголиком, желает найти для второго брака спокойного и непьющего человека, к которому сможет проявить исключительную привязанность, если он будет дорожить домом и семьей.

Иная картина повторного брачного выбора наблюдается у лиц, имеющих определенные *личностные деформации* или *психические отклонения*: *невротические проявления, выраженный фрустрационный комплекс* или *патологические черты характера*. Такие люди и в повторном браке делают тот же неудачный выбор партнера, что и в предыдущем, допускают те же ошибки, которые привели к распаду первого брака. В частности, жена, которая развелась с мужем по причине его пристрастия к алкоголю, вновь выходит замуж за алкоголика. Муж, разведясь с женой-истеричкой, опять женится на истеричке - разведенные супруги переносят типичное для них неадаптивное поведение из первого брака во второй, и отношения, которые привели к дисгармонии в первой семье, повторяются...

Во втором браке могут возникнуть серьезные трудности, имеющие закономерный характер, справиться с которыми супругам поможет их житейская мудрость. Семейные отношения могут осложниться рядом глубоких и устойчивых противоречий: между прежними установками и необходимостью выбрать новые; между опытом прежней жизни и новыми семейными отношениями; между привычками, которые приносит в новую семью каждый из супругов, и необходимостью примириться с ними либо избавиться от них. Сильное противоречие может возникнуть и между супружеской и родительской любовью, если от предыдущего брака остался ребенок. Нередко семье мешает определенный психологический барьер. При

вольном или невольном сравнении прежнего супруга с новым мужем вдруг обнаруживается, что в чем-то был лучше тот, первый, предыдущий... И в сложных ситуациях супруги невольно начинают действовать, как и в прежней семье - негативными средствами, методами - по старой привычке. Иногда же в новой семье супруги ведут себя совершенно противоположным образом: раньше ссорились по пустякам, сейчас уступают и в принципиальных вопросах; если прежде в доме не было порядка, в новой семье чистоту доводят до абсурда; если раньше дом был открыт для друзей, то теперь живут замкнуто. Ошибка в крайностях - супругам не следует бояться полезных навыков, которые они обрели в прежней семье. Просто надо попробовать пересмотреть опыт предыдущей семейной жизни, закрепить и умножить доброе, если для новой семьи это окажется приемлемым, а затем уж постепенно вводить в супружескую жизнь новые обычаи и правила семейных отношений. Чтобы не возникло нежелательных недоразумений между супругами, накануне заключения брака, скорее всего, лучше честно и искренне рассказать обо всем, что было до супружества - не исключено, что какие-либо «доброжелатели» могут дать искаженную информацию со стороны.

Одной из особенностей повторного брака, действительно, является то, что партнеры постоянно сравнивают свою новую жизнь с прошлым супружеством и находят, что раньше были счастливы в большей степени, чем сейчас (особенно такое характерно для овдовевших супругов). Это может вызвать трудности психологической адаптации в новом браке, поэтому использование прежнего позитивного семейного опыта должно быть очень деликатным. Надо предоставить менее опытному супругу возможность проявить свои способности, выразить свои запросы, желания, следует помочь приобрести уверенность в себе.

Второе супружество особенное - это случай, когда брак будет либо счастливым, либо его просто не будет. Второй раз выйти замуж женщине сложнее, не сразу встретишь мужчину, нелегко подобрать ключи к его



сердцу. И мужчине вторая жена тоже достается через сомнения, размышления, опасения, оценку возможностей сделать женитьбу счастливой и быть отцом, а не отчимом ребенку. Именно *психологическая совместимость* стоит на первом плане при создании второго брака и в первые годы его существования. Чтобы все негативное ушло в прошлое, надо работать над собой, тогда постепенно исчезнут впечатления от первого брака, наступит качественно новая жизнь.

Повторный брак, как правило, в большей степени, чем первый, является осознанным, рассудочным актом человеческого поведения - сказывается опыт предыдущего брака, с возрастом усиливается прагматический подход к жизни, усложняются условия личной жизни и связей с внешним миром [с чем невозможно не считаться, создавая новую семью].

Как ни многообразны мотивы повторного брака, их, в принципе, можно свести к трем большим группам:

- *удовлетворение потребности в любви и эмоциональном принятии;*
- *стремление обрести душевный комфорт;*
- *улучшение/изменение материальной стороны жизни, бытовых условий.*

Что касается *мотива поиска человека, который мог бы заменить ребенку отца (мать)*, то его роль в повторных браках, возможно, преувеличена - большинство разведенных женщин полагают (ошибочно), что сами в состоянии заменить ребенку ушедшего из семьи отца и, более того, для психологического благополучия ребенка или в связи с его нежеланием принимать в семью будущего отчима, просто-напросто отказываются от повторного замужества.

К сожалению (печально, но эти слова мы произносим часто), нередко обстоятельства таковы, что при вступлении в новый брак удовлетворение одних потребностей сопровождается ухудшением каких-то иных аспектов жизни человека. И, конечно, случается, что ожидания, связанные с этим

браком, вообще не оправдываются. Иногда достигается лишь «кратковременный эффект», то есть [с таким трудом] добытое желаемое оказывается непрочным, недолговечным.

С учетом различных ведущих мотивов и жизненно важных потребностей, определяющих стремление создать новую семью, в повторных браках можно условно выделить несколько разновидностей:

- брак разведенного мужчины среднего или пожилого возраста с более молодой, свободной и бездетной женщиной;
- женитьба разведенного мужчины, дети которого остались с матерью, на разведенной женщине с ребенком или несколькими детьми;
- браки вдовцов и вдов;
- «возвратные браки».

Но выстраивание отношений в новой семье может быть сопряжено для супругов с рядом типичных трудностей, характерных для всех типов повторных браков:

- ✓ стеснение и неловкость при знакомстве и на начальном этапе совместной жизни;
- ✓ страх близости из-за травматичных/травматизирующих отношений в прежнем супружестве;
- ✓ опасения вновь пережить боль и разочарование;
- ✓ чувство вины перед детьми за отношения с другим мужчиной (другой женщиной);
- ✓ неприятие детьми новых отношений родителя (родителей) - часто в глазах детей это выглядит как предательство по отношению к бывшему супругу, особенно в случае его смерти.

В то же время в каждом из типов повторных браков могут возникать и свои проблемы, что непременно сказывается на психологическом климате новой семьи. Рассмотрим эту сторону повторных супружеских союзов более внимательно.

В структуре любой семьи можно выделить подструктуры, функционирование которых создает благоприятную психологическую атмосферу в семье или же, наоборот, делает семью неблагополучной - это супружеская, детско-родительская и детско-детская подструктуры. В каждом типе повторных браков могут появиться и только им свойственные проблемы, связанные с нарушением отношений в той или иной подструктуре на уровне супружеских, детско-родительских и детско-детских отношений.

### **Брак разведенного мужчины со свободной молодой женщиной.**

Любовная связь этих партнеров могла послужить, кстати, причиной распада прежней семьи. Переживания в первоначально внебрачной связи настолько отличаются от привычной семейной жизни, полной обязанностей, что у мужчины вновь появляются энтузиазм и жизненная энергия. Он покидает семью, чтобы начать новую жизнь. Молодую женщину привлекают опытность мужчины, его знания и общественное положение, часто материальный достаток, уверенность в поступках и способность быть надежной опорой «слабой женщине». Она восхищается им и одновременно находит и ценит в нем отцовские черты. Отношения между ними вначале развиваются по сценарию, согласно которому «родитель» – мужчина, а «ребенок» – женщина: эти позиции вполне совместимы. Дальнейшее состояние брака зависит от того, сохраняется ли данный тип отношений или после определенного периода времени, на протяжении которого молодая женщина развивается и созревает социально, она оставляет роль «детского» партнера и начинает проводить свою автономную линию, претендовать на первенство в семье. В результате она перестает с прежним уважением относиться к поступкам своего мужа, которые раньше ей импонировали, начинает критично оценивать его привычки и проявлять все меньшую гибкость в поведении. В большинстве подобных браков между супругами неизбежны психологические «трения» - они могут возникнуть из-за того, что молодую жену со временем перестает устраивать образ жизни ее мужа, его неумение и нежелание общаться со сверстниками жены, приверженность

стереотипам во взаимоотношениях и поведении, которые сформировались в период его молодости и были вполне приемлемы в прежней семье, где жена была с ним приблизительно одного возраста, а их жизненные установки формировались в одинаковых условиях, начинает раздражать. Определенные проблемы могут быть связаны с необходимостью материальной поддержки детей от первого брака, что снижает уровень жизни новой семьи, со встречами мужа с детьми от первого брака, а также с некоторым неблагополучием в сексуальной сфере. Если разница в возрасте супругов значительна, вполне закономерно появление снижения половой активности, что может вызвать недовольство молодой жены.

Рассмотрим подробнее.

**Брак с разведенной женщиной, имеющей детей от первого супружества.** Чаще всего здесь разведенными являются оба партнера, а разница в возрасте обычно невелика. Оба были не удовлетворены в первом браке и в новый вступают с надеждой, что на этот раз супружеская жизнь будет лучше. Они уже имеют опыт, но, с другой стороны, стали менее гибкими, медленнее меняют свои привычки. По этой причине возможно нарушение в супружеской подструктуре. Это самый *«проблемный»* вид, потому что необходимо наладить гармоничные отношения и в двух других семейных подструктурах – детско-родительской и детско-детской. Жена приводит с собой ребенка (или нескольких детей) от первого брака, новый муж становится отчимом, а дети превращаются в пасынков и падчериц. Они могут не принимать нового мужа своей матери, особенно если продолжают встречаться с родным отцом. В свою очередь, мужу трудно принять детей жены, так как у него сохранилась привязанность к оставшимся с первой женой родным детям. Так что дети от первого брака могут оказывать отрицательное влияние на согласие в новой семье - трудности построения взаимоотношений с неродным ребенком и с супругом по поводу его воспитания.

Повторный семейный союз такого типа связан с необходимостью освоения новых семейных ролей, отличающихся от ролей в прежней семье. Для супругов это роли отчима и мачехи, для детей – пасынка и падчерицы. Многие проблемы возникают именно из-за того, что взрослые не понимают тех изменений, которые произошли в семейных ролях их новых избранников, во внутрисемейном положении собственных детей. Отсюда - неоправданные ожидания, требования отношений и поведения, соответствующих ролям в первом браке (отца, матери, сына, дочери), забывание того, что в основе любой социально-психологической роли, а особенно семейной, прежде всего, лежат чувства, которые испытывает человек, выражая свое отношение к кому-либо или чему-либо. Да и роль *отчима* одна из самых сложных для мужчин, а период ее освоения труден и порой долог! Успех во многом зависит от того, насколько быстро мужчина поймет, что ему незачем *играть* роль «отца» - надо придерживаться своей собственной роли. Но важно, чтобы это поняла и мать детей и не требовала от нового мужа отцовской любви и ответственности в период его адаптации к семье. Сложное положение и у женщины, которая входит в дом к мужу, имеющему ребенка от первого брака. Ей предстоит стать *матерью чужого ребенка*, если он живет вместе с отцом. Мальчики и девочки гораздо легче привыкают к «новым отцам», а отношения с мачехой, особенно, если дети-подростки, бывают очень сложными. Чаще негативное отношение к неродной матери проявляют девочки. Может быть, это происходит в силу их эмоциональности и особенностей характера, может быть, потому что дети, как правило, остаются с мамой. Папа же остается с детьми чаще в результате какого-то несчастного случая, гибели или смерти мамы, и тогда она [мать] идеализируется, и любая попытка отца привести в дом новую жену рассматривается ребенком как измена, предательство.

Сложные взаимоотношения между отчимом/мачехой и неродными детьми возникают и из-за особенностей детской психики: чаще всего это вызвано ревностью ребенка, который не желает делить любовь матери (отца)

ни с кем, а тем более с чужим (пока чужим) человеком, вошедшим в их семейный мир. Еще более сложная ситуация возникает, если ребенок сохранил любовь к родному отцу (матери) и протестует против того, что его место занял другой человек. И, действительно, не следует забывать о том, что отчиму и мачехе приходится иметь дело с ребенком, перенесшим тяжелые психологических травмы: *ссоры родителей, приведшие к распаду семьи; сам момент развода, особенно тяжелый, если ребенку приходится делать невозможный для него выбор – с кем жить дальше, с мамой или с папой; решение того из родителей, с кем он остался жить, создать новую семью.* Значит, надо вначале попробовать залечить эти раны, и только потом постепенно начать завоевывать детскую любовь. Любовь эта дается высокой ценой, о чем не стоит забывать, решаясь на повторный брак. А детская бескомпромиссность, обостренное чувство справедливости, непримиримость к условиям мира взрослых? У ребенка нет выбора: от него ждут и требуют вполне определенного отношения к чужому человеку, он должен жить с ним в одной семье как с близким родственником. Именно эта несвобода (часто и неосознаваемая ребенком) служит одной из главных причин неприятия отчима/мачехи, поэтому важно понять мотивы поведения ребенка и согласиться (хотя бы мысленно), что по-своему, со своей точки зрения, он прав. Отношения с детьми во втором браке строить легче, если в семье есть дети от первого и общие, когда всех вместе воспитывают как родных, не делая между ними никаких различий. Но следует иметь в виду, что определенные проблемы в повторном браке могут возникнуть именно в *сфере взаимоотношений сводных братьев и сестер.* Проблема детско-детских отношений, вероятно, менее острая, чем появление в семье отчима или мачехи, если конфликтная ситуация не будет спровоцирована самими взрослыми - более внимательным, заботливым отношением к одним детям и меньшей заботой, любовью – к другим.

**Брак вдовца с вдовой.** Вдовцы и вдовы создают семью позже и реже, чем мужчины и женщины после развода, и в этом виде повторного брака

свои специфические проблемы: чаще всего это проблема, связанная с отличием в поведении нового партнера (в сравнении с предыдущим). Особенно в том случае, если первый брак был спокойным и вполне благополучным. Живой партнер часто не способен помешать идеализации умершего супруга. Воспоминания и нетактичные ссылки на пример умершего супруга могут вызвать напряжение и неудовлетворенность. Подобные ситуации встречаются в семьях, где мать приводит с собой детей от первого брака - тогда возможно появление напряжения в супружеских отношениях по поводу воспитания детей. Отчиму психологически трудно заменить им умершего отца, образ которого в детских воспоминаниях идеализируется, а оценка его роли в предыдущей семейной жизни почти всегда оказывается преувеличенной. С другой стороны, полное исключение возможности встретиться с родным отцом, что присутствует при разводе родителей, способствует более быстрому психологическому сближению с отчимом и установлению с ним доверительных отношений.

