

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический университет
имени И. П. Шамякина»

ПСИХОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ

МГПУ им. И. П. Шамякина

Мозырь
МГПУ им. И. П. Шамякина
2016

УДК 159.9:316.356.2(076.6)

ББК 88.576я73

П86

Составитель

И. Д. Стельченко, старший преподаватель кафедры
практической психологии и дефектологии УО МГПУ им. И. П. Шамякина

Рецензенты:

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и
педагогике

УО «Белорусский государственный университет культуры и искусств»

А. М. Счастливая;

кандидат психологических наук, доцент

ООО «Образовательно-консультационный центр «Позитивная жизнь»

М. А. Дыгун;

педагог-психолог высшей категории

ГУО «Гимназия им. Я. Купалы»

Р. М. Миневич

Психология современной семьи / сост. И. Д. Стельченко. П86
– Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2016. – 67 с.
ISBN 978-985-477-571-5.

В справочном издании по психологии современной семьи в доступной форме излагаются основные закономерности развития семьи, специфика отдельных этапов ее существования, структурно-динамические и функционально-типологические компоненты. Освещаются наиболее известные концепции как зарубежных, так и отечественных исследователей в данной области.

Издание предназначено для студентов, преподавателей психологии, а также других специалистов в области человекознания.

УДК 159.9:316.356.2(076.6)
ББК 88.576я73

ISBN 978-985-477-571-5

© Стельченко И. Д., составление, 2016
© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2016

Справочное издание

ПСИХОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ

Составитель

Стельченко Ирина Дмитриевна

Корректор *Л. В. Журавская* Оригинал-макет
Л. И. Фецула

Подписано в печать 04.04.2016. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 3,9. Уч.-изд. л. 3,18. Тираж
119 экз. Заказ 13.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический
университет имени И. П. Шамякина».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий N 1/306 от 22 апреля 2014 г.

Ул. Студенческая, 28, 247760, Мозырь, Гомельская обл.
Тел. (0236) 32-46-29

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Предисловие | 6 |
| I. Феноменология семьи и брака | 7 |
| Психология современной семьи как научная дисциплина | 7 |
| Понятия «семья», «брак» | 7 |
| Формы семьи и брака | 9 |
| Особенности брачно-семейных отношений в к. XX – нач. XXI в. | 9 |
| II. Функции и структура современной семьи | 11 |
| Функции семьи | 11 |
| Понятие о структуре семьи | 12 |
| Особенности структуры современной семьи | 13 |
| III. Жизненный цикл развития семьи | 14 |
| Понятие «жизненного цикла семьи» | 14 |
| Стадии жизненного цикла семьи. Этапы и задачи развития на протяжении жизненного цикла семьи | 15 |
| Переходные состояния в ходе жизненного цикла семьи. Кризисы семьи | 16 |
| IV. Семья как система | 18 |
| Семья как целостное образование | 18 |
| Общая характеристика механизмов семейной системы | 18 |
| Нарушения функционирования семейных систем | 20 |
| V. Зарубежные теории семьи | 22 |
| Психодинамические теории семьи | 22 |
| Бихевиористический подход к семье (Б. Скиннер, А. Бандура, Д. Роттер и др.). | 22 |

| | |
|--|-----------|
| Теория семейных систем | 23 |
| Структурная теория семьи Е. Минухина | 25 |
| Гуманистическая теория семьи | 26 |
| VI. Психология гендерных различий | 27 |
| Категория пола в психологии. Формирование психологического пола | 27 |
| Гендерные различия между мужчинами и женщинами..... | 27 |
| Половая идентичность и усвоение половых ролей | 28 |
| VII. Психология любви..... | 31 |
| Любовь как психологический феномен. Теории любви | 31 |
| Типы любви | 32 |
| Структура и содержание любовных переживаний | 33 |
| Генезис и развитие любви | 34 |
| Личностная предрасположенность к сильным и глубоким любовным переживаниям | 35 |
| VIII. Психологические основы выбора партнера | 36 |
| Теории выбора брачного партнера | 36 |
| Критерии выбора брачного партнера | 37 |
| Психологические мотивы вступления в брак | 38 |
| IX. Супружеская совместимость | 40 |
| Понятие супружеской совместимости | 40 |
| Модели супружеской совместимости | 40 |
| Факторы, влияющие на качество брака | 41 |
| Уровни совместимости супругов | 42 |
| X. Супружеские дисгармонии | 43 |
| Понятие и виды супружеских конфликтов | 43 |

| | |
|--|-----------|
| Причины супружеских конфликтов | 44 |
| Формы конфликтного поведения супругов | 45 |
| Разрешение супружеских конфликтов | 46 |
| Ревность | 47 |
| Психология измены..... | 48 |
| XI. Психология развода | 49 |
| Понятие развода | 49 |
| Стадии разводного процесса | 49 |
| Влияние развода и его последствие на детей. Влияние развода на супругов | 50 |
| XII. Повторный брак | 52 |
| Мотивы и типы повторных браков | 52 |
| Психологические особенности повторных браков | 52 |
| Проблемы, возникающие у супругов в повторных браках | 54 |
| XIII. Социально-психологическая помощь семье | 57 |
| Задачи и направления психологической помощи современной семье | 57 |
| Психолого-педагогическая работа с родителями | 58 |
| Методы диагностики семейных и детско-родительских отношений | 58 |
| Дополнительные материалы к практическим занятиям | 60 |
| Специфика семейных конфликтов | 60 |
| Супружеские конфликты | 61 |
| Признаки дисфункциональной семьи | 63 |
| Признаки функциональной семьи | 64 |
| Литература | 65 |
| Алфавитный указатель | 66 |

ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящее время семья представляет собой динамичное образование. На данном этапе она в гораздо меньшей степени стабилизируется внешними социальными факторами, чем в предыдущие социально-исторические периоды. Возрастает значимость взаимной эмоциональной удовлетворенности в семье качеством общения, совместно проведенным временем. Усиливается роль так называемой «психотерапевтической» функции брака. Знание общих закономерностей развития семейной системы, специфики каждого этапа позволяют оптимизировать профессиональную деятельность педагога.

Цель справочного пособия по дисциплине «Психология современной семьи» – помочь студентам в освоении теории и практики работы с детьми и взрослыми с учетом закономерностей и динамики развития семьи.

В справочном пособии содержится:

- характеристика семьи как системы;
- структурно-динамические и функционально-типологические компоненты семьи;
- общие и возрастные параметры психосоциального развития личности в семье;
- композиционное строение психологии супружеских и детскородительских отношений и др.

Адресуется студентам педагогических специальностей вузов, а также может использоваться учащимися педагогических колледжей, слушателями курсов переподготовки и повышения квалификации.

I. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СЕМЬИ И БРАКА

1. Психология современной семьи как научная дисциплина

Психология современной семьи – относительно молодая отрасль психологического знания, имеющая более короткую историю. Молодость и трудность научной проблематики дисциплины обусловлена:

- отношением к проблемам психологии семьи как к некоей «ненаучной» или «донаучной» области;
- процессам, происходящим в семье, нередко приписывается мистический характер;
- кажущейся легкостью предмета, доступностью и понятностью;
- жесткими этическими принципами (конфиденциальность, анонимность, уважение к частной жизни человека) исследования семьи;
- заимствованием зарубежных методик и техник в изучении отечественной семьи; западной традицией описания патологических явлений в семье, забвением исторических и кросс-культурных различий в изучении семьи и работе с ней и др.

Начиная с конца 60-х – нач. 70-х гг. XX века, брак и семья стали предметом специального исследования психологии. Вместе с тем, целостное интегрированное изложение курса в отечественной психологии недостаточно представлено, слабо методически обеспечено. Это можно объяснить тем, что экспериментальные методы в изучении семьи трудно применимы, личный опыт неубедителен, опросные методы недостоверны. Тем не менее, проблемы семьи изначально привлекали внимание специалистов в связи с задачами профилактики нервных и психических заболеваний или в связи с проблемами семейного воспитания. Последние годы в практической психологии развивается направление – семейное консультирование по проблемам супружеских отношений и коррекция детско-родительских отношений.

2. Понятия «семья», «брак»

Семью, её происхождение, сущность изучают многие науки: социология, психология, педагогика, демография, право, этика, политология, история и другие. Любое определение семьи, с точки зрения

какой-либо науки, будет неполным. По существу, семья представляет систему отношений между мужем и женой, родителями и детьми, основанную на браке или кровном родстве и имеющую исторически определённую организацию.

Семья – малая социально-психологическая группа, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения. Следовательно, семья – это многоаспектное образование, в котором явствуют четыре характеристики: малая группа, супружеский союз, многосторонние отношения супругов с родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство, форма организации личного быта.

Основные *психологические особенности семьи*:

- наличие ряда общесемейных целей, которые могут изменяться в процессе развития семьи;
- частичное различие в интересах и установках членов семьи;
- наличие супружеской пары, взаимоотношения в которой в значительной мере определяют характер взаимодействия в семье;
- включенность в семью представителей разных поколений;
- семья не связана совместной деятельностью, как совместная деятельность других групп;
- многосторонность и значимость семейных отношений и их взаимосвязь;
- особая открытость и уязвимость членов семьи.

Брак – это исторически сложившиеся разнообразные механизмы социального регулирования (религия, право, мораль) сексуальных отношений между партнёрами. Т. е. брак определяется как комплекс духовно-этических и эмоционально-сексуальных санкционированных обществом отношений между мужчиной и женщиной.

Понятие «брак» не следует отождествлять с понятием «семья». Следует иметь в виду, что брак и семья возникли в различные исторические периоды; семья представляет собой более сложную систему

отношений, объединяя не только супругов, но и детей, а также других родственников.

На взаимоотношения в семье оказывают влияние *внешние* (совокупность материальных и духовных условий, существующих в каждом обществе) и *внутренние факторы* (интеллектуальные, характерологические и социально-психологические особенности партнеров). Особую значимость в развитии семейных отношений приобретают стратегии семейных партнеров: внутренний контроль / внешний контроль; – эгоизм / социоцентризм; ориентация на общественные нормы / ориентация на себя; принятие противоречий / их неприятие; чувство собственного достоинства – / неверие в себя.

3. Формы семьи и брака

В современных условиях семью характеризует:

1. По *социально-классовому признаку*: семья рабочего (фермера, кооператора, арендатора), представителя интеллектуального труда.
2. По *типу поселения, географическому признаку*: городская, сельская.
3. По *национальному признаку*: однонациональная, многонациональная.
4. По *времени существования*: семья молодоженов, молодая семья, семья, ждущая ребенка, семья среднего супружеского возраста, семья старшего супружеского возраста, пожилая супружеская семья.
5. По *количеству детей*: бездетные семьи (инфертильные), одноплетные, малодетные семьи, многодетные семьи.
6. По критерию *«психологическое здоровье семьи»*: благополучные семьи, неблагополучные семьи.
7. По *однородности социального состава*: социально-гомогенная, гетерогенная.
8. По *социально-ролевым признакам*: традиционная, детоцентрическая, супружеская.
9. *Нетипичные семьи*: встречающаяся семья (проживание супругов на отдельной территории), незарегистрированный брак, открытая семья (гласно или негласно супруги допускают интимные связи вне брака), мусульманская семья (многоженство, узаконенное религией), гомосексуальная семья (в брак вступают лица одного пола) и др.

4. Особенности брачно-семейных отношений в конце XX – начале XXI века

В последнее время увеличилось число малых семей, состоящих из двух человек (неполные и материнские семьи). В неполных семьях, возникших в результате развода или смерти одного из супругов, один из супругов воспитывает ребёнка. Материнская семья отличается от неполной тем, что мать не состояла в браке с отцом своего ребёнка.

Происходит переосмысление значимости сексуальности: возрастание её ценности и значимости для личности. Секс – источник удовольствия, сексуальная привлекательность – ценное личное качество. Это проявляется в изменениях сексуального поведения: – оно всё более выходит за пределы брака;

– приобретает в равной мере существенное значение как для мужчин, так и для женщин.

В связи с этим получает массовое распространение практика добрачного сексуального поведения молодёжи.

Брак перестаёт рассматриваться как единственно возможный способ проживания жизни. Многими заключение брака отодвигается на более поздний срок. Возраст партнёров, вступающих в брак, увеличивается.

Изменяется система ценностей в области полоролевого поведения. Наблюдается ослабление общественных норм, предписывающих вступление в брак, сохранение брака, ограничение интимных отношений рамками брака и разделение ролей на сугубо мужские и сугубо женские. Это касается не только добрачного или внебрачного секса, но и сексуальной ориентации. Широкое распространение получает добрачное сожительство среди молодёжи (т. наз. гражданский брак).

Психологи данный брак называют промежуточным, подчёркивая, что в любой момент он может принять окончательную форму: партнёры либо прекращают отношения, либо брак регистрируется (часто в результате беременности). Данный брак не предполагает построения долгосрочных планов.

Исчезли жёсткие критерии для оценивания поведения мужчин и женщин как «порядочного – беспорядочного». Проблема нахождения критериев для оценки нравственности поведения человека в личной жизни является чрезвычайно актуальной. Существовавшие ранее жёсткие нормы

создавали ограничения для оценивания своего сексуального поведения и поведения других людей. Отсутствие таких норм в современном обществе ставит перед молодыми людьми трудную задачу выработки своих собственных критериев в период, когда их собственное эго ещё не является зрелым, а сексуальное поведение сформировано и когда старые нормы не могут служить подходящей основой.

МГПУ им. И.П.Шамякина

II Функции и структура современной семьи

1. Функции семьи

Функция – это жизнедеятельность семьи, связанная с удовлетворением определенных потребностей ее членов. Функции семьи можно рассматривать как социальные и индивидуальные. Общество оказывает влияние на семью, в свою очередь, семья оказывает воздействие на общество.

Принято выделять следующие функции семьи: 1) репродуктивная; 2) экономическая; 3) воспитательная; 4) коммуникативная; 5) хозяйственнобытовая, социально-статусная; 6) эмоциональная, сексуальная, сфера первичного социального контроля, сфера духовного общения (И.В. Гребенников, 1991, М.С. Мацковский, 1989).

Все многообразие функций можно разделить на супружеские и родительские.

Иногда выделяют специфические и неспецифические функции семьи. *Специфические* вытекают из сущности семьи и отражают ее особенности как социального явления, а *неспецифические* – те, к выполнению которых семью принуждают определенные исторические обстоятельства (накопление и передача собственности, организация производства и потребления, создание микроклимата и др.).

Особенностью функций является их *комплексность* – удовлетворение потребностей семьи через взаимодействие родственников.

Функции семьи не остаются неизменными: в зависимости от социальных условий происходят изменения в их содержании и значимости. Так, например, качественно изменилась функция первичного социального контроля, повысился уровень терпимости к рождаемости внебрачных детей, супружеским изменам и т. д.

Нарушения функций семьи – это такие особенности ее жизнедеятельности, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций.

Выделяют два типа семей: нормально функционирующие и дисфункциональные семьи.

Дисфункциональная семья – это семья, в которой выполнение функций нарушено, в силу чего в супружеской, родительской,

материально-бытовой и других сферах жизнедеятельности не достигаются цели членов семьи и общества в целом

Среди субъективных факторов, негативно отражающихся на реализации семьей важнейших функций, можно выделить: личностные особенности членов семьи, особые условия семейной жизни, характер отношений между членами семьи, уровень сплоченности и взаимопонимания.

Мотивы вступления в брак в дисфункциональных семьях: бегство от родителей, долженствование, одиночество, следование традиции, любовь, престиж, поиск материальных благ, месть.

2. Понятие о структуре семьи

Структура семьи – это состав семьи и число ее членов, а также совокупность их взаимоотношений.

В понятие «структура семьи» входят: состав семьи, системы разных уровней (семья как система, супружеская, родительская, детская, подсистемы), основные параметры семьи (иерархия, гибкость, границы, ролевая структура семьи, наборы правил, определяющих взаимодействие в семье).

Существует множество вариантов *состава семьи* или структуры семьи: нуклеарная семья (супруги и дети), пополненная (присутствуют представители старшего поколения), смешанная (включает в себя неродных родителей и неродных детей), семья родителя-одиночки. Структура семьи различается в зависимости от того, как в ней распределены основные обязанности (традиционная, коллективистская).

Динамика семьи тесно связана с ее жизненными циклами. *Супружеская подсистема* образуется с заключением брака, начинается процесс ее отделения; *подсистема родителей* возникает из супружеской пары в связи с рождением ребенка. *Детская подсистема* позволяет изучать взаимоотношения сверстников, воспитывать способность к согласованию и приспособлению.

Термин «*граница*» используется для описания взаимоотношений между семьей и социальным окружением, а также между различными подсистемами внутри семьи. *Внешние границы* – это границы между семьей и социальным окружением (члены семьи ведут себя по-разному

друг с другом и другими людьми). *Внутренние границы* создаются посредством разницы в поведении членов различных подсистем.

В рамках одной и той же семьи встречаются три типа границ: *четкие, ригидные (жесткие) и диффузные (размытые)*. Если внешние границы жесткие, то обмен между семьей и окружением мал, наступает застой в семье. Если наоборот, то у семьи мало связей между собой. Если внутренние границы жесткие, то родители заняты собственными проблемами, и, наоборот, родители теряют супружеские отношения и могут функционировать только в родительских ролях.

Для того, чтобы семейные функции успешно реализовывались в процессе взаимодействия, члены семьи должны выполнять определенные роли. Выделяют следующие *основные роли в семье*: 1) ответственный за материальное обеспечение семьи; 2) хозяйин-хозяйка; 3) роль воспитателя или ответственного по уходу за младенцем; 4) роль сексуального партнера; 5) организатор семейной субкультуры; 6) психотерапевтическая роль; 7) организатор развлечений; 8) ответственный за поддержание родственных связей.

Трансформация ролевых отношений в семье является важнейшей стороной современной перестройки брачно-семейных отношений. Изменяется роль отца как главы семьи на роль уравновешенного стабильного сильного друга жены и детей. Прогрессивная тенденция заключается в том, что вклад отцовства в воспитание детей связывают со стратегическим планированием, ролью эксперта. На роль матери оказывает влияние эмансипационная маскулинизация, заключающаяся в доминировании над мужем и детьми.

В структуру семьи входят наборы осознаваемых и неосознанных правил, которые определяют взаимодействие в семье. Чтобы механизм действовал, необходима система поддержания, которая состоит из двух частей: *иерархическая система* (авторитет родителей, который выше авторитета детей), *семейные комплементарные роли* (дополняющие друг друга). Иерархия и роли не всегда четко осознаются, но они должны быть взаимосвязанными и дополняющими друг друга, если этого нет, то семья перестает функционировать.

«*Границы поколений*» – различия между поколениями в близости и иерархии.

3. Особенности структуры современной семьи

Для структуры современной российской и белорусской семьи характерны *отличительные особенности*:

- сохранение патриархальной семьи;
- границы между подсистемами плохо структурированы и диффузны;
- отсутствие мужчин в нескольких поколениях семей, что ведет к затруднению полоролевой социализации у мальчиков, формированию неадекватных стереотипов и установок, перегрузке женщин;
- духовная и материально-бытовая зависимость поколений друг от друга;
- жесткая система принуждения и долженствования, когда человек вынужден забывать о своем «Я», желаниях и потребностях в угоду государству;
- разрушение прежней идеологии и отсутствие новой, позволившей бы личности обрести чувство принадлежности, защищенности, следствием чего явилась потребность в чудесах и иллюзиях, с одной стороны, и ни к чему не обязывающим контактам, – с другой.

III. ЖИЗНЕННЫЙ ЦИКЛ РАЗВИТИЯ СЕМЬИ

1. Понятие «жизненного цикла семьи»

Жизненный цикл развития семьи – это история жизни семьи, ее протяженность во времени, собственная динамика; жизнь семьи, отображающая повторность, регулярность семейных событий.

Э. Дюваль в 1950 г. подразделил жизненный цикл на восемь стадий, связанных с развитием: вовлечение, супружеская пара без детей, появление детей (до 2,5 лет), семья с детьми дошкольниками (старший ребенок до 6 лет), семья с детьми – младшими школьниками, семья с подростками, уход детей из семьи, средний возраст родителей, старение.

Э.К. Васильева (1975) предлагает периодизацию, в которой выделяет 5 стадий цикла:

- I – зарождение семьи, с момента заключения брака до рождения первого ребенка;

II – рождение и воспитание детей, эта стадия оканчивается с началом трудовой деятельности хотя бы одного ребенка;

III – окончание выполнения семьей воспитательной функции, это период с начала трудовой деятельности первого ребенка до того момента, когда на попечении родителей не останется ни одного из детей;

IV – дети живут с родителями и хотя бы один из них не имеет собственной семьи;

V – супруги живут одни или с детьми, имеющими собственные семьи.

В работе Ю.Е. Алешиной (1985) понятие «цикл развития семьи» было заменено более оперативными понятиями стажа брака и наличия – отсутствия детей в семье. Автор отмечает, что в ходе совместной жизни супругов в их отношениях, в восприятии ими друг друга и т.п. происходят изменения, имеющие закономерный, а не случайный характер. Выделено 5 групп по стажу брака: молодожены (стаж брака до 1 года); супруги, живущие вместе до 6 лет (с маленькими детьми или без них); супруги, стаж брака у которых колеблется в диапазоне от 6 до 12 лет (имеются дети не старше 9 лет); супруги, у которых стаж брака от 12 до 18 лет (имеются дети старшего и среднего школьного возраста); супруги, со стажем брака от 18 до 26 лет с детьми младше и старше 18 лет.

Для *жизненного цикла* развития российской и белорусской семьи характерны следующие *особенности*:

- отсутствие четких границ в детско-родительских отношениях;
- феномен группового давления на нового члена семьи (вмешательство родителей в дела молодых);
- возможность перерастания межличностного конфликта в межгрупповой.

2. Стадии жизненного цикла семьи. Этапы и задачи развития на протяжении жизненного цикла семьи

Можно рассмотреть типичные задачи и проблемы на разных стадиях жизненного цикла современной семьи.

Период добрачного ухаживания. Задачи: 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.

Проблемы: чрезмерное затягивание периода, либо стремление к преждевременному браку, финансово-экономические трудности.

Заключение брака и фаза без детей. Задачи: установление изменений в статусе, определение внешних и внутренних границ, приобретение опыта взаимодействия в решении вопросов организации повседневного быта, первичное согласование супружеских ролей, материальное обеспечение.

Проблемы: изменения в интенсивности чувств, психологическая и пространственная дистанция с прародительскими семьями, организация быта, распределение семейных ролей, финансовая поддержка, создание интимности во взаимоотношениях, построение карьеры, появление первого ребенка, количество детей в семье, бесплодие.

Молодая семья с маленькими детьми. Задачи: распределение ролей, связанных с отцовством и материнством, их согласование, материальное обеспечение, приспособление к физическим и психологическим нагрузкам, ограничение активности за пределами семьи.

Проблемы: незапланированный или нежеланный ребенок, рождение ребенка матерью как способ компенсации дефицита любви к самой себе, готовность к ролям отца и матери, сужение зоны общения жены в декретном отпуске, материальное обеспечение, проблема единства требований к ребенку, проблемы матерей-одиночек.

Семья со школьниками. Задачи: адаптация ребенка к школе, принятие школьных успехов и неудач ребенка, приучение к домашним обязанностям, совмещение занятий по интересам с учебной, построение карьеры родителей.

Проблемы: конфликты между родителями относительно результатов воспитания детей, отклонения в поведении ребенка, потеря авторитета родителей, несоответствие надежд родителей в отношении выросшего ребенка, проблемы родителей с собственными родителями.

Семья зрелого возраста, которую покидают дети.

Задачи: психологическое и социальное отделение детей от семьи, адаптация супругов к жизни без детей, установление детьми долговременных связей, женитьба, замужество.

Проблемы: кризис середины жизни супругов, проблемы профессионального роста, уход детей из дома, коммуникативный и

эмоциональный вакуум супругов, конфликты супругов, измены, разводы, интенсификация проблемного поведения супругов (пьянство, жестокость и др.), вынужденное проживание молодых с родителями.

Стареющая семья.

Задачи: приспособление к жизни на пенсии, возобновление супружеских отношений, новое содержание семейных функций.

Проблемы: пребывание супругов друг с другом, финансовый сдвиг, недостаток самореализации.

Последняя фаза жизненного цикла семьи.

Задачи: приспособление к жизни одному, поиск новых связей с семьей, вступление в новый брак

Проблемы: смерть одного из супругов, смена жизненного стиля вследствие совместной жизни с детьми, психологическая изоляция, компенсация на внуках недостатка эмоционального тепла от детей, дистанция, разрыв отношений с детьми супруга, вступившего в новый брак.

3. Переходные состояния в ходе жизненного цикла семьи.

Кризисы семьи

При переходе от одной стадии к другой семья переживает закономерные кризисы развития (нормативные). В основе кризиса лежат определенные закономерности развития внутрисемейных отношений.

Исследования показали, что в момент нормативного кризиса семья нередко возвращается к ранним моделям функционирования либо останавливается в своем развитии.

Большое значение исследователи придают следующим *переходным периодам*: первые дни после брака; через 2–3 месяца супружеской жизни; через полгода; после года; после рождения первого ребенка; в интервале 3–5 лет; после 7–8 лет супружества; после 12 лет; через 20–25 лет.

Тем не менее, все вышеуказанные периоды следует рассматривать условно, т.к. не все они переживаются супругами. Следует иметь в виду, что в развитии супружеских отношений присутствует только два нормативных кризиса. В эти периоды наиболее высок процент разводов.

Н.В. Самоукина (1998) выделяет 2 кризисных периода: при брачном стаже 5–7 и 13–18 лет, причем первый она связывает с изменением

восприятия образа партнера, а второй – с усталостью партнеров друг от друга.

Исследование Ю.Е. Алешиной (1987) свидетельствует о том, что большое влияние на происходящие в супружеских отношениях изменения оказывает рождение в семье первого ребенка и достижение младшим из детей возраста совершеннолетия. Причем у мужей с ростом стажа брака значение взаимного общения с супругой постепенно возрастает, тогда как роль различных характеристик восприятия личности жены, наоборот, падает. У женщин же со стажем брака от 12 до 18 лет значение взаимного проявления нежности резко возрастает.

Исследование О.С. Сермягиной (1991) показало, что в 70% случаев развод приходится на первые 5–6 лет совместной жизни, а в качестве причин назывались отсутствие интереса мужей к детям и общению с женой.

Избежать таких кризисов, как правило, нельзя, но сознательно управлять ими, их протеканием в интересах дальнейшего укрепления семьи, возможно и необходимо.

IV. СЕМЬЯ КАК СИСТЕМА

1. Семья как целостное образование

Семья – это открытая и развивающаяся система, жизнь которой подчиняется двум законам:

- закон гомеостаза (всякая система стремится к постоянству, стабильности);
- закон развития (всякая семейная система стремится пройти полный жизненный цикл).

Семейная система – это открытая система, так как она находится в постоянном взаимодействии с окружающей средой. Семейная система – это система самоорганизующаяся, т. е. поведение системы целесообразно, и источник преобразований находится внутри нее самой.

Семья – это естественная группа в которой возникают стереотипы взаимодействия, создающие структуру семьи, определяющие функционирование ее членов, очерчивающие диапазон их поведения и облегчающие взаимодействие между ними. Структура семьи необходима для выполнения задач семьи: поддерживать индивидуальность и создавать ощущение принадлежности к целому.

Как всякая система, семья стремится к равновесию, ради поддержания которой навязываются роли, запреты, появляются нереалистичные ожидания. Как правило, члены семьи знают, что дозволено, какие силы противодействуют нарушению правил, что представляет собой система контроля и насколько она эффективна. Семья как система выполняет свои функции с помощью определенных механизмов (роли, подсистемы, внешние и внутренние границы между ними, правила в семье, стереотипы взаимодействия, семейные мифы, истории, стабилизаторы).

2. Общая характеристика механизмов семейной системы

Структура семейных ролей. Структура ролей предписывает родственникам, что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, вступая друг с другом в отношения.

В нормально функционирующих семьях структура ролей целостная, динамичная и позволяет использовать альтернативные варианты. Под

патологизирующими семейными ролями понимают такие, которые в силу своей формы и содержания оказывают психотравмирующее воздействие на членов семьи (Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис, 2008).