**«Возвратный брак».** Это разновидность повторного брака, когда разведенные супруги вновь восстанавливают разрушенную семью. Действительно, нередко бывшие супруги понимают, что допустили ошибку и брак надо было сохранить. Отметим только, что разведенные мужчины чаще согласны на такой брак, чем женщины. Возобновление супружеских отношений в «возвратном браке», по своей сути, является обоюдным признанием совершенной ошибки и попыткой исправить ее. Но и в таком браке конкретные мотивы его заключения могут быть достаточно разнообразными - доминирующим может быть осознание неправильности своей позиции в период первого брака, решение относиться более терпимо к недостаткам брачного партнера, стремление сохранить ребенка отца (мать), желание восстановить прежний материальный достаток, боязнь одиночества, эмоциональная привязанность (сильное чувство) к бывшему супругу и т. д. Главная особенность «возвратных браков» [отличающая их от первых, а также от других повторных семейных союзов] состоит в том, что этот брак

заклучается между людьми, хорошо знающими взгляды, привычки, потребности, достоинства и недостатки друг друга, что, собственно, и позволяет более реально оценить и взвесить этот шаг, найти, возможно, новый подход друг к другу.

Особую категорию «возвратных браков» составляют пары, которые *расходятся и сходятся неоднократно*. Дело в особенностях психики таких людей. У окружающих они нередко вызывают насмешливое отношение, сами же обычно отличаются неустойчивыми ориентирами, слабоволием, несдержанностью в проявлении эмоций и чувств, неупорядоченностью в организации быта и ведении домашнего хозяйства. Преимуществом этого вида повторного брака тоже является сохранение интересов детей, которым возвращают нормальную семью – родного отца и родную мать. Разумеется, возможны случаи, когда воссоединение супругов негативно отражается на детях, например, когда в психологически благополучную семью возвращается злоупотребляющий алкоголем отец или мать, отличающаяся, мягко говоря, безнравственным поведением.

Резюмируем наш разговор о детях в повторных браках.

Трудности установления отношений детей с новыми «родителями», как мы уже сказали, определяются сохранением старой эмоциональной привязанности к родителю, проживающему отдельно, чувством ревности к новому супругу, претендующему на любовь и внимание родителя, заключившего повторный брак. Если в повторном браке есть дети с обеих сторон, то трудности взаимной адаптации членов смешанной семьи усугубляются *конкуренцией между сиблингами*, принадлежащими к различным «кланам». И прежние методы воспитания детей, пригодные в «старой» семье, оказываются недейственными в новой...

Ученые отмечают, что с наибольшими трудностями сталкиваются *мачехи*, поскольку именно на них возлагается роль ответственного за воспитание детей. Обыденные стереотипы «злой мачехи» и «преследуемой падчерицы / пасынка» не добавляют оптимизма членам смешанной семьи, а,



напротив, усиливают тенденцию формирования коалиций и противоборства. Тем не менее, **опыт смешанных семей свидетельствует о том, что период формирования новой семьи завершается успешно, если каждый ее член будет прилагать для этого все силы и проявлять терпимость, однако супруги должны отдавать себе отчет, что отчим или мачеха займут в сердце ребенка иное, не то, что биологический родитель, место, даже при условии, что они будут заботливее, внимательнее и самоотверженнее, чем родной отец или мать. Отношение детей к повторному браку определяется возрастом детей, их полом, историей семьи, отношением с родителем, который вступает в брак, совместностью проживания с ним, типом семейного воспитания, реализуемым в семье.**

Самая высокая адаптивность к новому браку у детей раннего и дошкольного возраста, самая низкая – в предподростковом и младшем подростковом возрасте. Младшие дети легче формируют привязанность к новому члену семьи, получая явные преимущества от общения с новым компетентным взрослым. Младшие подростки, напротив, чрезмерно чувствительны к попыткам отчима или мачехи выполнять воспитательную родительскую функцию, бурно протестуют против их требований. Неприязнь к «чужому», конкурирующему за любовь и внимание матери или отца, прежде нераздельно принадлежащих ребенку, усугубляется протестом против попыток ограничить их самостоятельность и независимость, игнорируя нарождающееся чувство взрослости.

Старшие подростки относятся к новому браку толерантно – дистанцирование от родителей, связанное с повторным браком, отвечает их направленности на возрастную автономизацию. Принятие и поощрение автономии подростков - плата за мир в новой семье. Кроме того, у старших подростков есть собственные ресурсы эмоциональной поддержки и преодоления стоящей перед ними проблемы – друзья, романтические отношения с противоположенным полом. Первая негативная эмоциональная реакция подростка на известие о браке сменяется удовлетворенностью своим новым, более самостоятельным и независимым положением в семье. Юноши и старшие подростки, в силу большей социальной и личностной зрелости, способны отказаться от собственной эгоцентрической позиции и посмотреть на ситуацию глазами родителя, поэтому им присущи понимание и сопереживание родителю, способность преодолеть первое чувство ревности к новому избраннику и недовольства им.

И еще: девочки хуже адаптируются к повторному браку, чем мальчики. Наблюдается противостояние и сопротивление перестройке семьи с включением в нее отчима/мачехи и даже развитие антагонистических отношений. Испытываемая ребенком ревность матери к отчиму часто обращается в ненависть и презрение к самой матери в форме



Иллюстрация к «Бабушке Вьюге» братьев Гримм

демонстративного отказа принимать родителей, изоляции и ухода из семьи. Повторный брак отца девочки, вводящего в семью мачеху – пример актуализации комплекса Электры (вспомним сказки Ш.Перро, братьев Гримм и пр.).

Мальчики легче адаптируются к включению в семью отчима, находя в нем старшего товарища, друга, защитника и нередко достойный объект для подражания. С учетом того, что в неполной семье после развода отношения матери с сыном складываются труднее, чем отношения матери с дочерью, сын может найти в отчime посредника между собой и матерью, в то время, как девочкой отчим может восприниматься как помеха и конкурент в ее с ней отношениях.

В подростковом возрасте пасынки и падчерицы с трудом адаптируются к присутствию в доме отчима или мачехи. Они могут ревновать к ним родителей, оказывающих знаки внимания своему новому мужу или жене. Иногда подросток, преданно любящий живущего с ним родителя, относится к его новому избраннику как к непрошеному гостю. Типичной реакцией подростка на появление в доме отчима или мачехи является их абсолютное неприятие, сопровождаемое такими заявлениями: «Ты мне не отец!» или «Ты мне не мать!» Взрослый человек тяжело воспринимает подобный отпор, и нередко его дальнейшие отношения с ребенком складываются на фоне постоянного столкновения характеров. Адаптация подростков проходит успешнее в тех семьях, где их меньше наказывают и чаще поощряют, где умеют достигать взаимного согласия в вопросах воспитания, где в большинстве случаев демонстрируют традиционное отношение к проблемам брака, а также в тех семьях, где повторное замужество матери не вызывало у подростков резко отрицательной реакции.

Есть еще несколько факторов, оказывающих влияние на «вторую» семью:

- отношение детей к супругу родителя в значительной степени определяется *генезисом неполной семьи*. Материнская семья – наиболее благоприятный вариант для повторного брака. Если развод произошел давно, а семья сумела пережить его последствия и вышла в фазу стабилизации, то адаптация детей к новому члену семьи, принимающему на себя функции родителя, происходит достаточно благополучно. Сложнее идет *перестройка ролевой структуры* семьи в тех случаях, когда развод психологически еще не

завершен и сохраняется сильная эмоциональная зависимость бывших членов семьи друг от друга. Если повторному браку предшествовала утрата родителя, то характер отношений также будет определяться стадией переживания горя и типом привязанности к родителю. Но не следует строить иллюзии в отношении благополучного развития будущих отношений ребенка с отчимом или мачехой, если повторный брак заключен на начальных стадиях переживания ребенком утраты - в отношениях с новым родителем ребенок может стремиться к компенсации утраченной заботы как способу вытеснить переживание потери родного отца или матери. Конечно, такой способ преодоления утраты является неадекватным и в дальнейшем может привести к резкой дестабилизации семейной ситуации;

*- отношения с родителями, вступившими в новый брак, и с родителем, проживающим отдельно.* Эмоционально-позитивные, дружеские отношения с родителем, вступившим в повторный брак, взаимное доверие и взаимопонимание, общие интересы, опыт сотрудничества и совместной деятельности являются основой для успешного развития новой семьи. Это не гарантирует «безоблачного» и бесконфликтного развития отношений с отчимом/мачехой, но создает необходимые предпосылки для образования гармоничной семьи. Если повторный брак заключается в условиях развода, то принятие нового члена семьи будет определяться не только степенью близости, интенсивности и качества общения с родным отцом, но и тем, какую позицию займет разведенный родитель в отношении нового брака. Если к этому моменту разведенный супруг, проживающий отдельно, уже заключил новый брак, то это значительно уравнивает и облегчает установление делового и эмоционального взаимодействия отчима или неродной матери с детьми;

*- взаимоотношения детей и родителей.* Повторные браки чаще всего создаются между мужчинами и женщинами, имеющими детей от первого супружества – и это уже смешанная семья, в которой одновременно присутствуют родные и неродные родители и дети, а также сводные братья и

сестры. Специфическая семейная среда, связанная с наличием родных и неродных родителей и детей, взаимоотношения родителей между собой могут создавать психотравмирующую обстановку для ребенка, в результате чего он приобретает ряд отрицательных черт. Отчимы и мачехи часто питают неоправданные ожидания относительно будущих отношений с неродными детьми. Имея опыт воспитания собственных детей, они рассчитывают, что прекрасно справятся и с новой ролью, поэтому многих разочаровывает, когда неродные дети не воспринимают их немедленно как своих родителей, а иногда не проявляют даже элементарного уважения - это вызывает раздражение, беспокойство, чувство вины перед ребенком и неуверенности в своих силах. Взрослые понимают, что с детьми у них не складывается, начинают приписывать себе воображаемые ошибки - на самом деле нужно просто осознать, что, скорее всего, потребуются годы и годы совместной жизни, прежде чем они научатся понимать друг друга и строить нормальные отношения. Родные и неродные отцы и матери часто входят в новую семью с чувством вины за крушение предыдущего брака. Они сожалеют по поводу душевной травмы, полученной ребенком в результате развода. Следствием этого является прощение любых прегрешений и отсутствие разумных ограничений, которые обязательно налагались бы, не случись развода. Результат – проблемы в воспитании: часто ребенка откровенно пытаются подкупить, чтобы завоевать его расположение и добиться привязанности. Отчимы и мачехи вынуждены иметь дело с детьми, выросшими в иной домашней обстановке. Они лишены возможности воспитывать их с самого раннего детства в соответствии со своими взглядами и убеждениями. Дети обычно не принимают вступающих в их семью неродных родителей, пытающихся резко изменить сложившийся семейный уклад. Неродным отцам и матерям бывает трудно определить свое место в новой семье. Они не могут в полном объеме заменить одного из родителей, но не могут и ограничиться ролью старшего товарища. Нередко любые их попытки строгого родительского отношения к подросткам, особенно старшего

возраста, встречаются в штыки. С другой стороны, им нельзя быть просто взрослым другом ребенка, поскольку они несут за него ответственность наравне с отцом или матерью и надеются, что их усилия не пропадут даром. Круг новых обязанностей довольно широк и включает в себя большинство привычных родительских функций: заботу о материальном достатке, безопасности, развлечениях и отдыхе, успехах в школе – но далеко не всегда их деятельность оценивается по заслугам и приносит им полное удовлетворение;

- *отношение родителей к неродным детям.* Неродным родителям часто удается создать семейную атмосферу любви, заботы и безопасности, иногда даже более удовлетворительную, чем напряженная атмосфера семьи перед разводом. Фактически, большинство отчимов, мачех, их пасынков и падчериц постепенно успешно приспосабливаются к жизни в новой семье. Вероятность такого приспособления выше в тех семьях, которые создают новую социальную единицу, расширяющую спектр свойств биологической семьи детей, чтобы включить новые отношения и стили общения, способы воспитания, методы решения проблем и т. д. В семье, образовавшейся в результате заключения брака женщиной с ребенком и молодым мужчиной, не имеющим опыта семейной жизни, могут возникнуть разногласия по поводу отношения мужчины к ребенку. Сложности обусловлены тем, что мужчина сразу стал и мужем, и отцом. Ни к одной из этих ролей он пока не готов, ему только предстоит их освоить;

- *отношение детей к неродным родителям.* При повторных браках основная проблема часто бывает связана с детьми. Положение в семье отчимов и мачех куда сложнее, чем родных отцов и матерей, так как дети с трудом воспринимают их как замену своим родителям. Отношение ребенка к отчиму/мачехе во многом определяет его отношение к новой семье в целом. На воспитание ребенка и на все прочие отношения и взаимодействия в семье большое влияние оказывает система супружеских отношений: взаимная любовь родителей, согласованность или расхождение их духовных миров,

ценностных ориентаций, гармония или дисгармония сексуальных отношений. Основанные на любви и уважении взаимоотношения между супругами – залог правильного воспитания ребенка.

Решение психологических проблем, возникающих в различных видах повторных браков, целиком и полностью зависит от осознания возможных трудностей супругами и обоюдного их желания создать благоприятный психологический климат в семье через гармонизацию супружеских, детско-родительских и детско-детских отношений. Только при этом условии трагедия развода будет пережита с наименьшими потерями для взрослых и детей, а новая семья даст им возможность получить то, чего они не имели в прежней.

### **Вопросы и задания по материалам Темы 13**

1. Дайте определение повторного брака.
2. Каковы возможные особенности повторного брака?
3. Расскажите о возможных причинах повторного брака.
4. Дайте представление о разновидностях повторного брака.
5. Объясните мотивации повторного брака.
6. Подготовьте сообщения о взаимоотношениях детей и родителей в повторном браке в зависимости от возраста и пола ребенка.
7. Попробуйте проанализировать и рассказать о всех факторах влияния на психологический климат «новой семьи».
8. Подготовьте сообщения об известных повторных браках по материалам печатных и электронных СМИ.

## Тема 14. Сексуальные проблемы в семейных отношениях

Источники сексуальных проблем психологического характера в семье.

Сексуальное поведение мужчин и женщин в семье.

Типы сексуальных отношений.

«Рабочая» классификация психологических типов сексуальных партнеров.

Особенности сексуальной активности в различные периоды семейного существования.

Ревность.

Профилактика сексуальных отношений в семье.

Есть расхожее, но вполне обоснованное мнение – основы нравственности закладываются в семье. Воспитать честность, порядочность, доброту, уважение к человеку другого пола, чистое и благородное восприятие любви, непримиримость к пошлomu, сексуальной распущенности – разве это не означает вырастить детей как будущих отцов и матерей? То,



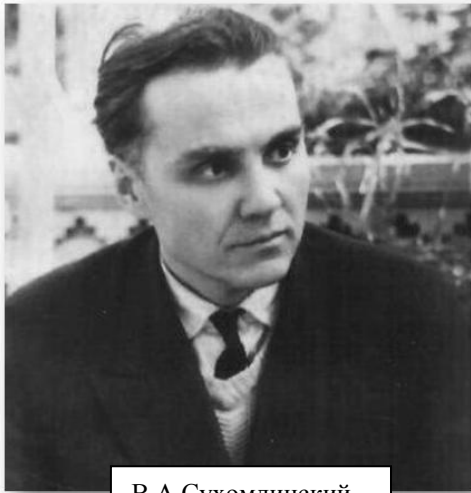
А.С.Макаренко

что привьют ребенку с детства и отрочества в сфере нравственных, этических начал, определит все дальнейшее его поведение и в сексуальной сфере. А.С.Макаренко<sup>110</sup>, не любимый и не уважаемый почему-то целым рядом современных педагогов и психологов, говорил о том, что половое воспитание есть прежде всего воспитание любви как большого и глубокого чувства. *«...Молодой человек никогда не будет любить свою невесту и жену, если он не любил своих родителей, товарищей, друзей... И чем шире область этой неполовой любви, тем благороднее будет любовь половая»*<sup>111</sup>. Может быть, к будущей семейной жизни молодых людей необходимо готовить также целенаправленно и продуманно, как к профессиональной деятельности, труду? Обращая внимание своих воспитанников на высокую моральную ценность – любовь (в браке), В.А.Сухомлинский<sup>112</sup> говорил: *«...Вы будущие*

<sup>110</sup> Антон Семенович Макаренко (1888-1939) — выдающийся советский педагог и писатель.

<sup>111</sup> Макаренко А.С. Книга для родителей. – Л.: Лениздат, 1981.

<sup>112</sup> Василий Александрович Сухомлинский (1918-1970) — выдающийся советский педагог-новатор.



В.А.Сухомлинский

*отцы и матери. Через несколько лет у вас будут дети, Вы будете думать о воспитании их так, как сейчас о вас думают ваши отцы и матери. Помните, что взаимоотношения мужчины и женщины ведут к рождению нового человека. Это не только биологический акт, а, прежде всего, великое творчество»<sup>113</sup>. Любовь, сексуальная*

жизнь современного человека – сложнейший комплекс чувств и переживаний – неразрывно связаны с его внутренним миром и многообразием духовной культуры общества. Человек, который видит и ищет в любви только наслаждения, неизбежно окажется безответственным в своем отношении к обязанностям, которые налагает на него общество. Не хотелось бы выглядеть банальным и ретроградом, но эти фразы - отнюдь не наследие далекого советского прошлого. Но если верность, дружба, долг не имеют никакой моральной ценности (бывая только в роли временной выгодной ситуации - до той поры, пока они не стесняют его эгоистических желаний, удобств, выгод), то человека может и не состояться...

Семья будет способствовать раскрытию творческих возможностей человека, стимулировать его или сковать его инициативу. Брак оказывается счастливым в тех случаях, когда духовная и физическая близость составляют гармоничное единство. Как правило, любой государственный строй заинтересован в прочности семьи и создает все условия, чтобы брак был счастливым. Однако многие из заключаемых брачных союзов впоследствии расторгаются. Причиной этого является (во многом) неподготовленность к браку. Среди обстоятельств, способствующих разводу, отмечают отсутствие взаимопонимания; неумение вести домашнее хозяйство; неумение правильно организовать свободное время и пьянство одного из супругов; сексуальную

<sup>113</sup> Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. - Киев: Радянська школа, 1974.



неудовлетворенность; влияние пережитков, отживших представлений в сфере половых отношений; отсутствие равноправия и тактичности в семейной жизни и сексуальных отношениях и др. Об этом мы писали в предыдущей главе.

Важность благоприятного психологического климата в семье для здоровья и социального функционирования человека, значительная частота разводов, большое количество случаев заболеваний неврозами и реактивными психозами в результате психических травм, причиненных семейно-сексуальными дисгармониями, необходимость представления научно обоснованных медицинских рекомендаций в подобных кризисных ситуациях — все это является основанием для повышения внимания к проблемам семьи и половой жизни со стороны науки и общества.

Сегодня уже предприняты неоднократные попытки моделирования семейных и сексуальных взаимоотношений, их прогнозирования и коррекции. Разработана даже концепция, в соответствии с которой все многообразие отношений между супругами может быть представлено в форме взаимодействия 5 брачных факторов: *физического фактора (ФФ)*, *материального (МФ)*, *культурного (КФ)*, *сексуального (СФ)* и *психологического (ПФ)*.

По специальной формуле вычисляется так называемый брачный потенциал. Если преобладающей является направленность брачных факторов на укрепление семьи, то брачный потенциал выражается положительной величиной, в противном случае величина оказывается отрицательной. При отрицательном брачном потенциале (семейно-сексуальные дисгармонии, или *дисгамии*) нарушаются семейные связи и сексуальные взаимоотношения. При первичных личностных несоответствиях всегда расстраивается сексуальная жизнь, и распад семьи происходит быстрее, чем при первично сексуальном несогласовании.

При патологии личности, при психических заболеваниях одного или обоих супругов одним из важных показателей тяжести и глубины расстройств является уровень семейной адаптации. Выявлено, что для гармоничного развития семейных взаимоотношений необходимы достаточный уровень развития личности, зрелость суждений и эмоциональных отношений.

Гармонично сформировавшаяся семья с течением времени еще более укрепляется, дисгармонично сложившаяся все-таки, скорее всего, распадается. Поводом для распада может явиться естественное,

биологически детерминированное несоответствие женской и мужской сексуальности. Мужская сексуальность в норме примерно к 30 годам стабилизируется, а затем в позднем возрасте снижается. Сексуальность женщины в детородном возрасте может непрерывно повышаться, а иногда и впервые пробуждается к его окончанию. У эмоционально неустойчивых личностей подобная конфликтная ситуация может оказаться патогенной.

Есть такая любопытная проблема - проблема семейного уюта. Многие откровенно считают, что уют - это соответствующая меблировка комнаты, интерьер. Почти никто не отмечает психологическую составляющую уюта. А в конструировании этого сложного психического состояния ведущую роль играет женщина - в силу своих эмоциональных особенностей. Естественно, что отсутствие соответствующих свойств или их искажение приводит к невозможности создания семейного уюта как одной из форм эмоционально-психологического климата семьи. Многие женщины допускают ошибку, смешивая понятие *равноправия* с понятием отказа от *исторически сложившихся психологических особенностей женщины*. В результате, в таких неблагополучных семьях затрудняется воспитание детей из-за невозможности формирования у них правильных мужских и женских ориентаций. Правда, и социальные факторы играют большую роль. Почти не используется механизм ожидания приятного, механизм ожидания удовольствия. Удовольствие попадает на неподготовленную почву. А доступность многих видов удовольствия снимает механизм борьбы за него, механизм достижения его и тем самым обесценивает само удовольствие. Во многих молодых семьях считается, например, необходимой покупка красивой стандартной мебели. Возможность покупки сразу большого количества вещей одного стиля притупляет способность сочетать разные вещи, и, в конечном счете, грубо говоря, люди теряют возможность развивать свой вкус и стиль.

Перечисленные изменения социально-психологического облика семьи касаются и многих особенностей современной сексуальной жизни мужа и

жены. Несмотря на обилие сведений в последнее время, доступности их, неопытность в половой жизни по-прежнему является серьезной проблемой. Сексуальная жизнь рассматривается некоторыми супругами односторонне или только как часть *рекреационной деятельности*, ведущая к физическому наслаждению, а не к духовному обогащению личности. Собственно, как и в добрачный период (*сделаем это по-быстрому...*). Между тем само понятие любви включает в себя духовный, личностный и физиологический компоненты. Конечно, большое значение имеет осознаваемая система ценностей, в частности половая/гендерная/сексуальная характеристика человека, которая *создается* в данной социальной группе, в среде, окружающей мужчину и женщину. Идеалы и эталоны мужской и женской красоты меняются с веками, будучи связаны сложными и опосредованными, но несомненно существующими и существенными связями с особенностями экономики, быта, уклада жизни, традициями данного народа и данного времени.

Любопытная и неоднозначна некая рабочая классификация психологических типов сексуальных партнеров, предложенная российскими психотерапевтами:

- «*мужчина-отец*». Пожилой человек, психологически имеющий потребность в том, чтобы женщина преклонялась перед ним, была бы значительно моложе, слабее физически, неопытна. Его половое влечение может быть невысоким (или сниженным), но искусство ухаживания за женщиной позволяет ему очаровывать некоторых женщин, а при сексуальном общении удовлетворять их за счет хорошей подготовки, использования разнообразных и точно выбранных ласк, несмотря на небольшую потенцию;

- «*мужчина-мужчина*». Здесь можно выделить два типа:

а) активный (агрессивный) тип;

б) пассивный (нуждающийся в агрессивности женщины).

Поясним - а) молодой мужчина или мужчина среднего возраста с хорошим физическим развитием, напористый, несколько грубоватый, мало дифференцирующий ласки, но проводящий их интенсивно. В половом акте - сторонник длительного периода фрикций, склонен [иногда] к причинению женщине боли и морального страдания; б) молодой или среднего возраста мужчина, «боготворящий женщину», считающий себя недостойным ее, виноватым, жаждет от нее наказания и даже презрения. Предпочитает женщин с агрессивными тенденциями в сексуальной жизни;

- «мужчина-сын». Всегда молод, инфантилен, физически слаб, часто неудачник, не боится рассказывать женщине об этом, хочет, чтобы она его «пожалела». В ласках несколько жеманен, капризен, пассивен, ожидает от женщины опеки, активности в половой жизни;

- «женщина-мать». Чаше среднего возраста (в более молодом возрасте обладает недифференцированной сексуальностью), но может быть и молодой. В системе ласк преобладает мотив «спасти», «поддержать», «воспитать». Иногда идет на сближение с алкоголиками, психопатами, хроническими неудачниками с целью «спасти» их, «сделать человеком». Отсутствие красоты, физическая слабость, непрактичность, неудачливость, болезненность мужчины не только не отталкивают их, но, напротив, могут быть факторами привлекающими, возбуждающими;

- «женщина-женщина» - здесь тоже определяются два типа:

а) пассивный (женственный, «страдающий») тип;

б) активный (агрессивный, «женщина-повелитель»).

Определим точнее: а) чаще моложе мужчины, склонна к покорности, самопожертвованию, мягка, уступчива, в половой жизни принимает рисунок поведения и тактику мужчины, но реагирует отрицательно на его пассивность, слабость и неудачи. В ее идеал мужчины входят физическая сила, несколько стандартная, но красивая внешность. В прежние времена любила выходить замуж «увозом»; б) стремится к активному выбору партнера, доминированию над ним. Любовь выражает иронией, критикой,

высмеиванием. В ласках активна; подчеркивая неумение мужчины, может ругать и ласкать одновременно, а также причинять ему боль;

- «женщина-дочь». Обычно значительно моложе мужчины, отмечает, что с юности нравились те из них, которые «значительно старше». Со сверстниками было скучно. Имеет потребность в сексуальной «прелюдии» больше, чем в интенсивности самого полового акта. Даже физические признаки старости, например, морщины, нравятся такой женщине.

Сопоставляя социально-психологические характеристики указанных типов мужчин и женщин, можно видеть, что, например, мужчина-сын и женщина-мать представляют собой психологическую и сексуальную гармонию. То же самое можно сказать о мужчине-мужчине и женщине-женщине. В то же время, соотношения мужчина-отец и женщина-мать, мужчина-сын и женщина-женщина указывают на определенную дисгармонию в сексуальных потребностях и ожиданиях (*экспектациях*).

Таким образом, все этапы и варианты так называемой «сексуальной техники» могут рассматриваться не только с точки зрения механического воздействия определенных раздражителей, но и с точки зрения их психологического содержания, соответствия или несоответствия личностным потребностям, ценностям, взглядам и позициям человека<sup>114</sup>.

Известно, что каждая семья проходит примерно два периода развития: *период зрелой сексуальности (26—55 лет) и инволюционный период (55—70 лет)*. *Важное значение имеет сексуальная жизнь в браке в первые годы совместной жизни супругов, поскольку закладывается фундамент, на котором строятся этажи будущей семьи. И если интимная жизнь супругов складывается нормально, то создаются условия для сохранения и укрепления брака в последующие годы, поскольку муж и жена связаны, помимо любви, другими чувствами: дружбой, заботой друг о друге, любовью к детям и т. п., которые в определенной степени цементируют брак.*

---

<sup>114</sup> Либих С.С. Руководство по сексологии. – Спб.: Питер, 2001.

Если в первые годы семейной жизни наблюдается высокая сексуальная активность (ежедневные, а иногда и повторные половые акты в течение суток), то спустя несколько лет в зависимости от жилищных условий, специфики работы супругов, с учетом типа половой конституции данной пары, состояния их здоровья, общности взглядов на сексуальную сферу супруги входят в так называемый условно-физиологический ритм (2—3 половых сношения в неделю). *Период зрелой сексуальности* характеризуется регулярной половой жизнью и установившимся определенным ритмом в браке. В этот период супруги выбирают диапазон приемлемых ласк, а также вырабатывают свой стереотип сексуальных отношений. Сексуальная активность супругов зависит не только от их половой возбудимости, но и от того, какую *ценность* они придают этой стороне жизни, как она вписывается в принятое ими определение супружеских и родительских ролей и сочетается с другими формами самореализации (труд, общение и т. д.). Супружеские отношения, особенно при наличии детей, способны создать широкую сферу социальной и психологической общности, взаимного доверия и понимания, в которой современный человек остро нуждается. Женатые люди чувствуют себя гораздо увереннее и счастливее, чем холостяки. Сочетание физической и духовной близости гармонизирует эмоциональные реакции любящих, повышает их эмпатию, что проявляется и в сексуальной сфере. Но мы знаем, что привычка и рутинизация супружеских отношений, которые нередко растворяются в материально-бытовых заботах, притупляют остроту и свежесть чувств. Не секрет, что у многих супружеских пар интенсивность половой жизни и удовлетворенность ее качеством с течением времени снижаются, причем, вовсе не вследствие старения супругов, а в результате будничности их взаимоотношений, из которых исчезают радость, элемент новизны.

На этапе *зрелой сексуальности* возникает партнерство, женщина активно вовлекается в интимные отношения, пробуждается и нарастает ее сексуальность, стабилизируется оргастическая функция.

В *инволюционный период* происходит снижение половой активности, однако это не свидетельствует о половой слабости мужчины или развитии фригидности у женщины. При наличии психологической совместимости и обоюдной заинтересованности супругов даже при слабой половой конституции партнера супружеские отношения продолжают до возраста «глубокой осени». Отказ от половой жизни в этот период может резко сказаться на супружеских отношениях, вплоть до распада семьи.

Жизнь в браке играет определенную роль в сохранении половой активности до преклонного возраста. Пожилые люди, живущие в браке, отличаются значительно более высокой сексуальной активностью, чем одинокие (вдовцы, разведенные), так как у них происходит систематическая тренировка психосексуального аппарата (функция любого органа определяется тренированностью). Стремиться к прекращению половой жизни неразумно - это может отрицательно сказаться на общем состоянии здоровья: снизятся память, работоспособность, настроение. Более того, именно сексуальная неудовлетворенность может стать фактором, способствующим различным патологическим процессам, невротическим расстройствам. Половая активность в этот период не должна служить источником каких-либо внутренних конфликтов или подозрений на патологию. Она столь же естественна, как в период расцвета половой зрелости.