Нормы – это определенные правила, которые выработаны группой, приняты ею и которым должно подчиняться поведение ее членов, чтобы их совместная деятельность была возможна. *Санкция* – реакция на выполнение или невыполнение роли.

Выделяют роли *конвенциональные* (определенные правом, моралью, традицией для любого человека) и *межличностные* (детерминированные особенностями личности членов семьи, условиями, в которых живет семья).

Требования, предъявляемые к системе ролей:

- цельность;
- удовлетворение потребности в уважении, признании, симпатии (роль мужа – материальное обеспечение жены, право на любовь, привязанность, удовлетворение сексуальных потребностей);
- соответствие роли возможностям члена семьи (ребенок, выполняющий роль родителя);
- система должна удовлетворять потребности других членов семьи (отдых одного за счет труда других, эмоциональная разрядка путем «вытеснения на другом»).

Каждый член семьи ведет себя в соответствии с определенной системой ролей, может играть их несколько. Роли могут ограничивать человека, или способствовать его личностному росту.

В семье существуют *дифференцированные подсистемы*.

- диадическая (муж и жена);
- поколения (подсистема сиблингов):
- половые группы (дед, отец, сын);
- функциональные группы (родительская подсистема).

В рамках семейной системы особое значение имеют 3 подсистемы: супружеская, родительская, сиблингов (братьев и сестер).

Задача супружеской подсистемы – выработка границ, ограждающих каждого супруга, представляющих территорию для удовлетворения собственных психологических потребностей, без вмешательства членов семьи. Супружеская подсистема имеет жизненно важное значение для развития ребенка. Она представляет ему модель интимных взаимоотношений, примеры того, как выражать привязанность и любовь,

как относиться к партнеру, испытывающему стресс, как преодолевать конфликты. То, что видит ребенок, становится частью его ценностей и ожиданий.

Семью можно рассматривать как систему функциональную по определенным правилам. *Правила* устанавливаются *открыто* (стучи, перед тем, как открыть дверь) и могут быть *скрытыми* (не говори ни о чем сексуальном, это расстроит маму). Правила могут быть *культурными* – заданными социумом и культурой, *уникальными* – известными только членам семьи.

Отсутствие семейных правил представляет серьезную опасность для психического здоровья. Лица, склонные к противоправному поведению, зачастую являются выходцами из семей без правил и норм.

Стандарты – это устойчивые способы поведения членов семьи, которые часто повторяются (подшучивания, подчеркнутое уважение, постоянное выражение недовольства и др.).

Мифы – это определенные неосознаваемые взаимные соглашения между членами семьи, функция которых состоит в том, чтобы скрывать от осознания отвергаемые образы о семье в целом и о каждом ее члене. Примеров мифов множество (счастливые супруги не спорят, пространственная близость необходима для сплочения семьи, в благополучных браках супруги все рассказывают друг другу и т.д.).

Более тесно связаны с семейными дисфункциями специфические *фамильные легенды* (все дети в нашей семье хорошо учатся и др.).

Семейные стабилизаторы – это то, что скрепляет систему, помогает держаться вместе. В разные периоды жизни семьи работают разные стабилизаторы. Обычные стабилизаторы: общие дела, внешняя макросистема, общее место проживания, материальные и духовные ценности, традиции, болезни, проблемы и др.

3. Нарушения функционирования семейных систем

На протяжении жизненного цикла семья сталкивается с трудными ситуациями, которые либо объективно нарушают жизнедеятельность семьи, либо субъективно воспринимаются человеком, как сложные и не могут быть преодолены самостоятельно. В одних случаях такие ситуации – это следствие неблагоприятных влияний социальных процессов, а именно 3 групп факторов:

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

– глобальных: войны, экологические катастрофы, природные бедствия.

– макросоциальных: национальные и этнические противоречия, экономические кризисы, культурные противостояния.

– микросоциальные: конфликтные отношения с соседями, армией, правовыми институтами.

Трудности, возникающие перед семьей, по силе и длительности делятся на:

– острые (смерть одного из членов семьи, измены, изменение в материальном статусе, арест);

– хронические (чрезмерная физическая нагрузка в быту, на работе).

Семьи по-разному противостоят жизненным трудностям: (повышение конфликтности, снижение удовлетворенности семейной жизнью, болезни, развод, увеличение сплоченности и усилий для преодоления кризиса и сохранения семьи).

На устойчивость семьи перед трудностями влияют семейные ресурсы (гибкость взаимоотношений между членами семьи, средние ролевые ожидания, сплоченность, открытость восприятия окружающего мира).

Виды осложнений внутрисемейных отношений

Выделяют следующие типы осложнений внутрисемейных отношений:

1. Нарушение представления о семье и о ее членах.
2. Нарушение межличностных коммуникаций в семье.
3. Нарушение механизмов в интеграции семьи.
4. Нарушения структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи.

Важнейшей характеристикой семьи является то, как семья ведет себя перед лицом проблемы. Различают 2 типа решений семейных проблем:

1. Реинтегрирующий (обеспечивает высокую стадию интеграции, потребность индивида в семье на основе реструктурирования его позиции в семье).

2. Дезинтегрирующий (не происходит положительного решения проблемы). Проявляется в двух вариантах: а) отказ от решения проблемы; б) прямая дезинтеграция (никто никому не подчиняется).

1. Психодинамические теории семьи

Супружество при динамическом подходе рассматривается как следствие действия сил, заключающихся в особенностях прошлого опыта супругов, главным образом, в их прежних личностных связях. Основой динамического подхода является психоанализ.

Речь идет о вертикальном подходе, при котором причины сегодняшних затруднений и проблем супругов рассматриваются с учетом истории жизни обоих супругов. Характер супружеских отношений зависит, прежде всего от: родительской семьи супругов, ее атмосферы, уравновешенности, спокойствия, разделения прав и обязанностей.

Источники сегодняшнего поведения супругов – в прошлом.

Супружеский контакт рассматривается как своего рода индивидуальный договор, или соглашение, которое включает то, что каждый из супругов предполагает дать, и то, что намерен получить, т.е. в супружестве важную роль играют требования и ожидания партнеров. Соглашение может быть:

- сознательным и вербализованным; □ сознательным и невербализованным; □ неосознанным.

Отдельные элементы индивидуального соглашения определяются потребностями и желаниями индивидуума. Они, в свою очередь, могут быть: здоровыми и реалистичными или невротическими.

Вследствие того, что ожидания и реальное поведение супругов не совпадают, возникает ощущение обмана и чувство беспокойства.

Супружеская терапия в динамическом подходе имеет целью: □ помощь в осознании супругами индивидуальных ожиданий (своих и партнера);

- достижение компромисса, выработка общего соглашения сознательно и вербализованно.

Супружеский конфликт с позиции психодинамического подхода, – это повторение конфликта из прошлого (детско-родительских отношений).

2. Бихевиористический подход к семье (Б. Скиннер, А. Бандура, Д. Роттер и др.).

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

В бихевиористическом подходе много внимания уделяется исследованию поведения, в том числе супружеского.

С точки зрения бихевиористов, хорошие семейные отношения – это такие отношения, при которых происходит обмен приятным поведением, а неприятное поведение, которое не приносит удовольствия, представлено минимально.

Исследования показали, что удовлетворенность в браке в большей степени обусловлена отсутствием взаимных фрустраций (негативное психическое состояние невозможности удовлетворить какую-либо потребность), нежели частотой удовольствий, доставляемых друг другу.

Таким образом, с точки зрения бихевиоризма, семья – это совокупность индивидов, совершающих определенные поступки по отношению друг к другу. Поведение членов семьи взаимообусловлено.

При анализе поведения супружеской пары акцент делается не на истории семьи, а на поведении в настоящем.

При выработке новых форм поведения более эффективно позитивное подкрепление (награды) по сравнению с негативным подкреплением.

Супружеская удовлетворенность в значительной степени связана с “поощрительным” поведением партнеров по отношению друг к другу, т.е. удовлетворенность супружеством прямо связана с поведением каждого супруга, удовлетворенность возрастает, если это поведение радует другого и укрепляет уверенность в прочности брака.

Предполагается, что супруги в конфликтных ситуациях недостаточно владеют навыками и умениями социального взаимодействия. Цели бихевиоральной терапии:

1) отработка навыков коммуникации:

□ умение выслушать партнера;

• правильно и точно понять его;

• умение ясно и неагрессивно выразить свои одобрения, порицания, требования;

• исключение оценочных, критикующих, обвиняющих высказываний;

• умение говорить о своих чувствах;

• персонификация высказываний (говорить от себя лично);

2) отработка навыков решения проблем.

3. Теория семейных систем

Системное рассмотрение семьи было предложено американским психотерапевтом М. Боуэном (1965). В данной теории упор делается не на прошлое, а на актуальном опыте партнеров. М. Боуэн предполагает, что, если в сложном переплетении внутрисемейных отношений, одно звено претерпевает изменения, оно непременно повлечет за собой перемены в другом.

Важнейшими характеристиками семьи является сплоченность и индивидуация, которая в идеале находится в равновесии. Нарушение равновесия называется недеференцированностью, тогда как дифференциация помогает людям избежать тягостных состояний.

Самодифференциация характеризует индивидуальную психику и отражает степень разграниченности эмоционального и интеллектуального функционирования. Чем ниже уровень дифференциации «Я», тем легче мыслительные процессы попадают под власть эмоций и тем более низкий уровень стресса достаточен, чтобы поведение попало под власть аффекта.

Недифференцированность (слияние эмоций и мышления) означает, что при взаимодействии в группе человек легко вступает в эмоциональное слияние с другими. Человек, неспособный разделить эмоции и разум, точно также неспособен отделить свои эмоции от эмоций других, особенно значимых других. Он заражается эмоциональной атмосферой семьи сам того не осознавая. Семья, состоящая из недифференцированных членов, будет эмоционально слитная. Слияние приводит к появлению тревоги у одного или обоих супругов.

Способами реагирования на слияние чаще всего будет:

- эмоциональное дистанцирование;
- супружеские конфликты;
- болезнь или дисфункция одного из супругов; – проекция проблем на детей.

Выйти из слитной семьи (ребенку) можно только через эмоциональный разрыв, увеличение дистанции.

Треугольники. По мнению М. Боуэна, диада (группа из двух человек) не является устойчивой. Если в благоприятной ситуации двум комфортно друг с другом, то при поступлении внутреннего или внешнего стресса они начинают эмоционально заряжать друг друга. Тем самым они выводят из равновесия друг друга, а их взаимодействие легко становится

конфликтным и неуправляемым. Если отношения не стабилизировать, может наступить разрыв. Этим стабилизатором оказывается третий участник, на которого спонтанно выливают излишек эмоций, либо эмоции программируются так, чтобы своим поведением обращать на себя внимание, вызывая соответствующие реакции. Треугольник создает надежные каналы эмоциональной разрядки. Чем сильнее выражена слитность, тем активнее в семье используется третий участник.

Смысл треугольника состоит в поддержании семейной системы, которая позволяет регулировать дистанцию между членами семьи. Многие детские проблемы – ученические, трудовые и др. – это свидетельство того, что ребенок стал устойчивым каналом для выражения эмоций и темой для коммуникации родителей.

Процесс семейной проекции. Дети, получающие больше родительского внимания, нередко становятся более слитными с семьей, более вовлечены в эмоциональные отношения, соответственно, они более подвержены психологическим нарушениям. Значительную роль оказывает порядок рождения ребенка, ситуация в семье во время его рождения, степень его инфантильности, физическое здоровье.

Позиция по порядку рождения. Особенности взаимодействия между супругами связаны с порядком их рождения. М. Боуэн отмечает, что существенным является не возрастное старшинство, а функциональная роль старшего и младшего.

4. Структурная теория семьи С. Минухина

В основе структурного подхода С. Минухина лежат три аксиомы:

1. При осуществлении психологической помощи необходимо принимать в расчет всю семью, каждый из членов семьи рассматривается как подсистема.
2. Изменение структуры семьи приводит к изменению поведения каждого из членов семьи.
3. Семейные изменения возможны в рамках терапевтической системы.

Структура семьи – это организованная модель предсказуемых типов поведения членов семьи. Поскольку действия повторяются, они приводят к ожиданиям, которые образуют прочные модели. Структура семьи

включает в себя набор скрытых правил, которые управляют взаимодействием.

Структура семьи формируется под действием универсальных и уникальных сил. К таким силам относят иерархическую структуру семьи, общие и комплементарные функции семьи. Любая модель стремится к стабильности и противостоит изменениям

Границы семьи. Отдельные личностные подсистемы и все семьи разделены интерперсональными границами, невидимыми барьерами, которые регулируют объем их контактов с другими. Границы защищают автономию семьи и ее подсистем, регулируя близость и иерархию. Подсистемы, которые плохо защищены, тормозят развитие интерперсональных навыков (если родители вмешиваются в споры между детьми, то дети не научатся постоять за себя, что помешает их отношениям со сверстниками.).

Нормальную семью характеризует не отсутствие проблем, а наличие функциональной структуры для их успешного решения. Муж и жена должны научиться приспосабливаться друг к другу, воспитывать детей, общаться с родителями, справляться со своей работой и адаптироваться к обществу.

Первый год совместной жизни происходит приспособление по множеству деталей, супруги должны обсудить характер границ между ними. А также границы, отделяющие их от внешнего мира. Супруги должны определить границу, определяющую их от родительской семьи. Семья, в которой каждый из них вырос, должна сразу отойти на второе место.

Появление детей преобразует структуру новой семьи в подсистему родителей и подсистему детей. Обычно супруги имеют разные модели участия в воспитании малышей. Семья заботится о психосоциальных потребностях детей и передает им свою культуру. В разном возрасте детям нужны разные виды родительской заботы, и семья видоизменяет свою структуру, чтобы соответствовать условиям развития детей, но, к сожалению, эти изменения болезненны.

5. Гуманистическая теория семьи

В гуманистическом подходе считается, что в основе гармоничного брака лежат открытость, аутентичность, толерантность, потребность в

самовыражении, принадлежности другому и независимое развитие личности каждого.