Психологический компонент полового влечения прекрасно сохраняется и после наступления *климакса*, он может даже возрасти, потому что женщина уже не боится нежелательной беременности, приходит известное облегчение и, соответственно, улучшаются сексуальные ощущения.

Сегодня *сексуальное здоровье человека было определяется как комплекс соматических, эмоциональных, интеллектуальных и социальных аспектов сексуального существования человека, позитивно обогащающих личность, повышающих коммунибельность и способность к любви, определяющих трудоспособность человека и благополучие семьи.* От того, насколько

гармонично складывается половая жизнь в семье, насколько она нравственно чиста и удовлетворяет обоих супругов, во многом зависят их жизненный тонус, настроение, творческая активность, работоспособность. Благодаря сексуальному удовлетворению человек получает часть необходимых ему положительных эмоций. Их недостаток, по мнению современных физиологов, нарушает нормальную жизнедеятельность организма. Конечно, секс - далеко не единственный источник положительных эмоций, и недостаточность полового удовлетворения может быть компенсирована положительными эмоциями из других источников: это, прежде всего, высокое моральное удовлетворение, получаемое человеком от активного и успешного занятия любимым делом, от чувства выполненного долга перед близкими, друзьями, коллективом, осознания значимости своей работы, умения властвовать собой. Это радость от человеческого тепла друга, от успеха в творчестве. Это и довольство комфортной обстановкой, вкусной пищей. Тем не менее положительные эмоции, связанные с сексом, своего значения не утрачивают. Нередко человек на этапе «невезения», длительных кризисов и неудач сохраняет оптимизм, «жизненный тонус» за счет благополучно складывающейся сексуальной жизни. Это особенно справедливо, когда речь идет о счастливой любви, а не просто об «удачном партнерстве». И наоборот, самый преуспевающий человек может сознавать себя несчастливым при супружеской дисгармонии.

Доказано, что при отсутствии регулярной половой жизни у мужчин в простате часто наблюдаются застойные явления, которые в результате патологической импульсации железы могут провоцировать следующие симптомы и заболевания: синдром вегето-сосудистой дистонии, гипертонию, геморрой, синдром пояснично-крестцовых болей и даже депрессивное состояние.

У женщин под влиянием постоянного отсутствия оргазма нередко возникают застойные явления в области малого таза, ведущие к воспалительным процессам в придатках, яйцеводах или слизистой оболочке матки. Женщины, не живущие половой жизнью, чаще болеют (фибромиомы матки, опухоль молочной железы, нарушения менструального цикла).

В результате не налаженной, не регулярной половой жизни и отсутствия оргазма при половом акте у женщины может возникнуть половая холодность, которая характеризуется негативным отношением к сексуальной жизни, так как состояние полового возбуждения не завершается оргазмом и оставляет неприятный осадок. Хотя «холодность» женщины при половом акте не препятствует наступлению оргазма у мужчин, она оставляет у него неприятный осадок и некоторую половую неудовлетворенность.



При неудачах в половой жизни у супругов могут возникнуть различные невротические симптомы: раздражительность, вспыльчивость, обидчивость; растет напряженность в отношениях, они спешат разойтись, считая, что не сошлись характером. Кстати, *психологическая совместимость* супружеской пары появляется не сразу, а через 1-3 года после брака. В ее формировании наряду с осознанными отношениями и ценностями играют роль половое поведение, набор ласк, а котором нуждается партнер. *Супружеская дисгармония* может быть обусловлена как недостаточной осведомленностью о норме и физиологических колебаниях сексуальной функции, всевозможными патологическими расстройствами у одного или обоих супругов, так и отсутствием культуры половой жизни.

В семейных спорах рождаются вражда и отчуждение. Мелкие конфликты могут порой оказаться более неприятными, чем крупные, хотя на то, что кажется пустяком, не принято обращать внимания. Но «пустяки» накапливаются, достигают критической массы и дают взрыв, когда его вовсе



не ожидаешь. А каждый должен быть уверен, что дома он всегда найдет поддержку, даже тогда, когда им совершена оплошность. Ведь, если разобраться, мать любит своего ребенка не за его достоинства, а просто за

то, что он есть на свете. В семье мы ждем именно такой любви.

Известно, что в благополучных семьях обсуждение конфликтов в абсолютном большинстве случаев помогает или хотя бы не вредит [миру]. В семьях, где мира нет, такое обсуждение большей частью ничего не дает или ухудшает и без того напряженную ситуацию. Особенно плохо, когда конфликтующие супруги пытаются давать друг другу советы «авторитетным» тоном. Конфликты неизбежны в любых человеческих отношениях. И к этому надо относиться спокойно - определяющим является не сам конфликт, а умение партнеров анализировать и разрешать его. Это требует большой самоотдачи и взаимной терпимости. Только тот, кто постоянно продолжает самосовершенствоваться, может рассчитывать на

успех в личной жизни. В принципе, у многих [супругов] слабо развито искусство диалога, то есть такого общения, когда один говорит, а другой внимательно слушает и правильно реагирует. В жизни нередко идет двойной монолог: каждый, развивая свою мысль, отвечает самому себе, игнорируя все доводы, всю логику другого человека. Между тем, лучше всего люди относятся не к тому, кто говорит интересные вещи, а к тому, кто умеет слушать, что ему говорят.

Ученые условно выделяют «горячие» или «холодные» ссоры. Для первой характерны повышенные тона, крики и слезы, для второй - холодное игнорирование друг друга. При первой ссоре прогноз относительно благоприятен, так как супруги хотя и плохо понимают друг друга, но еще не безразличны друг другу, хотят, чтобы было лучше. «Холодная» молчаливая ссора означает частичный или полный разрыв отношений, усугубляет отчужденность и, возможно, ведет к разводу.

Многие супружеские пары отмечают, что с годами их семейная жизнь становится намного более приемлемой для обоих. В первые десятилетия было куда больше ссор, конфликтов, даже мыслей о разводе. Но прошли годы... Видимо, супруги поняли, какая это удача, что есть, с кем вместе стариться, делиться воспоминаниями, с кем так хорошо даже просто помолчать. С возрастом уже и не хочется обвинять близких и окружающих в собственных ошибках и неудачах. Уже нет смысла сваливать на детей, что не смог из-за них выполнить свои жизненные планы. Наоборот, появляется большую привязанность и благодарность за то, что они есть. Начинаешь больше прощать самому близкому человеку - супругу. С иронией вспоминаешь семейные конфликты молодости, которые по прошествии лет кажутся несущественными и даже смешными - на многие вещи мы начинаем смотреть по-другому, происходит та самая переоценка ценностей жизни. И реже хочется менять свое положение, и не потому, что мы понимаем бесполезность усилий, просто стало ясно: жизнь сама по себе не так уж и плоха, только жаль, что коротка.

Как это ни грустно, но мы не можем обойтись без упоминания такого понятия, как ревность, что не так уж редко мешает нормальной супружеской

жизни. Это тягостное состояние для того, кто, скрывая и не скрывая своих эмоций, испытывает его. И, конечно, оно никак не способствует гармонии в супружеской жизни, омрачает нередко самые безмятежные, казалось бы, отношения. Недоверие и подозрительность подтачивает основы семейных уз. А как болезненное состояние, ревность не может не сказаться и на интимных отношениях в браке. Как и почему возникает ревность? Скрытые мотивы ее как спонтанно возникающего состояния подчас обнаруживают прямую связь с откровенным *инстинктом влечения*. У человека цивилизованного, усвоившего в процессе воспитания основные нормы общественной морали, ревность как сильное чувство, пробивается сквозь культурный слой сознания. Возникает ощущение, будто кто-то покушается на твое достоинство и честь, начинает казаться, что в искреннем порыве души, бескорыстном влечении к любимому, дорогому человеку ты обманулся. Ты выказывал всю трепетность своих чувств, а тебя не поняли в самом сокровенном и заветном, тебя не оценили, не откликнулись на зов души, а, может быть, решили посмеяться над наивной открытостью. Науке известны случаи, когда человек настолько одержим чувством уязвленности, что становится крайне агрессивным, стремясь во что бы то ни стало наказать обидчика, иногда весьма изощренно. У одержимого ревнивца первое желание - взять реванш, унижить, а то и уничтожить изменницу, соперника. Семейные коллизии могут крайне обострить это состояние. Смутные догадки и подозрения, принимая навязчивый, болезненный характер, ведут к явной психопатизации личности. Кстати, «бред ревности, супружеской неверности» - это одно из тяжелых страданий или зависимых людей, или не совсем здоровых психически. Но часто ревность - результат дефекта воспитания и недостатка культуры. Иногда одному из супругов начинает казаться, что к нему (к ней) охладели из-за повышенного интереса к кому-то, кто, якобы, красивее, элегантнее, обаятельнее и моложе. Люди воспитанные обычно стараются взять себя в руки, не поддаваться эмоциям, дурным страстям и подозрениям. Ведь самое главное - не доводить себя до аффективного

состояния, не искать и не требовать признаний и раскаяния в том, чего, быть может, вовсе и не было. Надо уметь сохранить душевное равновесие... Правда, иногда одна из сторон пытается искусственно вызвать чувство ревности. Если это происходит в пределах легкого кокетства или флирта, потерпевшей стороне лучше всего ничего не замечать. Выслушивая откровения о встрече, случайном знакомстве или общении с интересным человеком, важно сохранять равновесие, не проявляя волнения или сомнения по поводу преданности, порядочности супруга. Следует иметь в виду, что женщина по природе своей склонна к кокетству - это происходит из неосознанной потребности самоутверждения. А вообще при первых признаках охлаждения в отношениях культурный человек задумается всерьез, постарается многое в себе пересмотреть. В любом случае заботой каждого из супругов должно быть постоянное стремление стать нужным нравственно и духовно близкому человеку. Конечно, ревность может возникнуть и в душе хорошо воспитанного человека, вполне уравновешенного. Но это ревность другого рода, когда из конфликта человек выходит достойно, никого не оскорбив и самого себя не унизив. Эгоист же во всем будет видеть дух противодействия, соперничества и враждебности, что неизбежно ведет к патологии в супружеской жизни. Ревность - наследие варварства, и, говоря по-житейски, гораздо лучше женщине иметь неверного мужа, чем ревнивца.

Чем быстрее ритм жизни, чем опасней нервные перегрузки, тем больше семья нужна людям как *дом отдыха* для нервов, *оазис* для души. Если мы не сделаем семью *убежищем*, если не создадим в ней *целебную атмосферу*, нас постигнут неврозы, беды и несчастья.

Естественно, стабильность семейных отношений включает и сексуальное здоровье супругов, и профилактику сексуальных расстройств человека. Отсюда и необходимость:

- охраны здоровья и психопрофилактика беременной женщины, так как от течения беременности зависит нормальное развитие плода. Наиболее

опасны в этот период: алкоголь, никотин, стероидные гормоны, антибактериальные препараты, гипертермия беременной (горячие ванны, острые инфекции), стрессовые ситуации;

- воспитание правильного осознания своей половой принадлежности, полоролевого поведения и психосексуальной ориентации при участии родителей и воспитателей детских учреждений;

- четкое представление о сексуальной культуре, половой морали, особенностях сексуального поведения партнера, психогигиене половой жизни, функциях и задачах семьи в период сексуальной зрелости как мужчины, так и женщины;

- поскольку половая функция является парной в физиологическом, психологическом и социальном плане, то кроме, например, при необходимости, лечения одного из супругов, необходимо создание условий для установления благоприятного психологического климата в семье, формирования общности интересов, схождения ценностных ориентации.

Да, любой человек в своей жизни сталкивается с непростой задачей - наладить близкие отношения с другим человеком. Близость - это способность полностью довериться другому человеку, раскрыться, обрести взаимность, взаимопонимание и обоюдное уважение. От степени близости зависит прочность человеческих отношений. Большинство людей желают близости с другим человеком и стремятся наладить такие отношения, которые бы позволили рассчитывать на искренность и взаимность. Таким образом, желание близости является одной из основополагающих потребностей в сексуальных отношениях с другим человеком. Если человеку не удастся наладить близкие отношения с партнером, причиной, возможно, является его поведение, не позволяющее партнеру надеяться на нечто большее, чем поверхностные отношения. Человек может проявлять застенчивость, враждебность, эгоцентризм или равнодушие. Сексуальный контакт при таких отношениях может доставлять половое удовлетворение, однако, вместе с тем, он лишен глубокого чувства взаимности и сопричастности, благодаря

которым отношения между мужчиной и женщиной совершенствуются и сохраняются долгое время. На определенном этапе жизни у большинства людей складываются близкие отношения с другими. Существует множество типов близких отношений: сожительство, супружество, гомосексуальные пары, бездетные пары, пары с детьми и т.д. Несмотря на то, что перед человеком открываются разнообразные возможности в выборе партнера, выбор типа отношений во многом зависит от культурных условий и социального сценария. И, как правило, молодая пара сталкивается с тремя основными проблемами:

- несоответствие между большими надеждами, которые возлагались на отношения и были продиктованы культурными традициями и средствами массовой информации, с одной стороны, и ощущением реальности (например, недостатком денег, времени и поддержки со стороны партнера) с другой;

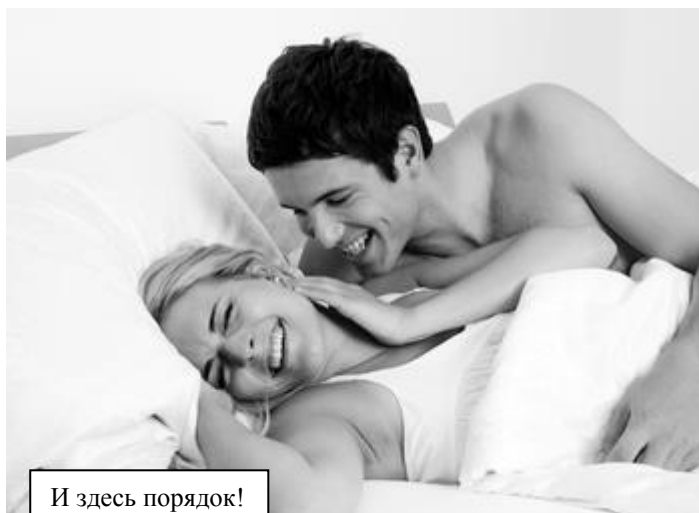
- несоответствие между бытующим в нашей культуре представлением о самодостаточности индивида и необходимостью достигать компромисса и взаимного согласия в близких отношениях;

- установление и осознание обоими партнерами, насколько часто и легко разрушаются близкие отношения других людей, и что когда-нибудь они тоже расстанутся.

И все это только что перечисленное не может не накладывать отпечатка на сексуальные отношения в паре. Таким образом, сексуальные проблемы в семье чаще обусловлены не какими-то органическими нарушениями, а, прежде всего, проблемами во взаимоотношениях и коммуникации. Потому что даже при полной импотенции, при хороших отношениях и при налаженной коммуникации, люди находят способы того, как выйти из положения. В конце концов, есть и различные формы секса, и сексуальные игры. Но все это возможно только при открытых и доверительных отношениях.

А как добиться гармонии в сексуальных отношениях?

Одно из необходимых условий сексуальной гармонии - это одинаковое активное участие супругов в сексуальных отношениях. Для того, чтобы интимные отношения в семье не стали поводом для раздоров, необходимо желание обоих партнеров доставить друг другу максимум удовольствия. Если же один из супругов или оба *стараятся* только для себя, а другой служит лишь средством для достижения удовольствия, то настоящих, полноценных, интимных отношений в семье не будет. Лаской и чувственной нежностью сексуальные отношения начинают и этим же должны заканчивать.



Мужчина в интимных отношениях, проявляет себя активнее, чем женщина в большинстве случаев. И от его действий во многом зависит техника полового акта. Однако этой стороне сексуальных отношений очень многие из мужчин не уделяют должного внимания. Они почти не стимулируют эрогенные точки супруги и часто приступают непосредственно к акту, когда женщина еще к нему не готова. Это свидетельствует о полном отсутствии сексуальной грамотности, а результатом подобных отношений является то, что у супруги отсутствует сексуальная разрядка. И еще: перед каждым началом интимных отношений настроение должно быть хорошее, приподнятое. Мужчина не должен начинать сексуальных отношений, если супруга не хочет этого. Но если будет получен *сигнал о готовности* - дело за супругами, и здесь не может быть каких-то советов. И каждый раз перед началом сексуальных отношений надо верно оценить свое состояние, и физическое, и психологическое. Если оба супруга утомлены после работы, то предварительные ласки и поцелуи могут оказаться бесполезными. Необходимое возбуждение вызвать не удастся, и такие интимные отношения в семью не принесут ничего хорошего, лишь чувство неудовлетворенности.

И обстановка во время интимной близости имеет немалое значение. И незаметные, на первый взгляд, детали интерьера могут повышать и понижать желание. Например, если женщина привыкла к интимным отношениям в темноте, то яркий свет может оказать тормозящее действие. И неожиданно выяснившиеся эпизоды из жизни одного из супругов до брака, его грубость, неэстетичные поступки могут вызвать отчуждение и нарушить нормальные сексуальные отношения супругов. Кроме того, важное значение для интимных отношений в семье имеет полное уединенность супругов. Нельзя, чтобы мешали дети или другие взрослые, иначе половой акт не принесет удовлетворения и может стать причиной расстройства половой функции и нервной системы.

Наступлению эрекции у мужчин и возбуждению у женщин способствует нежные слова, которые сопровождаются взаимными ласками. Наиболее эффективны поглаживания и массирования участков тела, называемых эрогенными зонами. Поцелуи различных частей тела усиливают возбуждение, желание обладать друг другом возрастает, эрекция у мужчин усиливается. У женщин набухает клитор, кровь приливает к нему, вход во влагалище увлажняется слизью, выделяемой специальными железами. Считается, что при недостаточном увлажнении влагалища женщина не готова к половому акту. Затем наступает фрикционная фаза полового акта. Во время этой фазы фрикционные движения раздражают специальные нервные окончания, увеличивая половое возбуждение вплоть до оргазма. Раздражения, идущие от эрогенных участков, достигают большой силы. В этой стадии интимных отношений у супругов действия в большой степени являются рефлекторными. И у некоторых мужчин и женщин в такие моменты сексуальных отношений могут проявляться грубые жестокие действия в виде укусов, шлепков, у мужчин - грубые слова. В интимных отношениях в семье молодой муж часто не знаком с психологией молодой девушки и техникой полового акта не удовлетворяет жену, что может привести к моральной неудовлетворенности самого мужа вплоть до



появления у него признаков импотенции. Многие женщины, в силу воспитания, остаются пассивными, считая, что в сексуальных отношениях супругов активную роль должен играть мужчина. И это воспитание



Будем учиться любить!

накладывает некий отпечаток на ее действия в первые годы брака. Молодая девушка почти всегда сдерживает свои желания. И задача молодого мужа - понять, постичь и воплотить желания молодой жены, сделав тем самым большой шаг к гармонии в

интимных отношениях в семье. Все это немаловажно для создания счастливой семьи и обретения семейного счастья.

#### **Вопросы и задания по материалам Темы 14**

1. Подготовьте сообщения на тему «Сексуальная жизнь современного человека».
2. Подберите высказывания ученых, писателей, известных людей о сексе, сексуальной жизни людей.
3. Какую роль играет секс в супружеской жизни?
4. Что такое ревность?
5. Подготовьте сообщения о любовной аддикции и аддиктивной созависимости.
6. Попробуйте классифицировать сексуальные проблемы в семье.
7. Существуют ли какие-либо советы по сексуальной жизни супругов?

#### **Примерная тематика семинарских занятий по Модулю III**

**Тема 1.** Детско-родительские отношения в семье:

- проблемы воспитания детей дошкольного возраста;
- коррекция взаимоотношений родителей с детьми-подростками;

**Тема 2.** Развод в семье:

- преодоление кризиса развода;

-психологическая помощь детям, находящимся в кризисе развода родителей

**Тема 3. Психология сексуальных отношений.**

**а) основная литература для работы по Модулю III**

- 1.Азаров, Ю, П. Семейная педагогика: учебник для вузов / Ю. П. Аза-ров; предисл. Н. Д. Никандрова. - М.: [и др.]: Питер, 2011.
- 2.Грюнвальд Бернис Б., Макаби Гарольд В. Консультирование семьи / Пер. с англ. 2-е стереотип. изд. – М.: Когито-Центр, 2008. [электр. ресурс.] Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/konsultirovanie-semi.html>.
- 3.Никольская И.М. Семейная социограмма в психологическом кон-сультировании [Текст]: учеб. пособие для врачей и психологов/ И.М. Никольская, В.В. Пушина. - СПб.: Речь, 2010.

**б) дополнительная литература для работы по Модулю III**

- 1.Берн Ш. Гендерная психология. – СПб.: Прайм-еврознак, 2008.
- 2.Блох Д. Большая книга помощи вашему ребенку. – СПб.: Прайм-еврознак, 2008.
- 4.Гагай В.В. Семейное консультирование. Учебник для ВУЗов / Изда-тельство: Речь, 2010.
- 3.Кипнис М. Тренинг семейных отношений. Часть 1, 2. – М.: «Ось 89», 2006.
- 4.Корчак Я. Как любить ребенка. – Екатеринбург: У-фактория, 2011.
- 5.Фабер А., Мазлиш Э. Братья и сестры. – М.: Эксмо, 2011..

## Примерные вопросы для самоподготовки к зачету/экзамену

1. Семья и брак как объект изучения
2. Психология семейных отношений как отрасль психологии. Предмет и задачи семейной психологии.
3. Понятие о семье и браке.
4. Сравнительный анализ понятий «семья» и «брак».
5. Особенности семьи как социального института и малой группы.
6. Эволюция и формы брачно-семейных отношений.
7. Особенности современной семьи.
8. Альтернативные формы брачно-семейных отношений в современном обществе.
9. Особенности современной российской семьи.
10. Введение в психологию половых различий.
11. Эволюционный подход к рассмотрению половых различий.
12. Культуральный подход к рассмотрению половых различий.
13. Роль общества в формировании определенного типа отношений по признаку пола.
14. Семья и ее проблемы в контексте половых различий.
15. Модели выбора брачного партнера.
16. Факторы выбора брачного партнера, влияющие на успешность и проблемность брачного союза.
17. Добрачный период отношений: общая характеристика.
18. Формирование адекватных представлений юношей и девушек о браке. Проблема готовности к браку.
19. Мотивы выбора брачного партнера.
20. Теории любви в психологии, философии.
21. Аттракция: факторы; причины, этапы формирования. Направленность аттракции от симпатии к любви.
22. Основные семейные феномены: краткая характеристика.
23. Функциональный и структурный подходы к семье.
24. Ролевая структура семьи, подходы к классификации семейных ролей.
25. Нарушения структурно-ролевого взаимодействия семьи.
26. Семейные отношения: понятие, виды, специфика.
27. Особенности и динамика супружеских отношений.
28. Подходы к типологии брачных отношений.
29. Особенности взаимоотношений супругов в традиционной и современной моделях семьи.
30. Функционально-ролевой аспект супружеских отношений. Ожидания и притязания в браке. Супружеские сценарии и игры.
31. Психологическая совместимость в браке: понятие, уровни, подходы.
32. Психологическая совместимость и удовлетворенность браком.
33. Сексуальность и брак. Сексуальные дисгармонии в семье.
34. Особенности детско-родительских отношений. Роль родителей в формировании личности и психики ребенка.

35. Подходы к типологии детско-родительских отношений.
36. Стиль воспитания: понятие, виды, аномалии и их причины.
37. Бездетная, малодетная, многодетная семья: психологический анализ.
38. Специфика детских семейных отношений. Сиблинговая позиция как фактор развития ребенка.
39. Динамика семьи: понятие и критерии.
40. Подходы к периодизации этапов жизнедеятельности семьи.
41. Особенности семьи на различных этапах жизнедеятельности.
42. Нарушения жизнедеятельности семьи. Типы нарушений.
43. Кризисы семьи как нарушение семейной жизнедеятельности.
44. Семейные конфликты: специфика, причины, способы разрешения.
45. Психология развода: понятие, типы, причины.
46. Стадии развода и их влияние на супругов и детей.
47. Особенности благополучных и неблагополучных семей.
48. Современные зарубежные концепции семейной психологии.
49. Современные отечественные подходы к исследованию психологии семейных отношений.
50. Правовые основы семейных отношений и их влияние на психологические принципы современной семьи.

### **Примерная тематика Круглых столов**

1. Брак и семья. Исторические, социальные и психологические аспекты
2. Женщина в семье и семья в жизни женщины
3. Психологические проблемы подготовки к родительству
4. Феномен ремиссионной семьи
5. Супружеская неверность и современное общество
6. Гендерный аспект в семейном воспитании
7. Особенности семейного воспитания в семьях «риска»
8. Семейное воспитание и детско-родительские отношения
9. Дисфункциональные семьи и воспитание детей
10. Роль семьи в формировании личности ребенка
11. Нормативные кризисы семьи и способы их преодоления
12. Представление о семье на разных этапах онтогенеза

### **Примерные задания для самостоятельной работы**

#### **Темы докладов**

1. Брак в древности. Возникновение городской цивилизации. Законы Хаммурапи – царя Вавилонии. Брак в Древнем Египте.
2. Брак в Древней Иудее. Истории счастливых и несчастливых браков в Ветхом Завете. История Иакова и Рахили.

3. Брак в Древней Греции. Брак в Спарте и в Афинах. Теория мыслителя Пифагора Самосского.

4. Брак в Древнем Риме. Ромул – основатель первых законов Римского права о браке. Законы Рима. Идея, положенная в основу брака.

5. Период ухаживания. Формирование идентичности. Достижение эмоциональной и материальной независимости от родителей. Занятие адекватного возрасту статуса. Развитие навыков ухаживания и привлечение партнёра.

6. Фаза проживания супругов без детей. Установление баланса близости / отдалённости. Проблема семейной иерархии и сферы ответственности. Способы преодоления разногласий. Установление границ семьи.

7. Рождение детей и взаимодействие с ними. Проблема перестройки взаимоотношений. Рождение ребёнка как факт объединения двух семей. Время поступления ребёнка в школу – кризисный момент в семье.

8. Фаза стабилизации. Трудности на зрелой стадии брака. Приспособление к возрастным изменениям в супругах.

9. Фаза, в которой выросшие дети покидают дом.

10. Последние стадии жизненного цикла. Уход на пенсию. Смерть одного из супругов.

### **Примерные темы презентационных работ (Microsoft PowerPoint)**

1. Представления о семье и браке
2. Функции семьи
3. Структура семьи
4. Жизненный цикл семьи
5. Механизмы интеграции семьи
6. Семейные мифы и семейные правила
7. Семейная социализация
8. Социализация в семье и творческий потенциал личности
9. Теории выбора брачного партнера
10. Факторы, способствующие разводу
11. Факторы, способствующие укреплению семейных отношений.

#### **Предбрачное ухаживание**

12. Психология любви. Виды любви
13. Мотивация вступления в брак
14. Идеализация партнера
15. Роли в семье. Адаптация к партнеру
16. Удовлетворенность браком

### **Примерный выбор статей для аннотирования**

1. Дементьева И.Ф. Современная российская семья: трудности и надежды // Педагогика. – 1996. – № 6. – С. 30-34.

2. Зайцев Д.В. Социологический анализ современной семьи России // Дефектология. – 2001. – № 6.
3. Волкова А.Н. Опыт исследования супружеской неверности // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 98-102.
4. Швец А.М. Мотивация вступления в брак и ее влияние на кризис будущей семьи // Вопросы психологии. – 2006. – № 2.
5. Проблема отцовства в современном обществе // Вопросы психологии. – 2006. – № 3.
6. Самоукина Н.В. Симбиотические аспекты отношений между матерью и ребенком // Вопросы психологии. – 2000. – № 3. –С.67-81.

### **Примерные темы для подготовки и составления докладов и рефератов**

- Диагностические проблемы получения информации о семье. Этапы диагностического изучения семьи.
- Проектирование диагностической работы с семьей.
- Принципы отбора диагностических методик.
- Изучение возможностей применения методов диагностики семьи.
- Обстоятельства, осложняющие процесс изучения семьи.
- Принципы отбора диагностических методик для изучения семьи.
- Методы изучения супружеских отношений
- Методы изучения супружеской дисгармонии в разных подходах.
- Изучение особенностей общения и эмоциональных отношений в супружеской паре.
- Диагностика супружеской совместимости, особенностей конфликтного взаимодействия супругов.
- Диагностика педагогической совместимости родителей.
- Изучение отношения к деньгам в семье.
- Методы исследования индивидуальности супругов и нравственно-психологических основ супружеских отношений.
- Психограмма супружества.
- Методы изучения детско-родительских отношений.
- Изучение межличностных отношений в системе «родитель-ребенок» с точки зрения родителя.
- Изучение межличностных отношений в системе «родитель-ребенок» глазами ребенка.
- Изучение детско-родительского взаимодействия.
- Методы изучения образовательных запросов семьи.
- Понятие образовательного запроса семьи.
- Типология образовательных запросов семьи.
- Особенности образовательных запросов современной семьи.

- Психологические проблемы семьи в образовании.
- Образовательный потенциал семьи и основные принципы его развития.
- Методы изучения образовательного потенциала современной семьи.
- Этические принципы диагностики семьи.
- Роль этики в диагностической работе с семьей.
- Этический кодекс практического психолога.
- Основные ошибки в диагностической работе с семьей.
- Психологическое обследование семьи.
- Общая типология методик психологического обследования семьи.
- Исторический анализ методик психологического обследования семьи.
- Общая схема диагностического процесса в работе психолога с семьей.