Этот подход развился как противоположность динамическому, который излишне ориентирован на влияние исторического прошлого супруга и его родительской семьи, и слишком манипулятивному поведенческому подходу. Здесь психотерапевт создаёт условия, в которых супруги стремятся к вербализации (проговариванию) своих чувств, что должно постепенно улучшить взаимопонимание. Были сформулированы принципы открытого брака, создающего наиболее благоприятные условия для личностного роста партнёров:

- принцип реальности, “здесь и сейчас”;
- уважение к личности партнёра;
- открытое общение – не “читать мысли” другого, а открыто говорить о своих чувствах и желаниях;
- подвижность в исполнении семейных ролей;
- равноправие;
- доверие;
- аутентичность – способность и решимость проявлять свои подлинные мысли и чувства;
- ценить право другого жить согласно своим представлениям;
- открытое партнёрство – каждый имеет право на собственные интересы и увлечения.

VI. ПСИХОЛОГИЯ ГЕНДЕРНЫХ РАЗЛИЧИЙ

1. Категория пола в психологии. Формирование психологического пола

В психологии *гендер* – это социально биологическая характеристика, с помощью которой люди дают определение понятиям «мужчина» и «женщина». Социальные психологи считают, что *две основные причины*, из-за которых люди стараются соответствовать гендерным ожиданиям, – это нормативное и информационное давление. Гендер находится под постоянным влиянием как культурных норм, устанавливающих, что должны делать мужчины, а что – женщины, так и социальной информации,

внушающей людям, насколько велика разница между мужчинами и женщинами.

Уже в 3 года дети с уверенностью относят себя к мужскому или женскому полу, что называется *гендерной идентификацией*. *Гендерным подражанием* объясняется, почему женщинам, как правило, нравится ходить по магазинам и заниматься подготовкой к праздникам, а мужчины часто этого избегают. Пока ребенок растет, он видит, что именно женщина занимается такими делами, и если ребенок – девочка, то это будет интересовать ее гораздо больше, чем если бы на ее месте был мальчик.

Нельзя забывать, что гендерно-ролевая социализация – это процесс, продолжающийся в течение всей человеческой жизни, он отражает меняющиеся обстоятельства и новый опыт.

На протяжении жизненного пути материалом для *построения гендера* служит вся *система* того, что в данной культуре связывается с мужественностью и женственностью:

- учителя, другие дети, родители других детей, родственники;
- игрушки;
- книги, в содержании которых прослеживается половая стереотипизация;
- телевидение и др. СМИ.

2. Гендерные различия между мужчинами и женщинами

Выделяют *некоторые психологические отличия между полами*: способность ориентироваться в пространстве, речевые навыки и агрессивность. Способность ориентироваться в пространстве успешно проявляется у большинства мужчин, что связано с более высоким содержанием в крови гормона тестостерона. Центры речевой активности у большинства женщин крупнее, нежели у мужчин, что подтвердили нейрофизиологические исследования. Агрессивность присуща представителям обоего пола, однако проявляется по-разному. Женщины чаще прибегают к вербальной (словесной) агрессии, мужчины используют физическую силу.

Психологи начали изучать гендерные различия еще в конце 19 века, но вплоть до 1970-х гг. они по большей части занимались демонстрированием различий полов и обосновывали этим разное

отношение к мужчинам и женщинам. Необходимо помнить, что обнаруженные отличия относительно невелики, обычно не более 10%, а в большинстве случаев распределение мужской и женской выборок на 90% совпадают.

Рассмотрим для примера одно из основных отличий – эмоциональность.

Как показывают исследования, мужчины не хуже женщин способны определять чувства других и внутренне сопереживать им, но они заинтересованы в том, чтобы окружающие никак не заметили этого по их поведению. Мужчины не желают, чтобы окружающие видели их эмпатичными, так как это не соответствует их гендерной роли. Мужчины часто оказываются в ситуациях, требующих от них проявления силы, независимости, властности, стремления к соревнованию – качеств, которые едва ли сочетаются с эмпатийной отзывчивостью. Жесткость считается одной из важнейших описательных характеристик «настоящего мужчины».

Взрослые женщины больше выражают чувства направленные на окружающих (проявление интереса к чувствам других, их потребностям, желаниям). Мужчины же, наоборот проявляют больше эгоцентрических чувств (потребностей, желаний, собственных интересов). Женщинам более удобно выражать чувства страха и грусти, и вместе с тем люди не видят меж половых различий в способности испытывать эти чувства.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что эмоции и чувства у мужчин и женщин одинаковы, но в связи с их гендерными ролями они выражают их по-разному.

3. Половая идентичность и усвоение половых ролей

Одним из значительных ограничений, налагаемых *традиционной женской ролью* в наше время является то, что работающая женщина продолжает нести бремя домашних забот и ответственность за детей.

Увеличение доли времени, которое женщины посвящают работе, привело лишь к небольшому сокращению их домашних обязанностей, а количество времени, отнимаемого у них заботой о детях, и вовсе осталось неизменным.

В работе женщины обычно ниже по статусу, чем мужчины. Женщины гораздо реже занимают должности осуществления контроля над

ресурсами и определения того, какие цели фирма будет преследовать и каким способом.

Еще одной проблемой работающих женщин является то, что они трудятся дома немного больше, чем их работающие мужья, что приводит к разрыву во времени отдыха.

У домохозяйек также существует множество проблем. Большинство из них не может удовлетворить свои социальные потребности. К тому же большинство социологов согласны, что женщина, зарабатывающая деньги, пользуется в доме большей властью.

На сегодняшний день существует сравнительно немного исследований, касающихся ограничений, которые накладывает *традиционная мужская роль*.

Структура ролевых норм мужчины:

1. *Норма успешности* (статуса) – мужчины завоёвывают статус и уважение других.

Встречаются следующие стереотипы. Социальная ценность мужчины определяется величиной его заработка и успешностью на работе. Большинство мужчин не способно на 100% ей соответствовать, из-за чего имеют заниженную самооценку.

Компенсация чувства несостоятельности в профессиональной и экономической сферах называется *компенсаторной мужественностью*. Когда мужчина не соответствует одному из аспектов мужской гендерной роли, он демонстрирует преувеличенную мужественность в другой области. Одной из таких областей является *твёрдость* (жесткость).

2. *Норма твёрдости* отражает ожидание от мужчины умственной, эмоциональной и физической твёрдости.

Норма физической твёрдости – это ожидание от мужчины физической силы и мужественности. Самооценка мужчин, которые не являются физически сильными, хотя чувствуют, что окружающие ожидают от них именно этого, может серьезно снизиться. Временами норма физической твёрдости может довести до насилия, особенно в том случае, когда социальная ситуация предполагает, что не проявить агрессию будет не по-мужски, или когда мужчина чувствует, что его мужественность под угрозой.

Норма умственной твёрдости содержит ожидание того, что мужчина будет выглядеть компетентным и знающим. Человек, пытающийся соответствовать этой модели сверхкомпетентности, начинает

тревожиться, как только понимает, что чего-то не знает. Наибольшая проблема состоит в том, что в межличностных отношениях мужчина, старающийся соответствовать этой норме, часто унижает других тем, что отказывается признать перед ними свою неправоту или допустить, что кто-то знает больше, чем он.

Норма эмоциональной твердости подразумевает, что мужчина должен быть эмоционально твердым: испытывать мало чувств и быть в состоянии разрешить свои эмоциональные трудности без помощи со стороны. То, что делает мужчину мужчиной, обедняет его отношения с детьми и другими людьми.

3. *Норма антиженственности.* Ожидание того, что мужчина должен избегать стереотипно женских занятий и видов деятельности.

Некоторые мужчины считают, что выражение чувств и самораскрытие принадлежит исключительно женщинам. Очень важная часть функционирования человека в качестве родителя – это нежность, забота, эмоциональная постоянная поддержка, потребность часто обнимать ребенка и говорить, что любишь его. Многим мужчинам сложно даются такие действия, так как они ассоциируются с женственностью, в результате многие люди подрастают, оставаясь в неведении, любили ли их отцы по-настоящему или нет.

Существует предположение, что страх женственности (фемифобия) происходит из страха гомосексуальности и обусловлен социальным контекстом, который обычно приписывает гомосексуальность мужчинам с чертами женственности.

VII. ПСИХОЛОГИЯ ЛЮБВИ

1. Любовь как психологический феномен. Теории любви

Страсть любить, как отмечает Э. Фромм, – это самое существенное проявление человеческих влечений. Современному человеку в любви присущи следующие особенности:

- большая часть людей смотрит на любовь с позиции «как быть любимым», а не «как любить»;
- представление, что проблема в самой любви, а не в способности любить;
- смешиваются понятия «влюблённость» и «состояние любви», в результате чего доминирует представление о том, что нет ничего легче любви, в то время как на практике это совсем иначе.

Чтобы преодолеть это состояние, надо осознать, что любовь – это искусство (равно как человеческая жизнь вообще), что его необходимо постичь. Прежде всего надо понять, что *любовь нельзя сводить только к отношению между противоположными полами, мужчиной и женщиной*. Любовью отмечена вся человеческая деятельность во всех её проявлениях (любовь к труду, к Родине, удовольствиям и т. п.), более того, любовь может быть побудительницей этой деятельности, её стимулом, источником энергии.

Любовь часто путают с переживанием «влюблённости», внезапного крушения барьеров, существовавших до этого момента между двумя чужими людьми. Кроме этого, за любовь часто принимают влечение друг к другу, которому способствует обманчивый характер полового желания.

Теория Л. Каслера. Он считает, что существуют три причины, заставляющие одного человека полюбить другого. Влюбленный человек относится к объекту своей любви крайне амбивалентно. Он одновременно испытывает к нему и позитивные чувства, например, благодарность как к источнику жизненно важных благ, и негативные – ненавидит его, как того, кто имеет над ним власть и может в любой момент прекратить подкрепление. Действительно свободный человек, по Л. Каслеру, это человек, не испытывающий любви.

Теория А. Маслоу. Любовь психически здорового человека характеризуется, по А. Маслоу, прежде всего, снятием тревожности, ощущением полной безопасности и психологического комфорта.

Удовлетворенность психологической и сексуальной стороной отношений у членов пары с годами не уменьшается, а увеличивается. Партнеры испытывают постоянный и растущий интерес друг к другу, заинтересованность в делах друг друга и т. д. Они очень хорошо знают друг друга, в их отношениях практически нет элементов искажения восприятия, свойственного романтической любви. Им удается сочетать трезвую оценку другого, осознание его недостатков с полным принятием его таким, какой он есть, что и является основным фактором, обеспечивающим психологический комфорт. Интересно, что, хотя секс играет большую роль в отношениях обследованных А. Маслоу пар, они легко переживают фрустрацию сексуальной потребности. Отношения этих людей подлинно равноправны, у них нет разделения на мужские и женские роли, нет двойных стандартов и других предрассудков. Они хранят верность друг другу, что проявляется как в повседневной жизни, например, в отсутствии супружеских измен, так и в период трудностей.

2. Типы любви

Глубина любви и её видовое многообразие определяются отточенностью самой способности любить, развитостью человеческих качеств любящего. В каждую эпоху выделялись разные виды и аспекты любви, делались попытки систематизировать формы её проявления, расположив их по мере значимости и смыслу.

Так, для выражения различных аспектов и оттенков любви в Древней Греции использовали различные термины. Словом «эрос» обозначались чувства, направляемые на предмет с целью полностью вобрать его в себя. Этот термин выражает любовь-страсть, ревность и чувственное влечение и связан с его пафосом, аффектной, чувствительной стороной.

Слово «*philia*» («любовь-дружба») означает духовную, открытую, основанную на внутренней симпатии любовь, выражает соединение подобных принципов (тогда как эрос – борьба и соединение противоположных).

Слово «*storge*» означает любовь, которая связана с органическими родовыми связями, нерушимыми, не поддающимися отмене (особенно семейные связи). Это нежная, уверенная, надёжная любовь, которая устанавливается между родителями и детьми, мужем и женой. В такой любви человек находит покой и доверие, чувство уверенности.

Термин «*agape*» у греков означал разумную любовь, возникающую на основе оценки какой-либо особенности любимого, его черт характера и т.п.; эту любовь человек может разумно обосновывать, ведь она основана на убеждениях, а не на спонтанных чувствах, привычках. Это воля, направляемая разумом.

Э. Фромм выделяет:

- *Братскую любовь*, которая является наиболее фундаментальным видом, составляющим основу всех других типов любви. Она основывается на чувстве, что все мы – одно, а существующие различия не в счет.

- *Материнскую любовь*. Это безусловное утверждение жизни ребенка и его потребностей. Из-за своего альтруистического характера она считается высшим видом любви.

- *Эротическую любовь*. В противоположность вышеперечисленным, стремиться к полному слиянию с близким человеком, и в ней также есть предпочтительность.

- *Любовь к себе*, которую следует отличать от эгоизма, поскольку эгоист не любит себя, а ненавидит. Чрезмерно заботясь только о себе, эгоист, в действительности, делает безуспешные попытки компенсировать свой неуспех в деле заботы о других.

- *Любовь к Богу*.

Р. Стернберг (1987) в своей концепции рассматривает три базовых компонента любви (страсть, интимность и преданность), на основании которых определяются возможные индивидуальные стили любовных отношений: любовь-страсть, любовь-дружба и любовь-обязательство. При этом идеальной считается совершенная любовь – сочетание всех трех компонентов.

3. Структура и содержание любовных переживаний

Вопрос о внутренней структуре или составляющих любви решался на разных уровнях. И здесь одной из первых и наиболее цитируемых структур является структура, предложенная Э. Фроммом. Он выделяет следующие составляющие любви: заботу, ответственность, уважение и знание.

Р. Хаттисс (1987) в качестве составляющих любви обозначил шесть факторов: уважение, положительные чувства по отношению к партнеру,

эротические чувства, потребность в положительном отношении со стороны партнера, чувство близости и интимности, чувство враждебности.

Присутствие негативных чувств в синдроме любовных переживаний, хотя и противоречит романтическому канону, представляется вполне закономерным. Любовные отношения исключительно значимы для их участников, они предполагают тесный контакт между людьми и их взаимную зависимость (хотя бы на бытовом уровне). Объект любви не может в этой ситуации не вызывать время от времени отрицательных чувств, например раздражения. Многие же люди, как показывает психокоррекционная практика, отказываются принять закономерный характер периодического появления отрицательных переживаний и либо оправдывают их, приписывая партнеру даже и не свойственные ему негативные проявления, и, как следствие, проводят переоценку и партнера, и своих с ним отношений, либо вытесняют эти чувства, что, естественно, также имеет деструктивные последствия для отношений в паре.

Следует остановиться еще на одной структуре, которая была предложена З. Рубиным (1987). Он выделил в любви привязанность, заботу и интимность (доверие).

4. Генезис и развитие любви

Многими авторами база способности к любви виделась в развитии человека как существа стадного, выживание которого было возможно лишь в сотрудничестве с себе подобными.

Результаты научных исследований свидетельствуют о роли раннего периода жизни человека (от рождения до 3 лет) в формировании способности к любви.

В качестве предпосылок любви могут выступать как положительные, так и отрицательные эмоциональные состояния, например, страх. Любовь между Ромео и Джульеттой, представляющая собой один из признанных в европейской культуре образцов любовных отношений, разворачивается на фоне смертельной опасности, вызванной враждой Монтекки и Капулетти.

Выявление роли момента самоинтерпретации в генезисе чувства любви делает более понятной и отмечавшуюся многими авторами близость различных видов любви между собой и их взаимную обусловленность. А.С. Макаренко (1957) отмечал, что способность к любви проистекает из опыта положительных отношений с родителями, товарищами. По-

видимому, эта общность связана с тем, что, хотя объекты любви в течение жизни меняются, сам принцип – объяснение себе своего состояния как любви, а не как, скажем, корыстной заинтересованности, – остается неизменным. Если человек в детстве научился такой интерпретации, он будет использовать ее и в других жизненных ситуациях.

А. Маслоу отмечает важную особенность устойчивой долговременной любви. Длительное и близкое общение не дает человеку возможности не видеть отрицательных качеств партнера – согласно обыденной логике, выводящей любовь и симпатию из наличия у объекта экстраординарных достоинств, это делает любовь невозможной. Умение же принимать окружающих, характерное для психически здоровых людей, позволяет им сохранить чувство любви, несмотря на осознание объективных несовершенств друг друга.

Существуют определенные закономерности развития чувств. Страстная любовь, какой бы она ни была пылкой, в конце концов неизбежно угасает. Чем продолжительней взаимоотношения, тем меньше эмоциональных подъемов и спадов.

5. Личностная предрасположенность к сильным и глубоким любовным переживаниям

Изучение мужчин и женщин, сначала влюбившихся, а потом разлюбивших, дало следующие результаты:

- мужчины более влюбчивы, экспрессивны и иногда на основе этого совершают необдуманные поступки;
- мужчины, медленнее выходят из состояния влюбленности, в отличие от женщин, менее склонны разрывать отношения, когда дело уже идет к женитьбе;
- влюбленные женщины эмоционально вовлечены в любовные отношения более сильно, чем их партнеры, и именно они более склонны говорить, что чувствуют эйфорию, приятное головокружение и беззаботность, что они как будто «парят в облаках»;
- женщины склонны фокусировать внимание на интимной доверительности отношений и на необходимости заботиться о своем партнере;
- у женщин любовь проходит быстрее, чем у мужчин, они чаще выступают инициаторами разрыва и легче его переживают;

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

– в период установившихся любовных отношений женщины склонны к большему самораскрытию по поводу своих чувств (которые, кстати, носят более соответствующий романтическому канону характер, чем у мужчин).

Склонность к переживанию чувства любви связана с такими чертами, как:

- уровень романтизма;
- высокая самооценка сочетается с высокоинтенсивным романтическим поведением у мужчин и с низкоинтенсивным – у женщин;
- высокий уровень принятия себя обеспечивает возможность любви к другому человеку.
- определяющими факторами успешных долговременных любовных отношений выступают такие характеристики индивида, как уровень психического здоровья, самопринятие, компетентность.

VIII. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

1. Теории выбора брачного партнера

Психологи на протяжении многих лет пытались разобраться: каким образом люди выбирают брачного партнера? В таблице представлены подходы в различные исторические периоды к решению данного вопроса (таблица 1.1).

| Период | Процесс выбора брачного партнера |
|------------------------|---|
| До серед. XIX в. | Заключение брака с помощью сватовства и свадьбы. Обязательным для заключения брака было согласие главы семейства – отца. Во внимание принимались в первую очередь интересы семьи – экономические, бытовые, престижные, а не желание или отношение молодых людей. |
| Вторая половина XIX в. | Возникает молодёжное предбрачное общение в пределах одного социального слоя. Цель предбрачного общения – заключение брака. Молодые люди могут сами договариваться о женитьбе. Экономические мотивы в создании семьи уходят на второй план. Акцентируется внимание на ожиданиях семьи относительно будущего детей. |

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

| | |
|-----------------------------|---|
| Вторая половина XX в. | Усиление открытости в молодёжном общении: – разнообразно по составу участников (разные социальные, этнические и образовательные показатели); – не ограничено пространственными рамками; – меняются функции молодёжного общения – не преследуется только цель вступления в брак. Юноши и девушки уже не видят в каждом партнёре будущего супруга. |
|-----------------------------|---|

На современном этапе существуют различные теории выбора партнера, некоторые представлены ниже (таблица 1.2).

Таблица 1.2.

| Название теории | Представители | Основные идеи |
|-------------------------------------|---------------|--|
| Психоаналитическая теория | З. Фрейд | Влечение, испытываемое детьми к родителям противоположного пола, благодаря сложному бессознательному процессу, переносится на общественно одобряемые объекты – потенциальных супругов. Каждый выбирает себе человека, который помог бы ему воссоздать свои инфантильные ситуации и вернуться к своим не до конца разрешённым конфликтам. Речь идёт о проекции неудовлетворённых в детстве желаний. |
| Теория комплементарных потребностей | Р. Уинч | Противоположности притягиваются. В выборе брачного партнёра каждый ищет того, от кого |
| Название теории | Представители | Основные идеи |
| Инструментальная теория | Р. Сентерс | ожидаёт максимальное удовлетворение потребностей. Молодые люди должны обладать сходством социальных черт и психически дополнять друг друга. Человека влечёт к тому, чьи потребности схожи с его собственными или дополняют их. |

3. Критерии выбора брачного партнера

Выделяют следующие *внутренние критерии выбора партнера*:

- родительский сценарий (избранник похож на родителя либо на тот образ, который был внушен родителями как идеальный супруг);

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

- первые навыки общения, детский сад, школа (положительный опыт общения на ранних стадиях распространяется на другие знакомства, если партнеры похожи на закадычных друзей);
- первые эротические впечатления;
- определенные генетические признаки, которые тот, кто выбирает, считает положительными.

Стереотипы обыденного сознания, влияющие на действия при выборе спутника жизни:

- выбор подходящего супруга – это случайность;
- браки заключаются на небесах;
- вера в единственного идеального партнера.

Наибольшие сходства в мотивах поиска брачного партнера наблюдаются между 25–30-летними мужчинами и 21–24-летними женщинами, а наиболее значимые различия наблюдаются между ответами 25–30-летних женщин, а также между 21–24-летними мужчинами и 18–20-летними женщинами. В рассматриваемых случаях мужчины чаще, чем женщины, отмечали стремление найти подобного себе человека и стремление к половой близости, а женщины выше, чем мужчины, оценивали желание быть любимой, желание испытывать заботу, желание понимания.

В отечественной психологии проведены исследования, позволившие отметить благоприятные качества для вступления в брак: оптимизм, эмоциональная живость, старательность, способность исполнять подчиненные роли при сохранении собственных суждений, доброжелательность и участливость, умение общаться с детьми (таблица 1.3). Таблица 1.3 – Качества, благоприятные для вступления в брак

| Мужчины | Женщины |
|--|--|
| Умение брать на себя ответственность | Способность к эмоциональной поддержке |
| Способность получать удовольствие, ведя собой других | Способность получать удовольствие от помощи другим |
| Уверенность в себе | Спокойное отношение к советам |
| Забота о поддержании равенства в общении | Отсутствие тенденции в соперничестве |
| Умение подмечать детали | Отсутствие излишней романтичности |

Факторы, повышающие вероятность гармоничных отношений в браке: высшее образование у мужчины, оптимальный возраст для вступления в брак, оптимальная длительность предбрачных отношений, теплые отношения до брака, сходные черты характера, наличие ролевых ожиданий, их совпадения и

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

согласованность, наличие общих друзей, согласие родителей на брак и их положительная оценка.

3. Психологические мотивы вступления в брак

Принятие решения о вступлении в брак нередко полимотивировано. Можно выделить такие мотивы: любовь, духовная близость, материальный расчёт, психологическое соответствие, моральное соображение и т.д. Любой из мотивов может оказаться ведущим. Чаще всего на первое место ставят любовь. Но в этом качестве могут выступать:

- чувство неполноценности (неуверенный в себе человек может интерпретировать чувство, возникшее к тому, кто хорошо к нему относится, как любовь);
- чувство жалости (характерно для женщин и мужчин покровительствующего типа);
- сексуальный комфорт: гармония в интимных отношениях интерпретируется как любовь; □ общность интересов и др.

На современном этапе основными мотивами вступления в брак у юношей выступают следующие: «чтобы не быть одиноким» и «для продолжения рода», а у девушек – «чтобы вместе растить детей», «чтобы иметь прочную опору в жизни» и «по любви» (таблица 1.4.).

Таблица 1.4. – Причины вступления в брак

| Она | Он |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• изменить социальный статус;• постоянный половой партнёр;□ бегство от родителей;• чтобы не отставать от подруг; □ знать, что есть человек, который в ответе за тебя | <ul style="list-style-type: none">• стремление занять статус мужа;• «взять» руководство в свои руки;• перестать дарить подарки, которые утомляют его в добрачный период;• чтобы заботиться и защищать |

Существуют также причины, общие для женщин и мужчин:

- 1) незапланированная беременность;
- 2) расчёт;
- 3) требует возраст;
- 4) чтобы доказать свою самостоятельность;

- 5) чувство мести;
- 6) одиночество;
- 7) наличие семьи как традиционная ценность;
- 8) любовь;
- 9) желание иметь детей;
- 10) сексуальное влечение;
- 11) потребность быть любимым и нужным; 14) стремление быть руководителем.

Социологические опросы свидетельствуют, что семья выступает ценностью для современной молодёжи. Однако представления о семейной жизни слишком романтичны и далеки от действительности, что и приводит к непониманию, завышенным требованиям к партнёру и т.д.

МГПУ им. И.П.Шамшурова

IX. СУПРУЖЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ

1. Понятие супружеской совместимости

Супружеская совместимость – это эффект взаимодействия, характеризующийся субъективной удовлетворенностью друг другом и ощущением целостности, единства друг с другом (Н.Н. Обозов, 1995).

А. Аугустинавичюте (1985) считает наиболее гармоничными те пары, где супруги имеют противоположные типы характеров: например, сочетание открытого, общительного человека и замкнутого.

Ю. Орлов, С. Гильд и С. Хрусталева (1992) выделяют два подхода к пониманию совместимости.

1. Совместимость как два набора качеств, которые соответствуют друг другу (стремление лидировать у одного подкрепляется желанием подчиняться у другого; спокойствие и рассудительность у обоих супругов приводит к полному взаимопониманию).

2. Совместимость на основе стремления супругов к уступкам и к поиску гармоничных отношений.

Авторы полагают, что первый вариант прогнозирует, а второй – гарантирует успешность брака.

Д. Майерс (1997), считает, что люди склонны жениться на тех, чьи потребности и личностные качества подобны их собственным.

2. Модели супружеской совместимости

Модель качества брака (Р. Левис и Дж. Спаниер, 1987). Различные характеристики, описывающие удачные и неудачные браки (стабильность, удовлетворенность браком и др.), ученые объединили под понятием *качества брака*. На основании анализа исследований ими выделено 47 характеристик высокого качества брака. Все они разбиты на три группы, получившие названия: добрачные, социально-экономические и внутрисупружеские факторы. Учеными установлено, что более 2/3 параметров, позитивно влияющих на качество брака, носят сугубо психологический характер.

Весьма интересен подход к построению объяснительной *модели влияния добрачных факторов на качество брака*. Таким образом, качество брака тем выше, чем больше у жениха и невесты ресурсов, связанных с

выполнением ими будущих брачных ролей; чем выше качество воспитания и образцов супружеских отношений в родительской семье; чем большую поддержку оказывают паре «значимые другие». Чем больше у супругов социальных и личностных ресурсов для адекватного функционирования брака, тем выше последующее качество брака.

В.А.Сысенко говорит о системе социально-психологических факторов, отражающих степень удовлетворенности браком. Этот феномен В.А. Сысенко условно называет удовлетворением эмоционально-психологических потребностей, к которым относит следующие:

- 1) доверительно-дружеское общение;
- 2) близкие люди, брачный партнер;
- 3) быть любимым; психологическая поддержка; 4) взаимопомощь, поддержка и сотрудничество; 5) сексуальная потребность.

3. Факторы, влияющие на качество брака

На качество будущего брака влияют как социально-демографические и экономические факторы, так и социально-психологические характеристики.

Возраст вступления в брак. Успешный брак предполагает высокий уровень социальной и психологической зрелости людей, т.к. для него необходимы устойчивые установки, определённые знания и умения, чего зачастую нет в юношеском возрасте.

Экономический фактор. Изучение бракоразводной практики показало, что низкая зарплата, отсутствие отдельной квартиры никогда не называется в качестве первопричины разлада в семье. На первом месте обычно стоят причины нравственно-психологического характера, а материальные затруднения могут усугублять разногласия и осложнять уже нарушенные отношения.

Жилищные условия. Этот фактор связан с отдельным или совместным проживанием молодой пары с родителями.

Родительские семьи. Модели семейного поведения, усвоенные в родительских семьях.

Отношение родителей к браку детей.

Добрачная беременность.

Продолжительность знакомства до брака. Небольшой срок добрачного знакомства не позволяет будущим супругам узнать друг друга настолько, чтобы иметь адекватное представление о возможности совместной адаптации, особенностях характеров и темпераментов.

Трудовая стабильность тоже влияет на качество брака. Предполагается, что люди, часто меняющие место работы, отличаются неустойчивостью, неспособностью наладить нормальные отношения, что сказывается как на работе, так и в семье.

4. Уровни совместимости супругов

Совместимость – сложное явление, имеющее несколько уровней.