### **Примерный перечень методик для исследовательской работы**

- Проективный тест «Рисунок семи» и его модификации
- Анализ проективного теста «Рисунок семьи» по В.К. Лосевой
- Проективный тест «Рисунок семи» по Л. Корману
- Кинетический рисунок семьи Р. Бернса и С. Кауфмана
- Динамический рисунок семьи
- Семья животных
- Рисунок дома
- Рисунок «Мир мамы, мир папы»
- Распознавание типов воспитания по рисункам
- Детская проективная методика Рене Жилия
- Детский апперцептивный тест (САТ)
- Контурный /САТ-Н
- Диагностическая беседа «Мой круг общения» (Т.Ю. Андющенко)
- Детский тест «Диагностика эмоциональных отношений в семье»
- Методика изучения родительских установок (PARI) (Е.С. Шеффер и Р.К. Белл)
- Родительское сочинение «История жизни моего ребенка»
- Опросник родительских отношений (А.Я. Варга, В.В. Столин)
- Взрослый тематический апперцептивный тест (ТАТ)
- Порядок проведения обследования с помощью ТАТ (по Д.А. Леонтьеву)
- Руководство Генри А. Мюррея
- Анализ рассказов ТАТ других авторов

- Рисованный апперцептивный тест (РАТ) (Л.Н. Собчик)
- Методика «Совместное складывание куба Линка»
- Проба на совместную деятельность
- Опросник «Взаимодействие родителя с ребенком» (ВРР) (И.М. Марковская)
- Методика «Детско-родительские отношения подростков» (Трояновская)
- Методика выявления представлений супругов о ролевой структуре их семьи (Ю.А. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская)
- Методика «Семейно-обусловленное состояние» (Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис)
- «Диагностика типа межличностных отношений» (Т. Лири)
- Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре (А.Н. Волкова)
- Тест-опросник удовлетворенности браком (ВВ. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко)
- Шкала удовлетворенности браком (М. Панькиной)
- Опросник установок к сексу (Г. Айзенка)
- Тест «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»
- Тест на супружескую совместимость (А Добрович)
- Социально-психологическое обследование семьи как целого
- Интервью по генограмме
- «Скульптура семьи»
- «Семейное пространство»
- Диагностика внутрисемейных отношений при помощи проективной методики «три дерева»
- Сказки Дюсса
- Анализ семейных взаимоотношений (АСВ) (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис)
- Семейная доска
- Системный тест Геринга
- Опросник «Конструктивно-деструктивная семья» (КДС)
- Карта семьи



## Примерные варианты тестовых заданий

**1. «Коммунальный брак», включающий группу мужчин и женщин, называется:**

- 1) одиночным браком
- 2) диадным браком
- 3) триадным браком
- 4) групповым браком
- 5) нет правильного ответа.

**2. Семьи, в которых присутствует лишь один родитель, заботящийся о детях, называются:**

- 1) благополучными
- 2) неблагополучными
- 3) полными
- 4) неполными
- 5) смешанными.

**3. Семье, из числа других малых групп, характерна такая психологическая особенность, как:**

- 1) общесемейные цели
- 2) супружеская пара
- 3) гораздо больший срок близкого знакомства между ее членами
- 4) многосторонность и значимость семейных отношений, и их взаимосвязь
- 5) все ответы верны.

**4. Принятие определенного общесемейного стандарта, мнения, мера «подчинения» внутрисемейному давлению нового члена семьи называется:**

- 1) конформизмом
- 2) групповой сплоченностью
- 3) психологической совместимостью
- 4) семейной соподчиненностью
- 5) нет правильного ответа

**5. Функция семьи, обуславливающая биологическое воспроизводство и сохранение потомства, продолжение рода, называется:**

- 1) экономическо-материальной
- 2) хозяйственно-бытовой
- 3) воспитательной
- 4) репродуктивной
- 5) нет правильного ответа.

**6. Брак, в котором каждый из супругов занимает ту же позицию, какую он имел по отношению к братьям или сестрам в родительской семье, называется:**

- 1) комплементарным браком
- 2) частично комплементарным браком
- 3) некомплементарным браком
- 4) метакомплементарным браком
- 5) нет правильного ответа.

**7. Проблемные семьи, оказывающие взаимные уступки и компромиссы, называются:**

- 1) проблемными
- 2) конфликтными
- 3) кризисными
- 4) дисфункциональными
- 5) нет правильного ответа.

**8. Основа брачно-семейных отношений, ядром которой является расчет материальной выгоды, называется:**

- 1) честным контрактом
- 2) нечестным контрактом
- 3) принуждением
- 4) социально-нормативными установками
- 5) любовью.

**9. Форма брачно-семейных отношений, не являющаяся альтернативным браком, получила название:**

- 1) интимная дружба
- 2) гомосексуальный брак
- 3) групповой брак
- 4) жилые сообщества
- 5) законный брак.

**10. Профессиональный и образовательный рост женщины, высокая смертность мужского населения являются предпосылкам возникновения:**

- 1) открытого брака
- 2) сознательно бездетного брака
- 3) одиночества
- 4) незарегистрированного сожительства
- 5) внебрачного секса.

**11. Принципом открытого брака не является:**

- 1) тенденция уважения к личной жизни партнера
- 2) открытость общения

- 3) тенденция подвижности и гибкости ролевого общения
- 4) закрытое партнерство: иметь общие интересы, круг общих друзей
- 5) доверие: сочетание «статистического» доверия с «динамическим» доверием.

**12. Наличие родителей позволяет классифицировать семьи на:**

- 1) моногамные и полигамные
- 2) неполные и полные
- 3) зарегистрированные браки и фактические браки
- 4) эндогамные и экзогамные
- 5) патриархальные и матриархальные.

**13. Количество детей позволяет классифицировать семьи на:**

- 1) моногамные и полигамные
- 2) неполные и полные
- 3) малодетные, среднететные, многодетные
- 4) эндогамные, экзогамные
- 5) патриархальные и матриархальные.

**14. Система действий и отношений, опосредующие удовлетворение полового влечения, сексуальной потребности, называется:**

- 1) сексуальным поведением
- 2) предбрачным поведением
- 3) брачным поведением
- 4) репродуктивным поведением
- 5) нет правильного ответа.

**15. Ловушка любви, в которую попадает неуверенный человек при проявлении к нему внимания и заботы, называется:**

- 1) ловушкой неполноценности
- 2) ловушкой жалости
- 3) ловушкой сексуального комфорта
- 4) ловушкой общности интересов
- 5) нет правильного ответа.

**16. Совместимость ценностных ориентации, личностных и психофизиологических особенностей партнеров, называется:**

- 1) психологической
- 2) социальной
- 3) биологической
- 4) экономической
- 5) юридической.

**17. Адаптация личности в сфере брачно-семейных отношений подразумевает адаптацию:**

- 1) к темпераменту, характеру партнера
- 2) к новым обязанностям, правам
- 3) к потребностям, привычкам партнера
- 4) к ценностям партнера
- 5) все ответы верны.

**18. Причиной супружеских конфликтов служит неудовлетворенность:**

- 1) сексуальных потребностей
- 2) гипертрофированных потребностей
- 3) физиологических потребностей
- 4) во взаимопомощи, взаимной поддержке
- 5) все ответы верны.

**19. Выбор брачного партнера, бессознательный перенос любви к родителям противоположного пола на своих потенциальных супругов, предполагает:**

- 1) психоаналитическая теория З.Фрейда
- 2) теория комплементарных потребностей Р.Уинча
- 3) инструментальная теория подбора супругов Р.Сентерса
- 4) теория «стимул—ценность—роль» Б.Мурстейна
- 5) теория «фильтров» А. Керкгоффа и К.Дэвиса?

**20. Потребность, возникающая при испытании затруднения в своей личностной самореализации без наличия детей и подходящего их числа, называется:**

- 1) репродуктивным поведением
- 2) репродуктивной установкой
- 3) репродуктивной нормой
- 4) потребностью в детях
- 5) нет правильного ответа.

**21. Компонент родительской установки, включающий систему знаний и идей для построения стратегии и тактики воспитания, называется:**

- 1) оценочным
- 2) когнитивным
- 3) поведенческим
- 4) эмоциональным
- 5) нет правильного ответа.

**22. Роль ребенка в семье, отражающая взаимное недовольство супругов-родителей, получила название:**

- 1) «козел отпущения»,
- 2) «любимчик»

- 3) «примиритель»
- 4) «беби»
- 5) «тиран».

**23. Роль ребенка в семье (по В.Н.Дружинину), определяющая чувство одиночества, ненужности, бесполезности, называется:**

- 1) «ребенок-обуза»
- 2) «ребенок-раб»
- 3) «ребенок-любовник»
- 4) «ребенок-оружие»
- 5) «ребенок-заместитель».

**24. Стиль отношения родителей к детям, (с древности до IV в. н. э), характеризующийся детоубийством, насилием, называется:**

- 1) инфантицидным
- 2) бросающим
- 3) амбивалентным
- 4) навязчивым
- 5) социализирующим.

**25. Характер и степень влияния родителя на ребенка определяется их:**

- 1) национально-культурной принадлежностью
- 2) социальным положением
- 3) профессиональной принадлежностью
- 4) уровнем общей и педагогической культуры
- 5) все ответы верны.

**26. Эффектом работы в родительской группе является:**

- 1) повышение сензитивности к ребенку
- 2) выработка адекватного представления о детских возможностях и потребностях
- 3) ликвидация психолого-педагогической неграмотности
- 4) продуктивная реорганизация арсенала средств общения с ребенком
- 5) все ответы верны.

**27. Диагностируемые трудности семейной системы называются:**

- 1) проблемами с социальным окружением
- 2) когнитивными проблемами
- 3) поведенческими проблемами
- 4) эмоциональными проблемами
- 5) проблемами нарушения развития и личностные расстройства.

**28. Диагностика супружеских пар предполагает диагностику:**

- 1) их взаимоотношений

- 2) индивидуальности супругов
- 3) семейных ценностей
- 4) семейного досуга
- 5) все ответы верны.

**29. Выявление семей группы риска, оказание им содействия и поддержки, организация семейных консультаций, служб знакомств, семейного просвещения и самообразования являются задачами:**

- 1) службы социально-бытовой помощи
- 2) службы семейного досуга
- 3) службы социальной помощи населению
- 4) службы социальной профилактики отклоняющегося поведения
- 5) нет верного ответа.

**30. Изучение особенностей семей и степени влияния микросреды является:**

- 1) прогностической помощью
- 2) организационно-коммуникативной помощью
- 3) правозащитной помощью
- 4) диагностической помощью
- 5) предупредительно-профилактической помощью.

**31. Обеспечение культурно-досуговой, спортивно-оздоровительной деятельности, технического и художественного творчества членов семьи является:**

- 1) предупредительно-профилактической помощью
- 2) социально-бытовой помощью
- 3) социально-психологической помощью
- 4) организаторской помощью
- 5) прогностической помощью.

**32. Негативным фактором семейного воспитания, является:**

- 1) отсутствие стремления духовного развития детей
- 2) отсутствие нормального психологического климата в семье
- 3) противоречивость в применении методов воспитания
- 4) причинение детям тяжелых нравственных страданий
- 5) все ответы верны.

**33. Пассивность, незаинтересованность, аутизация, задержка речевого и психического развития приводит к:**

- 1) социальной гипоактивности
- 2) гиперактивности
- 3) избирательной гиперактивности
- 4) общей социальной гиперактивности
- 5) общей социальной гипоактивности.

**34. Родительская любовь (по А.С.Спиваковской) по формуле: «Смотри, какой у меня прекрасный ребенок, жаль, что у меня не так много времени для общения с ним», называется:**

- 1) действенной любовью
- 2) отстраненной любовью
- 3) преследованием
- 4) презрением
- 5) отказом.

**35. Тип родительского воспитания детей (по Г.Крайгу), определяющий теплые отношения, высокий уровень контроля, называется:**

- 1) авторитетный
- 2) авторитарный
- 3) демократический
- 4) либеральный
- 5) индифферентный.

**36. Тип мамы (по А.Я.Варга), эталона материнства, заботливости, благожелательности и добра, называется:**

- 1) спокойный уравновешенный
- 2) тревожный
- 3) тоскливый
- 4) уверенный властный
- 5) нет правильного ответа.

**37. Тип папы (по А.И.Баркану), по-матерински заботливый, разрешающий делать ребенку все, всепрощающий, называется:**

- 1) «Мама-папа»
- 2) «Карабас-Барабас»
- 3) «Крепкий орешек»
- 4) «Попрыгунья-стрекоза»
- 5) «Под каблуком».

**38. Основным звеном семьи, способствующим развитию личности, является:**

- 1) коллективное мнение
- 2) межличностные внутрисемейные отношения
- 3) семейные традиции
- 4) семейные обычаи
- 5) все ответы верны

**39. Для благополучного гармоничного развития ребенка необходимо:**

- 1) сохранение и укрепление его физического здоровья
- 2) сохранение и укрепление его психического здоровья
- 3) сохранение и укрепление его социального здоровья
- 4) гармонизация влияния семьи на воспитание ребенка
- 5) все ответы верны.

**40. Для благополучного гармоничного развития ребенка необходимо разрешение проблем:**

- 1) супружеских отношений
- 2) детско-родительских отношений
- 3) сиблинговых отношений
- 4) межпоколенных отношений
- 5) все ответы верны.

**41. Помощь семье, включающая диагноз, лечение больных, адаптация здоровых членов семьи к больным, называется:**

- 1) педагогической
- 2) социальной
- 3) психологической
- 4) диагностической
- 5) медицинской.

**42. Тип родительского воспитания (по Г.Крайгу), теплого отношения к детям, низкого уровня их контроля, называется:**

- 1) авторитетным
- 2) авторитарным
- 3) демократическим
- 4) либеральным
- 5) индифферентным.

**43. В оказании помощи нуждаются:**

- 1) семьи вдовцов
- 2) семьи с родителями-инвалидами
- 3) семьи с малолетними детьми
- 4) семьи вынужденных переселенцев
- 5) все ответы верны.

**44. Целью профессиональной деятельности семейного психолога является:**

- 1) развитие семейных проблем
- 2) укрепление семьи
- 3) восстановление внутреннего потенциала семьи
- 4) стабилизацию социального положения семьи
- 5) все ответы верны.



**45. Профессиональная позиция специалиста к альтернативным формам брачно-семейных отношений должна состоять в:**

- 1) осуждении
- 2) нейтральности
- 3) безразличии
- 4) умении понять и принять новые нормы и ценности
- 5) все ответы верны.

**46. Работа психологической службы с семьей, предполагающая соответствие выдвигаемых целей, задач и направлений деятельности возможностям и потребностям семьи, заключается в:**

- 1) принципе конгруэнтности
- 2) принципе конфиденциальности
- 3) принципе компетентности
- 4) принципе активности
- 5) принцип учета индивидуальных особенностей.