Уровни совместимости (Л.Д. Столяренко, 1999):

- ценностно-ориентационное единство (совместимость жизненных ценностей, устремлений, идеалов, интересов, убеждений);
- согласованность функционально-ролевых ожиданий, представлений человека о своих ролях и функциях в семейном союзе;
- совместимость индивидуально-психологических характеристик людей (психофизиологическая совместимость темпераментов, совместимость приобретенных качеств характера, сексуальная совместимость).

Большую значимость имеет ценностная и психофизиологическая совместимость. Все остальные виды совместимости подвержены изменениям и достаточно легко изменяются в процессе взаимной адаптации или в ходе психотерапии.

Учитывая стадийный характер развития семьи, совместимость на каждом из уровней имеет свои специфические особенности в зависимости от той или иной стадии развития семьи.

1. При изучении супружеских взаимоотношений следует учитывать не только совместимость на разных уровнях, но и стадии жизненного цикла семьи, т.к. каждый из уровней совместимости имеет свои особенности на разных этапах развития семьи.

2. Молодая семья характеризуется сложным процессом адаптации партнеров, который затрагивает все уровни супружеской совместимости (от переориентации жизненных ценностей до изменений в структуре характера).

3. Различные этапы развития молодой семьи характеризуются разными ведущими компонентами взаимодействия (в период выбора брачного партнера – аффективный, в период молодоженства – когнитивный и поведенческий).

4. Знание особенностей совместимости на разных ее уровнях в супружеской паре позволяет успешно прогнозировать дальнейшее развитие отношений.

X. СУПРУЖЕСКИЕ ДИСГАРМОНИИ

1. Понятие и виды супружеских конфликтов

Под *конфликтом* понимается обоюдное отрицательное психическое состояние двух или более людей, характеризующееся враждебностью, негативизмом в отношениях, вызванное несовместимостью их взглядов, интересов или потребностей.

В зависимости от частоты, глубины и остроты конфликтов выделяют кризисные, конфликтные, проблемные и невротические семьи.

Кризисная семья. Противостояние интересов и потребностей супругов носит острый характер и захватывает важные сферы жизнедеятельности семьи. Супруги занимают непримиримые и даже враждебные позиции по отношению друг к другу, не соглашаясь ни на какие уступки. К кризисным брачным союзам можно отнести все те, которые или распадаются, или находятся на грани распада.

Конфликтная семья. Между супругами имеются постоянные сферы, где их интересы сталкиваются, порождая сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния. Однако брак может сохраняться благодаря другим факторам, а также уступкам и компромиссным решениям конфликтов.

Проблемная семья. Для нее характерно длительное существование трудностей, способных нанести ощутимый удар стабильности брака (отсутствие жилья, продолжительная болезнь одного из супругов, отсутствие средств на содержание семьи, осуждение на длительный срок за преступление и ряд других проблем).

Невротическая семья. Здесь основную роль играют не наследственные нарушения в психике супругов, а накопление воздействия

психологических трудностей, с которыми встречается семья на своем жизненном пути. У супругов отмечается повышенная тревожность, расстройство сна, эмоции по любому поводу, повышенная агрессивность и т.д.

В зависимости от субъектов взаимодействия семейные конфликты подразделяются на конфликты между: супругами, родителями и детьми, супругами и родителями каждого из супругов, бабушками (дедушками) и внуками.

Значительное влияние на вероятность возникновения супружеских конфликтов оказывают *внешние факторы*: ухудшение материального положения многих семей; чрезмерная занятость одного из супругов (или обоих) на работе; невозможность нормального трудоустройства одного из супругов; длительное отсутствие своего жилья; отсутствие возможности устроить детей в детское учреждение и др.

Внутренние (личностные факторы): тип личности (люди, которые испытывают положительные эмоции при конфликте), определённые черты характера человека (злость, вспыльчивость, капризность, обидчивость).

Кризисные периоды в развитии семьи также влияют на возникновение супружеских конфликтов.

Первый год супружеской жизни характеризуется конфликтами адаптации друг к другу, когда два «Я» становятся одним «Мы». Происходит эволюция чувств, влюбленность исчезает, и супруги предстают друг перед другом такими, какие они есть. Известно, что в первый год жизни семьи вероятность развода велика, до 30% общего числа браков.

Второй кризисный период связан с *появлением детей*. Еще неокрепшая система «Мы» подвергается серьезному испытанию. Ухудшаются возможности профессионального роста супругов. У них становится меньше возможностей для свободной реализации в личнопривлекательной деятельности (увлечения, хобби). Усталость жены, связанная с уходом за ребенком, может привести к временному снижению сексуальной активности.

Третий кризисный период совпадает со *средним супружеским возрастом*, который характеризуется конфликтами однообразия. В результате многократного повторения одних и тех же впечатлений у супругов наступает насыщение друг другом. Это состояние называют голодом чувств, когда наступает «сытость» от старых впечатлений.

Четвёртый период конфликтности отношений супругов наступает после *18–24 лет совместной жизни*. Его возникновение часто совпадает с приближением периода инволюции, возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей, усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу возможного стремления мужа сексуально проявить себя на стороне, «пока не поздно».

2. Причины супружеских конфликтов

Конфликт вызывается какой-то сложной для супругов проблемой.

Конфликт, как правило, порождается не одной, а комплексом причин, среди которых весьма условно можно выделить основную. По основной причине, т. е. по ведущему мотиву, можно выделить следующие группы семейных конфликтов, возникающих в результате:

- стремления одного или обоих супругов реализовать в браке прежде всего личные потребности (развитая направленность «на себя», т. е. эгоизм);
- сильно развитых материальных потребностей у одного или обоих супругов;
- неудовлетворённой потребности в самоутверждении, в значимости своего «Я», неуважение чувства достоинства со стороны партнера; – наличия у одного или обоих супругов завышенной самооценки;
- несовпадения представлений супругов о содержании ролей мужа, жены, отца, матери, главы семьи;
- неумения супругов общаться друг с другом, с родственниками, друзьями и знакомыми, коллегами по работе;
- нежелания одного из супругов участвовать в ведении домашнего хозяйства;
- нежелания одного из супругов заниматься воспитанием детей или несовпадения взглядов на методы их воспитания;
- разница в типах темперамента супругов и неумении учитывать тип темперамента в процессе взаимодействия.
- психосексуальной несовместимости супругов;
- неудовлетворения потребности в положительных эмоциях:
отсутствие ласки, заботы, внимания и понимания;

- пристрастия одного из супругов к чрезмерному удовлетворению своих потребностей (алкоголь, наркотики, финансовые расходы только на себя и т. д.);
- различия в потребностях по проведению досуга, увлечениях.

Чаще всего неосознаваемой причиной ссоры является отрицательная психологическая установка. В состоянии эмоциональной усталости человек часто становится придирчивым, несдержанным. Часто конфликты возникают из-за того, что супруги не поняли друг друга, потому что не выразили своего отношения к делу достаточно ясно.

3. Формы конфликтного поведения супругов

Выбор средств взаимодействия конфликтующими супругами зависит от уровня культуры, типа темперамента, особенностей характера, степени готовности к семейной жизни, возраста и т. п.

В зависимости от средств, выбираемых супругами для разрешения конфликта, он может выполнять как разрушительную, так и созидательную роль.

К средствам, разрушающим семейные отношения, относятся оскорбления, унижение человеческого достоинства, стремление проучить, сильнее обидеть, свалить вину за возникший конфликт друг на друга. В итоге исчезает взаимное уважение, супружеское взаимодействие становится неприятной обязанностью.

Во втором случае, когда конфликт выполняет созидательную роль, супруги стремятся выбирать средства, способствующие выяснению причин конфликтов, ищут их прежде всего в своих действиях и поступках, выражают взаимную готовность изменить сложившиеся взаимоотношения.

Конфликтное поведение супругов может проявляться в скрытой и открытой формах. Показателями *скрытого конфликта* являются: демонстративное молчание; резкий жест или взгляд, говорящий о несогласии; бойкот взаимодействия в какой-то сфере семейной жизни; подчеркнутая холодность в отношениях. *Открытый конфликт* проявляется чаще через открытый разговор в подчеркнуто корректной форме; взаимные словесные оскорбления; демонстративные действия (хлопанье дверью, битье посуды, стучание кулаком по столу), оскорбление физическими действиями и др.

Конфликты в семье могут создавать психотравмирующую обстановку для супругов, их детей, родителей, в результате чего они приобретают ряд отрицательных свойств личности. В конфликтной семье закрепляется отрицательный опыт общения, теряется вера в возможность существования дружеских и нежных взаимоотношений между людьми, накапливаются отрицательные эмоции, появляются психотравмы, проявляющиеся чаще в виде переживаний, которые в силу выраженности, длительности или повторяемости сильно воздействуют на личность.

Состояние полной семейной неудовлетворенности возникает в результате конфликтных ситуаций, в которых проявляется заметное расхождение между ожиданиями индивида по отношению к семье и ее действительной жизнью. Выражается в скуке, бесцветности жизни, отсутствии радости, ностальгических воспоминаниях о времени до брака, жалобах окружающих на трудности семейной жизни. Накапливаясь от конфликта к конфликту, такая неудовлетворенность выражается в эмоциональных взрывах и истериках.

Семейная тревога чаще проявляется после крупного семейного конфликта. Признаками тревоги являются сомнения, страхи, опасения, касающиеся прежде всего действий других членов семьи.

4. Разрешение супружеских конфликтов

Разработано много рекомендаций по нормализации супружеских взаимоотношений, предупреждению перерастания спорных ситуаций в конфликты. Большинство из них сводится к следующему:

Уважай себя, а тем более другого. Помни, что он (она) самый близкий для тебя человек, отец (мать) твоих детей.

Старайся не копить ошибки, обиды и «грехи», а сразу реагируй на них. Это исключит накопление отрицательных эмоций.

Исключи сексуальные упреки, так как они не забываются.

Не делайте замечаний друг другу в присутствии других (детей, знакомых, гостей и т.д.).

Не преувеличивай собственные способности и достоинства, не считай себя всегда и во всем правым.

Больше доверяй и ревность своди к минимуму.

Будь внимательным, умей слушать и слышать супруга.

Не опускайся, заботься о своей физической привлекательности, работай над своими недостатками.

Никогда не обобщай даже явные недостатки супруга, веди разговор только о конкретном поведении в конкретной ситуации.

Относись к увлечениям супруга с интересом и уважением.

В семейной жизни иногда лучше не знать правду, чем во что бы то ни стало пытаться установить истину.

Старайтесь находить время для того, чтобы хотя бы иногда отдохнуть друг от друга. Это поможет снять эмоционально-психологическую перенасыщенность общением.

Очень важно научиться такту и выдержке, уметь убедительно и аргументированно излагать свою точку зрения. Если же убедить супруга не удастся, лучше прекратить спор. Самое главное – не превратить семейные споры в ссоры, дискуссии – в скандалы и выяснения отношений. Супругам надо научиться взаимодействовать с родителями и родственниками, а важнее – научиться уважать друг друга.

Исправить положение можно в том случае, если этого хотят оба супруга. Скандалы, ультиматумы, брань, даже физическое насилие не побуждают к лучшему поведению, не помогают, а только мешают виновному исправить свои ошибки или избавиться от недостатков.

5. Ревность

В психологии современной семьи под ревностью понимают составную часть половой любви или интимной дружбы, говорящей о силе влечения между мужчиной и женщиной; эмоцию не присущую любви; эгоизм в половых отношениях

Ревность состоит из неуверенности в себе, страха, подавленности, агрессии, зависимости.

Виды ревности (Т.М. Заславская В.А. Гришин, 2004):

- собственническая ревность (человек – собственность);
- ревность ущемленная (свойственна людям с тревожно-мнительным характером, неуверенным в себе, склонностью к преувеличению опасности);
- обращенная ревность (ее источник – проекция собственной супружеской неверности или надежности супругов).

Ревность может быть: 1) ситуационно обусловленной; 2) как личностная черта; 3) одно из проявлений патологии.

Ситуационно обусловленная ревность вызвана реальной опасностью измены партнера, конкретными проявлениями в его поведении, рождающем подозрение.

Если *ревность – личностная черта*, то, как правило, она связана в разной степени с самооценкой. Ревность легко возникает по совершенно невинным поводам и трудно подавляется. Ревнивый супруг как бы всегда готов почувствовать себя недостаточно оцененным и отвергаемым, он все время опасается, что есть или в любой момент может появиться кто-то лучше, чем он. Так как супружескую верность вообще трудно доказать, то убедить ревнивого супруга в верности партнера является делом весьма трудным, а в большинстве случаев этого лучше и не делать.

6. Психология измены

Т.М. Заславская, В.А. Гришин указывают семь мотивов, по которым возникают внебрачные связи: новая любовь (в браках, основанных на выгоде, страхе одиночества), возмездие, поруганная любовь, поиск нового любовного переживания, восполнение, тотальный распад семьи, случайная связь.

Измену определяют как специфические ситуации, так и особенности личности партнеров.

Почему изменяют мужчины:

- если мужчина изменял своей избраннице в период ухаживания, то есть высокая вероятность того, что он будет изменять во время брака;
- если отец мужа изменял своей супруге, сын унаследует такую модель поведения с высокой вероятностью;
- бремя успеха;
- отсутствие жены рядом; – самоутверждение.

Почему изменяют женщины:

- недовольство мужем;
- желание отомстить мужу за измену;
- способ продвижения по служебной лестнице или избежать увольнения.

По мнению психологов, неверность супруги является реальной угрозой существованию для её собственной семьи, так и для семьи ее партнера по внебрачной связи.

Рекомендации по сохранению совместной жизни в ситуации раскрытой измены.

В общении: поддерживать формальное общение.

В половой жизни: сохранять половые отношения, если неверный партнер проявляет к ним интерес.

В хозяйстве: четкое планирование, распределение бюджета. В отношении детей: оберегать от конфликта,

XI. ПСИХОЛОГИЯ РАЗВОДА

1. Понятие развода

Под разводом понимают разрыв семейных отношений.

Мотивы развода (Н.Г. Юркевич, 1970):

1. Несовместимость или несоответствие характеров.
2. Нарушение супружеской верности.
3. Плохие отношения с родственниками.
4. Алкоголизм одного из супругов.
5. Вступление в брак без любви или интерпретация иного чувства в качестве любви. Легкомысленное вступление в брак.
6. Осуждение супруга к лишению свободы на длительный срок.

В 2002–2004 гг. Е.Г. Силяевой и А.Н. Елизаровым установлены новые мотивы развода, не встречавшиеся ранее: компьютерная зависимость, укрепление экономической самостоятельности и социального равноправия женщины, проблемы, связанные с нерациональной тратой денег, нерациональной организацией времени.

Часто юридическому расторжению брака мешают следующие причины:

- страх перед осуждением родственников, друзей и окружающих;
- представление о том, что детям нужны оба родителя;
- низкая экономическая самостоятельность и социальное равноправие женщины;

– негативное отношение к разводу на уровне общественного сознания;

– гипертрофированная ориентация на чувство долга в противовес ориентации на удовлетворение своих потребностей.

На рост числа разводов влияют факторы:

– экономические (число уменьшается в трудные времена,

увеличивается в период экономического благополучия);

– политические (в либеральные времена и годы политических экспериментов число разводов увеличивается);

– расовые различия (уровень разводов у чернокожего населения в США в 2 раза выше, чем у белого); – религиозные различия (у католиков число разводов ниже).

2. Стадии разводного процесса

Большинство супругов переживают развод одинаково. Развод в представлении многих специалистов – это процесс, который начинается с того, что супруги оценивают возможность развестись и заканчивается только тогда, когда оба партнера создают свой самостоятельный смысл жизни. Юридический развод при этом лишь часть всего развода.

Процесс развода состоит из 2-х стадий: стадия решения, стадия реструктуризации (перестраивания).

Первая стадия заканчивается принятием решения о разводе.

Вторая стадия складывается из 5 отдельных процессов, которые могут протекать одновременно. К ним относятся эмоциональный, правовой, экономический, родительский и общественный аспекты развода.

Классификация стадий развода, представленная Э. Кюблер-Росс:

1. Отрицание (восприятие ситуации искажают психологической защитой, брачные отношения обесцениваются посредством рационализации).

2. Озлобленность (от душевной боли защищает гнев на партнера).

3. Переговоры (попытки восстановления брака, манипулирование, давление).

4. Депрессия (человек чувствует себя неудачником, уровень самооценки снижается, количество контактов с внешним миром ограничивается).

5. Адаптация (формируется умение жить без партнера и преодолевать одиночество. Неизбежна ломка социальных отношений).

3. Влияние развода и его последствий на детей. Влияние развода на супругов.

Большинство людей после развода справляются со своими проблемами через 2–3 года после окончательного разрыва.

Типы взаимоотношений разведенных супругов по К. Аронс (1995): отличные товарищи, сотрудничающие коллеги, сердитые союзники, ярые враги, распавшийся дуэт (через год после развода).

Дети по-разному проявляют свои переживания в период развода. С нарушением заведенного в семье порядка, в сочетании с бессилием, дети дошкольного возраста реагируют на распад семьи плачем, расстройством сна, повышенной пугливостью, снижением познавательных процессов, проявлением неопрятности, пристрастием к собственным вещам и игрушкам. С большим трудом расстаются с матерью. У части детей наблюдается регрессия игровых форм, для них характерно проявление чувства вины за распад семьи. Дети 5–6 лет проявляют усиление агрессии и тревоги, раздражительности, неугомонности, гневливости. Они достаточно отчетливо представляют, какие изменения в их жизни вызывает развод. Они способны рассказать о своих переживаниях, тоске по отцу или матери, желании восстановить семью, у детей не наблюдается ярко выраженных задержек в развитии или снижении самооценки, но у наиболее уязвимых нарушается сон и аппетит.

При распаде семьи уязвим единственный ребенок. Те, у кого есть братья и сестры, намного легче переживают развод: дети в таких ситуациях вымещают агрессию или тревогу друг на друге, что значительно снижает эмоциональное напряжение и уменьшает вероятность нервных срывов.

Успешность адаптации ребенка после развода родителей зависит от взаимодействия многих факторов.

Семейная атмосфера до развода: если развод завершает длительный период ссор, тяжелых переживаний, то он может оказать даже

положительное влияние. В таком случае развод воспринимается как облегчение.

Характер развода – наиболее неблагоприятное влияние на детей оказывает развод в форме «боевых действий», включающий взаимные обвинения супругов, особенно если родители вовлекают в свою борьбу детей, заставляют их принимать чью-то сторону. Дети страдают от такого положения и не желают делать выбор между родителями. Развод в относительно спокойной форме уменьшает вероятность возникновения страданий у подростка, если родители способны объяснить ребенку, что они разводятся друг с другом, а не с детьми и по-прежнему останутся для них любящими и близкими людьми.

Степень адаптации родителей к факту развода – умение разведенных супругов приспособиться к новой ситуации – оказывает решающее влияние на адаптацию ребенка, и, наоборот, чем больше беспокойства испытывают родители, тем серьезнее нарушено душевное равновесие их детей.

ХII. ПОВТОРНЫЙ БРАК

1. Мотивы и типы повторных браков

Между первым и вторым браком наблюдается разница в среднем 5,5 лет.

Психологические причины:

- нужно время для восстановления душевных сил,
- осмысления всего, что произошло,
- поиск нового спутника жизни, – боязнь повторной ошибки, – привыкание к одиночеству.

Повторный брак, как правило, в большей мере, чем первый, является осознанным, рассудочным актом человеческого поведения: сказывается опыт предыдущего брака, с возрастом обычно усиливается прагматический подход к жизни, усложняются условия личной жизни и связи с внешним миром, с чем невозможно не считаться, создавая новую семью.

Мотивы повторного брака:

- 1) удовлетворение чувства любви, большой привязанности;
- 2) достижение большего душевного комфорта;

3) улучшение материальной стороны жизни, бытовых условий.

С учетом ведущих мотивов и жизненно важных потребностей, определяющих стремление человека создать новую семью, в группе повторных браков можно условно выделить несколько разновидностей:

1) брак разведенного мужчины среднего или пожилого возраста с более молодой, свободной и бездетной женщиной;

2) женитьба разведенного мужчины, дети которого остались с матерью, на разведенной женщине с ребенком или несколькими детьми;

3) браки вдовцов и вдов;

4) «возвратные браки» (попытки супругов восстановить отношения после разрыва, иногда несколько раз).

2. Психологические особенности повторных браков.

Психологические особенности повторных браков.

1. Партнеры, вступившие в повторный брак, уже не рассчитывают на «вечную» романтическую любовь и рассматривают супружество с рациональной точки зрения.

2. Выбор нового спутника жизни осуществляется продуманно, с учетом достоинств и недостатков друг друга, совместимости интересов и потребностей.

3. Мужчина и женщина стараются учитывать и исключать промахи, которые были в предыдущем браке, поэтому не решаются на второй брак, если обнаружат у кандидата те же или сходные недостатки, что были у первого супруга.

4. В основе второго брака лежит сознательная симпатия, а не эмоциональная восторженность, как при первом, есть опыт оценки мужчин и женщин, есть возможность до заключения брака испытать друг друга на психологическую удовлетворенность.

5. Правильные выводы из предыдущей неудачи делают психологически адаптированные личности, которые выбирают для второго брака более адекватного партнера или ведут себя более разумно и тактично.

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 в повторном

браке делают тот же неудачный выбор партнера, что и в предыдущем, допускают те же ошибки, которые привели к распаду первого брака.

Трудности повторных браков.

1. 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 привносит в семью каждый из супругов, и необходимостью примириться с ними либо избавиться от них;
- между супружеской и родительской любовью, если от предыдущего брака остался ребенок.

2. Наличие психологических барьеров:

- сравнение прежнего супруга с новым партнером;
- наличие поведенческих сценариев и конфликтных стратегий (супруги невольно начинают действовать, как и в прежней семье, негативными средствами, методами, по старой привычке);
- наличие крайностей (в прежней семье ссорились по пустякам, здесь уступают и в принципиальных вопросах; если раньше дом был открыт для друзей, то теперь живут замкнуто).

Рекомендации по преодолению трудностей:

- не следует бояться полезных навыков, которые обретены в прежней семье;
- необходимо пересмотреть опыт предыдущей семейной жизни, закрепить и умножить все доброе из прежнего багажа, если для новой семьи это тоже приемлемо, а затем можно постепенно вводить в супружескую жизнь новые обычаи и правила семейных отношений;
- для предупреждения нежелательных недоразумений между супругами накануне заключения брака лучше честно и искренне рассказать все, что было до супружества, ибо не исключено, что какие-либо «доброжелатели» могут привнести искаженную информацию со стороны;
- использование даже позитивного семейного опыта должно быть очень деликатным;
- второе супружество нужно беречь особенно. Именно психологическая совместимость стоит на первом плане при создании

второго брака, надо стремиться вырастить в себе новый супружеский характер.

3. Проблемы, возникающие у супругов в повторных браках

1. *Брак разведенного мужчины со свободной и молодой женщиной.* Любовная связь этих партнеров часто является причиной распада прежней семьи. Переживания во внебрачной связи сильно отличаются от семейной жизни. 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, материальный достаток, его уверенность в поступках и способность быть надежной опорой женщине. Она восхищается им и одновременно находит в нем отцовские черты. Отношения между ними вначале часто развиваются на комбинации «родительского» и «детского» партнеров, которые вполне совместимы. Дальнейшее состояние брака зависит от того, сохраняется ли данный тип отношений или же после некоторого периода времени, в течение которого молодая женщина развивается и созревает социально, она оставляет роль «детского» партнера и начинает проводить свою автономную линию, претендовать на главенство в семье. В результате она перестает с уважением относиться к поступкам своего более старшего по возрасту мужа, которые раньше ей импонировали, и начинает с повышенной критичностью оценивать его привычки и меньшую гибкость в поведении.

Определенные проблемы могут быть связаны с необходимостью материальной поддержки детей от первого брака, что снижает уровень жизни новой семьи, встречами мужа с детьми от первого брака, а также с некоторым неблагоприятием в сексуальной сфере.

2. *Второй брак с разведенной женщиной, имеющей детей.* В большинстве случаев разведенными бывают оба партнера, причем 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 поучительный опыт, но, с другой стороны, стали менее гибкими, медленнее меняют свои привычки. По этой причине возможно нарушение в супружеской подструктуре.

Жена приводит с собой ребенка (или нескольких детей) от первого брака, ее новый муж становится отчимом, а дети превращаются в пасынков и падчериц. Дети могут не воспринимать 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 детям. Поэтому дети от первого брака могут оказывать отрицательное влияние на согласие в новой семье: появляются трудности построения взаимоотношений с неродным ребенком и с супругом по поводу его воспитания.

Роль отчима – одна из самых сложных для мужчин, а период ее освоения наиболее труден в новой семье. Успех во многом зависит от того, насколько быстро мужчина поймет, что ему незачем играть роль «отца», а надо придерживаться своей собственной роли. Не менее важно и то, чтобы это поняла мать детей и не требовала от нового мужа отцовской любви и ответственности в период его адаптации к новой семье.

3. *Брак вдовца со вдовой.* Вдовцы и вдовы создают семью позже и реже, чем мужчины и женщины после развода, однако и в этом виде повторного брака могут быть свои специфические проблемы. Чаще всего это проблема, связанная с отличием в поведении нового партнера (в сравнении с предыдущим). Живой партнер никак не может помешать идеализации умершего супруга. Воспоминания и нетактичные ссылки на пример умершего супруга могут вызвать напряжение и неудовлетворенность. Для установления благоприятных отношений в новой семье очень важно, чтобы оба супруга осознали: тот, кто жил раньше, имел свои права и занимал определенное место в их жизни, но нельзя сравнивать его с нынешним избранником и возводить умершего в ранг святого.

4. *«Возвратный брак».* Это разновидность повторного брака, когда разведенные супруги вновь восстанавливают разрушенную семью. При этом около 80% разведенных мужчин согласны были бы снова жениться на своих бывших женах (женщины, несмотря на ограниченные возможности повторного замужества, на «возвратный брак» соглашаются реже). Поэтому 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 мотивом может явиться осознание неправильности своей позиции в период первого брака, решимость относиться более терпимо к недостаткам своего брачного партнера, стремление сохранить ребенку 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 и от других повторных семейных союзов, состоит в том, что брак заключается между людьми, хорошо знающими взгляды, привычки, потребности, достоинства и недостатки друг друга. Это позволяет более реально оценить и взвесить свой шаг, найти подход друг к другу. Конечно, наша память устроена так, что со временем меркнут воспоминания о плохом и лучше сохраняются о хорошем, и образ супруга может представляться более привлекательным, чем он есть в действительности. Это может быть чревато новым разочарованием, отчуждением, а может и послужить стимулом тому, чтобы у человека возникло стремление и желание соответствовать такому образу.

Особую категорию «возвратных браков» составляют пары, которые неоднократно расходятся и сходятся. Тут дело главным образом в особенностях психики этих людей. Они обычно отличаются неустойчивыми ориентирами, слабоволием, несдержанностью в проявлении своих эмоций и чувств, неупорядоченностью в организации быта и ведении домашнего хозяйства.

ХIII. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ

1. Задачи и направления психологической помощи современной семье

Основной задачей социально-психологической помощи выступает помощь семье в течение жизненного цикла развития семьи, связанная с кризисами, с проблемами супружеских и детско-родительских отношений. В психолого-педагогической работе с семьей можно выделить следующие направления:

- психодиагностическое;
- психокоррекционное;
- психопрофилактическое; – психопросветительское.

Работа с семьей может проводиться как по запросу, так и по показаниям. Работа по показаниям проводится по заказу социальных служб или структур. В качестве заказчика выступает официальное лицо, которое может быть непосредственно не связано с конкретными семьями,

и обращение к специалистам является частью выполнения ими функциональных обязанностей. Наиболее часто за помощью к специалистам обращаются педагоги и родители по поводу детей.

Работа по запросу чаще всего осуществляется по инициативе родителей. Дети начинают выступать в качестве заказчиков лишь в подростковом возрасте.