**47. Стадия процесса семейного консультирования, отслеживающая динамику развития семьи, накапливающая информация о ней, называется:**

- 1) подготовительной
- 2) настроечной
- 3) диагностической
- 4) рекомендательной
- 5) контрольной.

**48. На какой стадии семейного консультирования психолог использует такие процедуры, как встреча с клиентом, общий, эмоционально-положительный настрой клиента, снятие психологических барьеров общения:**

- 1) подготовительной
- 2) настроечной
- 3) диагностической
- 4) рекомендательной
- 5) контрольной?

**49. Словесная поддержка высказываний и действий клиента в момент его исповеди, называется:**

- 1) «зеркализация»
- 2) вербальная поддержка
- 3) «перифраза»
- 4) «обобщение»
- 5) нет верного ответа.

**50. Улавливание особенностей стиля речи, обращение внимания на слова, фразы, выражения и обороты, часто используемые клиентом в ходе консультирования, постепенное их использование, называется:**

- 1) «обобщением»
- 2) эмоциональной поддержкой
- 3) стимулирующими вопросами
- 4) овладением особенностями языка
- 5) нет верного ответа.

## Интернет-сайты, посвященные вопросам психологии семьи

<http://www.nedug.ru/library/Default.aspx?ID=1622> <http://semya.potrebitel.ru/>  
[http://flogiston.ru/magazine/family\\_therapy](http://flogiston.ru/magazine/family_therapy) <http://centercep.ru/content/category/518/54> <http://www.nedug.ru/libraru/default.aspx>  
<http://www.malipuz.ru/334.html> <http://www.realove.ru/main/family> <http://rusmama.ru/psychology>  
<http://mama66.ru/psycholog> <http://www.privivkam.net/iv/viewforum.php?f=13> - [privivkam.net](http://www.privivkam.net) <http://psihoanalitika.ru/> - [Psihoanalitika.ru](http://www.psihoanalitika.ru) [http://www.privet.ru/community/world\\_of\\_family](http://www.privet.ru/community/world_of_family) [http://planey.ru/program/prog\\_semia.htm](http://planey.ru/program/prog_semia.htm)  
<http://www.wild-mistress.ru/wm/wm.nsf/husband> <http://leleka.org.ua/>  
<http://psychologichka.ucoz.com/publ/6> <http://www.psy.su/institut/family/> <http://www.yarmama.ru/forum/index.php?board=53.0> <http://alexnord.ru/>  
<http://lovetofamily.ru/> <http://abc.vvsu.ru/Str/PST/01/psysemiya/>  
<http://www.ya-plus.in.ua/> <http://www.cityclass.ru/course/15/>  
<http://psihologiya.net/760-psikhologija-semi-i-braka.html> <http://www.realisti.ru/main/family> <http://www.familyplanet.ru/> <http://nashajizn.ru/publ/40-1-0-70> <http://www.roditeli.com.ua/view/semya> <http://subscribe.ru/catalog/psychology.dam> [http://www.rojdestvo.ru/courses/course/?IBLOCK\\_ID](http://www.rojdestvo.ru/courses/course/?IBLOCK_ID) <http://www.semya.ru/>  
<http://famili.info/>  
<http://www.beremennost.com.ua/>  
<http://www.effecton.ru>  
<http://www.niisv.ru/liderskonf.htm>  
<http://psy.piter.com/>  
<http://psychology.net.ru/> или <http://psy.net.ru/> <http://www.interpedagogika.ru> [http://www.psy.msu.ru/science/public/psy\\_prof/2\\_phone.htm](http://www.psy.msu.ru/science/public/psy_prof/2_phone.htm) <http://www.spbtalk.ru/index.php?showforum=59>  
<http://forum.sibmama.info> <http://adalin.mospsy.ru/phorum/list.php?f=1> <http://forum.detstvo.ru>

## Дополнительный список рекомендуемой литературы

1. Алексеева Л.С. Психологическая служба семьи в системе социальной работы // Семья в России. - 1996. - № 3/4. - С.113-126.
2. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование: Социальное здоровье России. - М.: Класс, 1994. - С.25-37.
3. Алешина Ю.Е. Цикл развития семьи: Исследования и проблемы // Вестник Моск. ун-та. Психология. Сер.14. - 1987. - № 2. - С.60-72.
4. Алешина Ю.Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни: Дис. ... канд. психол. наук. - М., 1995. - 250 с.
5. Алешина Ю.Е., Лекторский Е.В. Ролевой конфликт работающей женщины // Вопросы психологии. - 1989. - №5 - С.80-88.
6. Антонюк Е.В. Становление ролевой структуры молодой семьи и ее восприятие супругами: Психологическое исследование // Вестник Моск. ун-та. Психология. Сер.14. - 1993. - № 4. - С.25-34.
7. Баз Л.Л. Способ оценки взаимодействия в диаде: На примере решения супругами совместной задачи // Психологический журнал. - Т.16, № 4. - С.109-117.
8. Берн Э. Супружеские игры // Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Общ. ред. М.С. Мацковского. - СПб.: Лениздат, 1992. - С.73-90.
9. Богданова Л.П., Щукина А.С. Гражданский брак в современной демографической ситуации // СОЦИС. - 2003. - №7. - С.100-105.
10. Бурлачук Л.Ф., Коростылева Л.А. Психологические особенности лиц, испытывающих затруднения при вступлении в брак // Психологический журнал. - Т.16, № 3. - С.137-145.
11. Бызова В.М. Использование теста Лири в практической работе психолога службы знакомств // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. - СПб.: Питер, 2000. - С.497-505.
12. Бэндлер Р., Гриндер Дж., Сатир В. Семейная терапия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 1999. - 160 с.
13. Видра Д. Развод: трагедия или надежда?: Психологические проблемы семьи // Дошкольное воспитание. - 1998. - № 11. - С.92-102.
14. Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта. - М.: Класс, 1998. - 208 с.
15. Витакер К., Бамберри В. Танцы с семьей: Символический подход, основанный на личном опыте. - М.: Класс, 1997. - 172 с.
16. Витек К. Проблемы супружеского благополучия: Пер. с чешск. / Общ. ред. и предисловие М.С. Мацковского. - М.: Прогресс, 1988. - 144 с.
17. Волков А.Г. Эволюция российской семьи в XX веке // Мир России. - 1999. - № 4. - С. 47-57.

18. Волкова А.Н. Ролевая адекватность как фактор супружеской совместимости // Вопросы психологии общения и познания людьми друг друга. - Краснодар, 1979. - С.62-69.
19. Волкова А.Н. Социально-психологические факторы супружеской совместимости: Дис. ... канд. психол. наук. - Л., 1979. - 236 с.
20. Волкова А.Н., Трапезникова Т.М. Методические приемы диагностики супружеских отношений // Вопросы психологии. - 1985. - № 5.- С.110-116.
21. Гафизова Н.Б., Королева Т.В. Гендерные стереотипы в современной провинциальной семье (на примере Ивановской области) // Женщина в российском обществе. - 2001. - № 3-4. - С.23-29.
22. Гозман Л.Я., Шлягина Е.И. Психологические проблемы семьи // Вопросы психологии. - 1985. - № 2. - С.186-187.
23. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ. - СПб.: Петрополис, 1998.
24. Голод С.И. Современная семья: плюрализм моделей // Социологический журнал. - 1996. - №3/ 4. - С.99-108.
25. Голод С.И. Стабильность семьи. - Л.: Наука, 1984.
26. Гурко Т.А. Трансформация института современной семьи // СОЦИС. -1995. - № 10. - С. 96-99.
27. Дмитриенко А.К. Социально-психологические факторы стабильности брака в первые годы супружеской жизни: Автореф. дис. ... к.пс.н. - Киев, 1989. - 21 с.
28. Дружинин В.Н. Жена должна не пилить, а вдохновлять // Деловой мир. - 1995. - 2 декабря. - С.5.
29. Дружинин В.Н. Психология семьи. - М., 1996.
30. Здравомыслова О.М. Российская семья в 90-е годы: жизненные стратегии мужчин и женщин // Гендерный калейдоскоп. Курс лекций / Под ред. М.М. Малышевой. - М., 2001. - С. 474.
31. Золотухина М.В. Мир американской семьи. - М., 1999. - 318 с.
32. Иванова Е.Н. Молодожены: Отчего горек первый год после медового месяца: [Беседа с сотрудником СПб. центра по разрешению конфликтов канд. психол. наук Е.И.Ивановой] // Труд. - 1996. - 25 января.
33. Карцева Л.В. Модель семьи в условиях трансформации российского общества // СОЦИС. - 2003. - №7. - С.92-100.
34. Келам А., Эббер И. Причины конфликтных ситуаций в семье (по материалам Таллинской семейной консультации) //Человек после развода / Под ред. Н.Я. Соловьева. - Вильнюс, 1985. - С.56-66.
35. Кондрашенко В.Т., Донской Д.И., Игумнов С.А. Основы семейной психотерапии и семейного психологического консультирования // Общая психотерапия. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - С. 387-397.
36. Кралева Л. Семья в Восточной Словакии // СОЦИС. - 2003. - №7. - С.105-108.

7. Красовский Б.П. Анализ брачных объявлений (самооценка и требования к партнеру) // Вопросы психологии. - 1993. - № 5. - С.56-58.
38. Крадохвил С. Супружеская терапия // Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. - М.: Медицина, 1991. - С.138-179.
39. Кризис семьи и депопуляция в России: круглый стол // СОЦИС. - 1999. - № 11. - С. 50-57.
40. Леви Д.А. Семейная психотерапия. История, теория, практика. - СПб.: Питер, 1993.
41. Левин К. Супружеские конфликты // Психология конфликта: Хрестоматия /Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. - СПб.: Питер, 2001. - С. 118-132.
42. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Методика диагностики супружеских отношений // Вопросы психологии. - 1987. - № 4. - С.128-134.
43. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов // Психологический журнал. - 1985. - № 3. - С.126-137.
44. Либина А., Либин А. Уроки для семейных скандалистов: О психологии и поведении в семье // Семья и школа. - 1996. - № 7. - С.16-18.
45. Митрикас А.А. Семья как ценность: состояние и перспективы ценностного выбора в странах Европы // СОЦИС. - 2004. - №5. - С.65-73.
46. Михайлова Е. Две потребности - "быть вместе" и "быть отдельно": [Беседа с ведущим спец-том Ин-та групповой и семейной психотерапии канд. психол. наук Е.Михайловой] // Деловой мир. - 1996. - 12 мая. - С.5.
47. Мишина Т.М. Психологическое исследование супружеских отношений при неврозах // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред. В.К. Мягер и Р.А. Зачеицкого. - Л., 1987. - С.13-20.
48. Мягер В.К., Мишина Т.М. Семейная психотерапия: Руководство по психотерапии. - Л.: Медицина, 1979. - С.297-301.
49. Навайтис Г. Основанная на опыте модель психологического консультирования семьи // Семья в психологической консультации. - М.: НПО МОДЭК, 1999. - С.39-49.
50. Навайтис Г. Психологические особенности распада супружеских отношений // Человек после развода / Под ред. Н.Я. Соловьева. - Вильнюс, 1985. - С.72-75.
51. Навайтис Г. Семья в психологической консультации. - М.: НПО МОДЭК, 1999. - 224 с.
52. Напье О. Близость. Дистанция: [Отрывок из книги "Хрупкий союз. На пути к равному, доверительному и прочному браку"] // Семья и школа. - 1996. - № 3. - С.28-29.
53. Новикова Е.В. О некоторых характеристиках общения между супругами // Семья и формирование личности / Под ред. А.А. Бодалева. - М.: АПН СССР, 1981. - С.45-59.

54. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. - Киев: Лыбидь, 1990. - 191 с.
55. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Диагностика супружеских затруднений // Психологический журнал. - Т. 3. - 1982. - № 2. - С. 147-151.
56. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости // Вопросы психологии. - 1981. - № 6. - С. 98-101.
57. Обозова А.Н. Психологические проблемы службы семьи и брака // Вопросы психологии. - 1984. - № 3. - С.104-110.
58. Олейник Ю.Н. Исследование уровней совместимости в молодой семье // Психологический журнал. - 1986. - № 2. - С.59-67.
59. Осипова А.А. Психокоррекция детско-родительских и семейных отношений // Общая психокоррекция: Учеб. пособие. - М.: Сфера, 2000. - С.439-484.
60. Раппопорт С.С. Послеразводная ситуация в восприятии разведенных // Человек после развода / Под ред. Н.Я. Соловьева. - Вильнюс, 1985. - С.135-148.
61. Рахматшаева В. По ту сторону одиночества: О психотехнике семейной жизни // Семья и школа. - 1995. - № 3. - С.12-14.
62. Розин М.В. Представления о родителях и семейных конфликтах в неформальной подростковой субкультуре // Психология конфликта: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. - СПб.: Питер, 2001. - С.349-364.
63. Сапоровская М.В. Детско-родительские отношения и совладающее (копинг) поведение ребенка // Психология инновационного управления социальными группами и организациями: Мат-лы межд. конгр. / Отв. ред. А.В. Брушлинский и др. - М.; Кострома, 2001. - С.355-358.
64. Сапоровская М.В. Родители и дети: к вопросу о детерминантах детско-родительских отношений: Сборник научных трудов / Сост. В.А. Соловьёва. - Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2001. - Вып 1. - С.102-120.
65. Сатир В. Как строить себя и свою семью: Пер. с англ. - М.: Педагогика-Пресс, 1992. - 192 с.
66. Сатир В. Психотерапия семьи. - СПб.: Ювента, 1999. - 284 с.
67. Семья в психологической консультации / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. - М.: Медицина, 1989.
68. Сермягина О.С. Эмоциональные отношения в семье. - Кишинев: Штиинца, 1991. - 86 с.
69. Смехов В.А. Опыт психологической диагностики и коррекции конфликтного общения в семье // Вопросы психологии. - 1985. - №4. - С.81-92.
70. Смирнова Е.О., Быкова М.В. Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения. // Вопросы психологии. - 2000. - № 3. - С.3-14.

71. Соколова Е.Т. Модификации теста Роршаха для диагностики нарушений семейного общения // Вопросы психологии. - 1985. - № 4. - С. 145-150.
72. Стабильность семьи как социальная проблема / Под ред. З.А. Янковой. - М., 1978. - С.129-135.
73. Станкунене В. К современной модели семьи в Литве (признаки, факторы, установки) // СОЦИС. - 2004. - №5. - С.54-65.
74. Столин В.В. Семья как объект психологической диагностики и неврачебной терапии // Семья и формирование личности. - М.: НИИ общей педагогики АПН СССР, 1981. - С.27-38.
75. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. - М.: Финансы и статистика, 1983. - 175 с.
76. Сысенко В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия. - М., 1981. - 210 с.
77. Терехин В.А., Криченко Е.В. Психологические аспекты качества семейно-брачных отношений // РЭГ. - 2000. - №12 (42).
78. Титаренко В.Я. Семья и формирование личности. - М., 1987.
79. Трапезникова Т.М. Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. - СПб.: Питер, 2000. - С.486-497.
80. Трапезникова Т.М. Психологические аспекты семейных отношений // Вестник СПб. ун-та. Философия. Политология. Социология. Психология. Право. - 1992. - Вып.2 (№13). - С.106-111.
81. Федотова Н.Ф. Ролевые ожидания мужа и жены, их регулятивное воздействие на развитие супружеских отношений // Семья и личность (психолого-педагогические, социальные и психологические проблемы): Тезисы докладов всесоюзной конф.; г. Гродно. - М., 1981. - С.100-101.
82. Фигдор Г. Между иллюзией "развода" и ответственностью за вину: Пер. с нем.//Психологический журнал. - 1998. - Т.19, № 5. - С.88-96.
83. Фридман И. Опора, но гибкая: [О проблеме общения взрослого и ребенка] // Семья и школа. - 1996. - № 6. - С.9-11.
84. Харчев А.Г., Мацковский М.Г. Современная семья и её проблемы. - М., 1982. - 217 с.
85. Хоментаскас Г.Т. Использование детского рисунка для исследования внутрисемейных отношений // Вопросы психологии. - 1986. - № 1. - С.165-170.
86. Хорни К. Конфликты материнства // Психология конфликта: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. - СПб.: Питер, 2001. - С. 105-113.
87. Хрестоматия по этике и психологии семейной жизни / Сост. И.В. Гребенников, Л. В. Ковинько. - М., 1986.



88. Шавлов А. В. Факторы удовлетворенности браком в семье кадрового военного в России: Дис. ... к.соц.н. - М., 1995. - 200 с.
89. Шапиро А.З. Психолого-гуманистические проблемы позитивности-негативности внутрисемейных взаимоотношений // Вопросы психологии. - 1994. - № 4. - С.45-56.
90. Шмелев А.Г. Острые углы семейного круга. - М., 1986.
91. Шуман С.Г., Шуман В.П. Семейные конфликты: причины, пути устранения. - Брест., 1994.
92. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии: Методическое пособие. - М.: Фолиум, 1996. - 48 с.
93. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. - Л.: Медицина, 1990. - 192 с.
94. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. - СПб.: Питер, 2001. - 656 с.

## Глоссарий

**Абьюз** – сексуальное или физическое насилие ребенка со стороны близкого родственника.

**Аверсия сексуальная** – отрицательное отношение к сексуальному партнеру.

**Аддикция** – неконтролируемое влечение, азартное поведение, зависимость от какого-либо вещества или определенного вида деятельности.

**Алекситимия** – неспособность осознавать и описывать эмоции, различать чувства и ощущения, проявлять эмпатию.

**Акселерация (от лат. – ускорение)** – ускорение роста и полового созревания детей и подростков по сравнению с предшествующими поколениями. Наблюдается со второй половины 19 века.

**Альтруизм** – элемент культуры личности и культуры человеческих отношений, выступающий в качестве нравственного принципа. Альтруизм заключается в бескорыстном служении другим людям, готовности жертвовать для блага другого человека своими личными интересами; противоположен эгоизму.

**Ангедония** - неспособность испытывать обычные удовольствия.

**Аноргазмия** - отсутствие у женщины оргазма при сношении.

**Аффилиация (контакт, общение)** – социальное взаимодействие, имеющее повседневный и в то же время фундаментальный характер, заключается в общении с другими людьми (в том числе незнакомыми или малознакомыми) и такое его поддержание, которое приносит удовлетворение, увлекает и обогащает обе стороны.

**Брак** – исторически меняющаяся социальная форма отношений между мужчиной и женщиной, посредством которой общество упорядочивает и санкционирует их половую жизнь и устанавливает их супружеские и родительские права и обязанности.

**Бракосочетание** – официальное заключение супружеских отношений.

**Взросление** – переход индивида из детского во взрослое состояние, характеризующийся специфическими биологическими, социальными и психологическими процессами.

**Взросление биологическое** – совокупность индивидуальных изменений, которые наиболее очевидно выражаются в физическом развитии, половом и психосексуальном созревании юноши и девушки.

**Взросление психологическое** – совокупность индивидуальных процессов, связанных с переживанием соматических изменений, необходимостью адаптации к ним и совладанием, а также социальными реакциями на взросление.

**Взросление социальное** – процесс приобретения молодым человеком определенного социального статуса, связан с воспитанием, получением образования, профессии, социализацией личности, достижением гражданской зрелости.

**Воспитание** – процесс становления, обогащения и совершенствования субъективно-личностного и духовного мира человека. Воспитание всегда представляет собой культивирование в индивиде человеческих качеств, усвоение нравственной, научно-познавательной и художественной культуры, что ориентирует личность на безусловные ценности добра, истины и красоты.

**Гражданский брак** – совместное жительство женщины и мужчины без официального оформления, на основе совместной договоренности, оформляемой по желанию этих граждан, в т.ч. путем заключения совместного договора, который может фиксироваться нотариусом.

**Гендер (от лат. «род»)** – обозначение пола как социального понятия и явления; вся совокупность свойств, отличающих мужчину от женщины. В гносеологическом плане «гендер» - от греческого «генос» - происхождение, материальный носитель наследственности, рождающийся. Соответствует русскому понятию «род».

**Демографическая политика** – целенаправленная деятельность государственных органов и иных социальных институтов в сфере регулирования процессов воспроизводства населения.

**Депривация** – лишение, недостаточность; материнская депривация – отсутствие или недостаточность материнского ухода; эмоциональная депривация – недостаточность эмоций, эмоциональных связей, адресованных субъекту.

**Дети-сироты** – лица в возрасте до 18 лет, у которых умерли родители.

**Детность семьи** – размер семьи по числу рожденных и выращенных детей. В настоящее время актуальны научные исследования установок супругов на число детей, которое они считают идеальным (идеальная детность семьи), хотели бы иметь (желаемая детность семьи), намереваются иметь (ожидаемая или планируемая детность семьи).

**Дисгамия** – дисгармония сексуальных отношений; различные половых нарушения, вызванные неудачным подбором партнера по физическим или психологическим параметрам.

**Диспарейния** - болезненный или затрудненный коитус, у женщин чаще психогенного происхождения.

**Дистимия** – невротическая депрессия: хроническая раздражительная подавленность со снижением влечений и вялостью.

**Дисфория** – взрывоопасное ворчливо-злое настроение.

**Жестокое обращение в семье** – социальная и социально-

психологическая проблема, при которой чье-либо имущество, здоровье или жизнь находятся под угрозой, или им наносится вред в результате сознательного поведения другого члена семьи. Жестокое обращение в семье имеет глубокие социально-психологические последствия для нормального становления и развития личности ребенка.

**Жизненный сценарий** – это постоянно развертывающийся жизненный план, который формируется еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей.

**Идентичность или стабильность семьи** – содержание ценностей, устремлений, экспектаций, тревог и проблем адаптации, разделяемых членами семьи или взаимодополняемых ими в процессе выполнения семейных ролей.

**Комплементарность** – взаимное дополнение несхожих между собой супругов, при котором они удовлетворяют невротические потребности друг друга.

**Компульсивность** – непреодолимое побуждение к неразумному действию.

**Конверсионное расстройство** – символическое выражение бессознательного конфликта двигательными и чувствительными дисфункциями.

**Контрперенос** – перенос на пациента чувств, испытываемых психотерапевтом к другому человеку.

**Копинг-механизмы** – осознанное изменение своего поведения с целью справиться с конфликтной ситуацией.

**Конфликт** – столкновение противоположно направленных интересов, целей, желаний и позиций взаимодействующих субъектов.

**Кризисы возрастные** – особые, относительно непродолжительные (до года) периоды, характеризующиеся резкими психологическими изменениями. Кризисы являются нормальным процессом, необходимым для становления личности. Кризисы могут возникать при переходе от одной возрастной ступени к другой.

**Маскулинность и феминность** – нормативные представления о соматических, психических и поведенческих свойствах, характерных для мужчин и женщин; элемент полового символизма, связанный с дифференциацией половых ролей.

**Нарушения структуры семьи** – такие особенности, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций.

**Неполная семья** – семья, в которой только один родитель (отец или мать).

**Нуклеарная семья** – отдельно живущая (без родителей и родственников) супружеская пара с детьми или без детей.

**Обучение** – процесс целенаправленной передачи социального опыта; организация целевого формирования знаний, умений, навыков.

**Планирование семьи** – научно обоснованное внутрисемейное регулирование деторождения, позволяющее не только достигнуть желаемого числа детей в семье и сохранить их, но и выбирать время деторождения с учетом возраста родителей и социально-экономических условий, регулировать интервалы между рождениями, избежать нежелательной беременности. Способствует снижению младенческой смертности, укреплению здоровья матери и ребенка, уменьшению частоты вторичного бесплодия.

**Пол** – а) биологический – совокупность контрастирующих генеративных признаков особей одного вида; б) социальный – комплекс соматических, репродуктивных, социокультурных и поведенческих характеристик, обеспечивающих индивиду личный, социальный и правовой статус мужчины и женщины.

**Половая зависимость** – преувеличенный настрой на определенного человека, как на единственного партнера, способного принести сексуальное удовлетворение.

**Половая роль** – специфический набор требований, ожиданий, прав и обязанностей, предъявляемый обществом к лицу определенного пола.

**Половая социализация** – процесс вхождения человека в систему культурных норм поведения и взаимоотношения мужчин и женщин.

**Половое воспитание** – система планируемых, обеспеченных средствами, методами и исполнителями мер формирования личности мужчины (мальчика) и женщины (девочки).

**Психологическое здоровье** – интегральный показатель функционирования современной семьи, отражающий качественную сторону протекающих в ней социальных и психолого-педагогических процессов.

**Расширенная семья** – семейный клан, включающий несколько семей, связанных кровным родством по крайней мере в трех поколениях.

**Расшатывание семейной системы** – изменение иерархической организации семьи путем создания коалиции терапевта с одним или несколькими ее членами.

**Репродуктивное здоровье молодежи** – в широком смысле слова включает гармоничность и сбалансированность полового, физического, психосексуального, психосоциального развития, соматического и психического здоровья индивида.

**Репродуктивный потенциал молодежи** – уровень психического и физического состояния молодежи, который позволяет при достижении социальной зрелости воспроизводить здоровое потомство.

**Рефрейминг** – позитивное переформулирование, нахождение в симптоме, проблеме положительного смысла, который можно использовать с терапевтической целью.

**Роль** – социальная функция личности, соответствующая принятым нормам, способ поведения людей в зависимости от их статуса, или позиции в обществе, в системе межличностных отношений.

**Свингерство** – обмен брачными партнерами.

**Семейная десоциализация** – невыполнение семьей функции социализации, т.е. приспособления ее членов к условиям общественной жизни, выполнению социальных норм, занятию определенного места в общественной системе. При определенных обстоятельствах способствующая или не противодействующая преступному поведению.

**Семейные постулаты** - суждения членов семьи о своей семье (т.е. о себе и о других членах семьи, об отдельных сценах в жизни семьи и о семье в целом), которые представляются им очевидными и которыми они руководствуются (осознанно или неосознанно) в своем поведении.

**Семейная конфликтность** – состояние семейных отношений, характеризующееся наличием глубокого конфликта или многих воспроизводящихся конфликтов, которое при определенных обстоятельствах может способствовать преступному поведению кого-либо из членов семьи.

**Семья** – социальная группа, взаимоотношения в которой построены на кровном родстве, супружестве, родительстве, сожительстве либо взаимной привязанности, члены которой ведут совместное хозяйство, оказывают друг другу поддержку, связаны между собой моральными и духовными узами.

**Семья приемная** – форма устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, на основании договора о передаче ребенка (детей) на воспитание в полную семью.

**Смешанная семья** – нуклеарная семья, включающая свекровь и зятя, мачеху или отчима, пасынка или падчерицу, а также приемных детей.

**Созависимость** – слитные, симбиотические взаимоотношения с аддиктом, при которых чрезмерная эмоциональная близость приводит к стиранию межличностных границ и утрате идентичности.

**Скульптура семьи** – техника, позволяющая участникам понять семейный опыт на языке тела.

**Субсистемы (холоны)** – относительно самостоятельные единицы внутри семьи: прародители, супруги, мать и ребенок, дети.

**Структура семьи** – состав семьи и число ее членов, а также совокупность их взаимоотношений.

**Психосексуальное развитие человека** – это процесс овладения им энергией собственных влечений. Движение к эмоциональной зрелости и обретению как психологической автономии, так и способности к эмоционально-близким контактам с другими людьми.

**Полоролевые системы** – это культурные ожидания относительно социальных ролей, социальных деятельностей, подходящих для мужчин и женщин.

**Половая роль** – некоторая система предписаний, модель поведения, которую должен усвоить и которой должен соответствовать индивид, чтобы его признали мужчиной или женщиной.

**Половая идентичность** – единство поведения и самосознания индивида, причисляющего себя к определенному полу и ориентирующегося на требования соответствующей половой роли.

**Фемининный** - свойственный женщине.

**Фетишизм** – защитное смещение либидо на предмет, ассоциирующийся с женским телом или его частью.

**Фокусирование** – сосредоточение на одной из сфер деятельности с целью ее исследования и оптимизации.

**Формирование реакции** – защитная замена неприемлемых мыслей и чувств на диаметрально противоположные.

**Фрикции** - возвратно-поступательные движения полового члена во влагалище.

**Фроттеризм** – импульсивное побуждение скрытно прикасаться к посторонним женщинам для сексуального удовлетворения.

**Фрустрация** – психологическое напряжение при вынужденном отказе от удовлетворения значимой потребности.

**Функции семьи** – жизнедеятельность семьи, непосредственно связанная с удовлетворением определенных потребностей ее членов.

**Эдипова фаза** – в возрасте 3-5 лет ребенок преодолевает бессознательное влечение к родителю противоположного пола и идентифицирует себя с образом родителя своего пола.

**Эксгибиционизм** – удовлетворение сексуальной потребности путем неожиданного обнажения гениталий перед женщиной (чаще – перед девушкой или девочкой).

**Эмоциональная лабильность** – неустойчивость, легкая изменчивость, поверхностность эмоциональных проявлений.

**Эмпатия** – сочувственное понимание внутреннего состояния другого человека.

**Элементарная семья** – состоящая из трех членов: муж, жена, ребенок.

*Учебное издание*

**Мандель Борис Рувимович**

## **ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ**

*Учебное пособие*

Подписано в печать 17.02.2015.

Электронное издание для распространения через Интернет.

ООО «ФЛИНТА», 117342, г. Москва, ул. Бутлерова, д. 17-Б, комн. 324.

Тел./факс: (495) 334-82-65; тел. (495) 336-03-11.

E-mail: [flinta@mail.ru](mailto:flinta@mail.ru); WebSite: [www.flinta.ru](http://www.flinta.ru)