Работа по запросу и по показаниям начинается с психологической диагностики. В диагностическом направлении работы с ребенком можно выделить некоторые проблемы:

1. Контроль развития ребенка. Для контроля развития ребенка можно изучить личностные черты, эмоционально-волевую сферу, уровень сформированности и развития познавательных процессов и функций, уровень различных умений и навыков. Обычно работа по изучению уровня развития детей проводится как ряд плановых процедур во всех школьных и дошкольных учреждениях.

2. Выявление проблемных зон нормального развития ребенка. Существуют проблемы и затруднения нормального развития. Для выявления проблемных зон проводится изучение личностных особенностей, состояний, межличностных отношений.

3. Выявление патологического развития ребенка. Выявление патологии требует специальных навыков и специфических методик и редко является задачей школьных педагогов-психологов.

4. Выявление проблем связано с аномальным развитием ребенка. К ним относятся: дети с ОПФР, дети, страдающие хроническими заболеваниями. Исследуются личностные особенности, уровень развития познавательных функций.

Психопрофилактическая работа проводится по показаниям на основании данных психодиагностики. Психокоррекционная работа осуществляется как по запросу, так и по показаниям. Показаниями психологической помощи детям называют возникновение кризисных жизненных ситуаций, распад семьи, болезнь, страхи, агрессивность.

2. Психолого-педагогическая работа с родителями

Показаниями для работы с родителями являются трудности ребенка в сочетании с результатами диагностики, свидетельствующие о наличии роли родителей в возникновении этих трудностей. При работе с

родителями педагоги-психологи часто сталкиваются с трудностями воспитания ребенка в семье, с проблемами взаимодействия и функционирования.

В.В. Столин (1987) классифицирует запросы родителей по двум основаниям:

1. Жалоба – признание неблагополучия самого родителя либо признание неблагополучия семейных отношений, либо признание неблагополучия самого ребенка.

2. Следует учитывать степень генерализованности нарушений, на которые жалуются родители, а именно:

- проблемы ребенка могут существовать только вне семьи;
- внутри семьи;
- как внутри, так и вне семьи.

При работе с родителями чаще используется просветительское, коррекционное и профилактическое направления деятельности. В последние десятилетия развитие получили специальные программы. Возрастает роль психологического и педагогического просвещения родителей.

3. Методы диагностики семейных и детско-родительских отношений

Изучение совместимости супругов

Социально-психологический уровень совместимости исследовался с помощью методики «Рольевые ожидания и притязания в браке», разработанной А.Н. Волковой (1990), позволяющей выяснить установки людей в области распределения семейных функций и распределить значимость различных семейных ценностей.

Социокультурный уровень совместимости изучался при помощи методики «Ценностные ориентации», разработанной М. Рокичем (1973).

Ориентирована на получение иерархии жизненных целей (терминальные ценности) и иерархии средств их достижения (инструментальные ценности).

Особенности распределения семейных ролей, ожиданий и притязаний в браке, совместимость супружеской пары исследуются с помощью специальных методик.

Тест-опросник удовлетворённости браком разработан

В.В. Столиным, Г.П. Бутенко, Т.Л. Романовой (1987) и предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворённости – неудовлетворённости, а также согласования – рассогласования удовлетворённости браком в конкретной супружеской паре. Опросник применяют индивидуально в консультативной практике.

Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (Ю.Е. Алёшина, Л.Я. Гозман, 1987) даёт возможность охарактеризовать обследуемую семью по ряду параметров: наиболее конфликтные сферы семейных отношений, степень согласия (несогласия) в ситуации конфликта, уровень конфликтности в паре.

Кроме тестирования, в исследовании супружеской пары можно использовать опрос, беседу, интервью.

Метод опроса позволяет практическому психологу выявить социальноэкономические и демографические характеристики супружеской пары: жилищные условия, семейный бюджет, стаж брака, возраст супругов и разницу в возрасте, образование, род занятий, количество и возраст детей. Положительное влияние на супружеский брак оказывают хорошие жилищные и материальные условия, приблизительное равенство возрастов супругов или более старший (3–7 лет) возраст мужа, отсутствие разницы в образовании, число детей от одного до четырёх.

Метод беседы, или интервью, может быть использован в случае необходимости изучения микроокружения семьи. Этот фактор также имеет значение для стабилизации брака и семьи в целом. Кроме того, необходимо знать, на какой стадии супружества находится пара, т. к. для каждой стадии характерны типичные проблемы, структура отношений, уклад и образ жизни семьи.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Специфика семейных конфликтов

Семейные конфликты – это противоборство между членами семьи на основе столкновения противоположно направленных мотивов и взглядов.

Э. Эйдемиллер и В. Юстицкис указывают на несостоятельность идиллического представления о семье, для которой характерны стабильность хороших отношений и удовлетворенность всех семейной жизнью. Напротив, противоречия между личностью и семьей неизбежны, как и необходимость постоянного разрешения возникающих разногласий. В семье человек постоянно оказывается перед выбором – притерпеться к не удовлетворяющим его особенностям семьи, отстраниться или, пересмотрев свою роль и место в семье, найти новый способ интеграции с нею.

Чаще всего делят семьи на три основные группы с точки зрения уровня конфликтности: стабильные (справляющиеся с семейными конфликтами); проблемные (частично справляющиеся); нестабильные (не преодолевающие конфликт и имеющие негативную семейную ориентацию). Основой семейных конфликтов является рассогласование между представлениями супругов относительно потребностей друг друга, между представлениями и ожиданиями одного по отношению к другому. С точки зрения конфликтности выделяются несколько основных сфер жизнедеятельности семьи: на первом месте находится то, что называют «культурой общения» – соблюдение или несоблюдение супругами норм повседневной жизни. Далее следует недостаточное удовлетворение в семейном взаимодействии супругов потребности в защите Я-концепции, которая поддерживается удовлетворением потребностей в любви, ощущения своей значимости, чувства собственного достоинства. На третьем месте находятся две основные сферы взаимодействия: ролевая, связанная с удовлетворением ролевых потребностей супругов в соответствии с позициями матери и отца, мужа и жены, хозяина и хозяйки; а также та часть жизни супругов, которая связана «с взаимной информированностью о различных сторонах жизни и личностных особенностях партнера».

Семейные конфликты отличаются и по причинам. Важнейшими из них являются:

- ограничение свободы активности, действий, самовыражения членов семьи;
- отклоняющееся поведение одного или нескольких членов семьи (алкоголизм, наркомания и т. д.);
- наличие противоположных интересов, устремлений, ограниченность возможностей для удовлетворения потребностей одного из членов семьи (с его точки зрения);
- авторитарный, жесткий тип взаимоотношений, сложившихся в семье в целом;
- наличие трудноразрешимых материальных проблем;
- авторитарное вмешательство родственников в супружеские отношения;
- сексуальная дисгармония партнеров в браке и др.

Для разных типов семей характерны разные типы конфликтов. В группе стабильных супружеских пар конфликты возникают по преимуществу в ролевой сфере в силу неоднозначного представления о семейных ролях, однако решаются, как правило, конструктивно, благодаря общему благоприятному фону межличностных отношений.

Конфликты в нестабильных семьях связаны главным образом с неудовлетворенностью потребности в защите Я-концепции, а также с нарушением норм повседневной жизни. Проблемные пары занимают промежуточное положение.

Супружеские конфликты

Проблема адаптации человека к группе может быть сформулирована следующим образом: может ли человек обеспечить себе в группе пространство свободного движения, достаточное для удовлетворения его личных потребностей, и при этом не мешать реализации интересов группы? Учитывая специфические характеристики супружеской группы, обеспечение адекватной частной сферы внутри группы представляется особенно сложным делом. Группа имеет маленький размер; отношения между членами группы очень тесные; самая сущность брака заключается в том, что личности приходится допускать другого человека в свою частную сферу; затронуты центральные области личности и само ее социальное бытие. Каждый член группы особенно чувствителен ко всему, что расходится с его собственными потребностями.

Среди причин напряжения в группе следует особо отметить следующие:

1. Степень удовлетворенности потребностей личности. Неудовлетворенная потребность означает не только то, что определенная область личности находится в напряжении, но и то, что человек как целостный организм также пребывает в состоянии напряжения. Это особенно характерно для базовых потребностей, таких, как потребность в сексе или безопасности.

2. Величина пространства свободного движения личности. Слишком ограниченное пространство свободного движения обычно приводит к усилению напряжения, что было убедительно доказано в исследованиях гнева и экспериментах по созданию демократической и авторитарной групповой атмосферы. В авторитарной атмосфере напряжение гораздо выше, и его результатом обычно бывает либо апатия, либо агрессия

3. Внешние барьеры. Напряжение или конфликт зачастую приводят к тому, что человек пытается покинуть неприятную ситуацию. Если это возможно, то напряжение будет не слишком сильным. Если же человек недостаточно свободен, чтобы покинуть ситуацию, если ему мешают какие-то внешние барьеры или внутренние обязательства, это с высокой вероятностью приведет к возникновению сильного напряжения и конфликта.

4. Конфликты в жизни группы зависят от того, насколько цели группы противоречат друг другу, и от того, насколько члены группы готовы принимать позицию партнера.

В современном обществе каждый человек является членом множества групп. Муж и жена тоже частично принадлежат к разным группам, которые могут иметь противоречащие друг другу цели и идеологии. Не так уж редко бывает, что супружеские конфликты возникают вследствие принадлежности супругов к этим пересекающимся группам, да и общая атмосфера семейной жизни не в последней степени обуславливается характером этих групп.

Очевидно, что эта проблема становится значимой в том случае, когда муж и жена принадлежат к различным национальным или религиозным группам либо к слишком разным социальным или экономическим классам.

Супруги и родительские семьи.

Молодожены нередко сталкиваются с трудностями, возникающими вследствие сильной привязанности партнеров к своим родительским семьям. Теща может воспринимать своего зятя просто как еще одного члена своей семьи, или же каждая из двух родительских семей может попытаться привлечь молодоженов на свою сторону. Такая ситуация может привести к конфликту, особенно в том случае, если с самого начала между семьями не установились достаточно дружественные отношения.

Вероятность конфликта между мужем и женой уменьшается, если потенциал их членства в супружеской группе выше, чем потенциал их членства в прежних группах, поскольку в этом случае супружеская группа будет действовать как единое целое. Если же связь с родительской семьей остается достаточно сильной, то поступки мужа и жены будут в значительной степени обусловлены их членством в различных группах и вероятность конфликта возрастет. Именно это, по всей видимости, имеется в виду в расхожем совете для молодоженов «не жить слишком близко к своим родителям».

Ревность.

Ревность – это одна из самых распространенных проблем, она встречается уже у детей; ревность может быть сильной даже в том случае, когда для нее нет совершенно никаких оснований. Эмоциональная ревность частично базируется на ощущении того, что на чью-то «собственность» претендует кто-то другой. Учитывая большую степень перекрытия сфер и тенденцию любви быть всеобъемлющей, становится вполне понятно, что это чувство легко возникает между людьми, находящимися в очень тесных отношениях.

Интимное отношение одного из партнеров к третьему лицу не только делает его «потерянным» для второго партнера, но и у второго партнера, кроме всего прочего, появляется ощущение, что какая-то часть его собственной частной, интимной жизни становится известной этому третьему лицу. Позволив брачному партнеру доступ в свою частную жизнь, человек вовсе не намеревался сделать ее доступной для всех других людей. Отношение партнера с третьим лицом воспринимается как брешь в преграде, закрывающей чью-то интимную жизнь от окружающих.

Признаки дисфункциональной семьи 1.

Отрицание проблем и поддержание иллюзий.

2. Вакуум интимности.

3. Замороженные правила и роли.
4. Конфликтные взаимоотношения.
5. Недифференцированность "Я" каждого члена ("Если мама сердится, то сердятся все").
6. Границы личности либо смешаны, либо наглухо разделены невидимыми стенами.
7. Все держат секрет семьи, все поддерживают фасад псевдоблагополучия.
8. Склонность к полярности чувств и суждений.
9. Закрытость системы.
10. Абсолютизирование воли, контроля.

Воспитание в дисфункциональной семье подчиняется определенным правилам. Вот некоторые из них.

1. Взрослые – хозяева ребенка.
2. Лишь взрослые определяют, что правильно, что неправильно.
3. Подразумевается, что ребенок отвечает за гнев взрослых.
4. Родители держат эмоциональную дистанцию.
5. Воля ребенка, расцениваемая как упрямство, должна быть сломлена и как можно скорее.

Если следовать этим правилам, то в семье образуются две группы людей – угнетатели (родители), наделенные властью и абсолютным контролем, и угнетаемые (дети).

Угнетаемые не имеют права голоса. В них ценится превыше всего послушание. Задавать вопросы о том, почему надо слушаться всех взрослых, было бы нарушением привилегий семьи, посягательством на святость власти родителей.

Чтобы выжить и чувствовать себя в безопасности, ребенок до подросткового возраста верит, что родители хорошие, все правила и предписания родителей заглывает без критики. Ничто не могло бы разубедить ребенка в том, что родители хорошие.

Правила дисфункциональной семьи К. Блэк в своей книге "Это никогда со мной не случится" (1981) сформулировала предельно кратко. Это правило трех "не":

- не говори,

- не чувствуй, • не доверяй.

Дети научаются защищать себя в подобных семьях с помощью встроенных в нас механизмов психологической защиты (защита Эго). Дети подавляют свои чувства, отрицают то, что происходит, проецируют гнев и ненависть на предметы или на друзей. Создают иллюзию любви и привязанности. Дети идеализируют и минимизируют, затуманивают свои чувства и сознание. И в конце концов могут вообще ничего не чувствовать. Эти же механизмы защиты интенсивно работают у взрослых зависимых и созависимых лиц.

Признаки функциональной семьи 1.

Проблемы признаются и решаются.

2. Поощряются свободы (свобода восприятия, свобода мысли и обсуждения, свобода иметь свои чувства, желания, свобода творчества).

3. Каждый член семьи имеет свою уникальную ценность, различия между членами семьи высоко ценятся.

4. Члены семьи умеют удовлетворять свои собственные потребности.

5. Родители стремятся выполнять обещания.

6. Ролевые функции выбираются, а не навязываются.

Возможно обсуждение.

7. В семье есть место развлечениям.

8. Ошибки прощаются, на них учатся.

9. Семейная система существует для индивида, а не наоборот.

10. Правила и законы семьи гибкие, их можно обсуждать.

Литература

1. Андреева, Т.В. Семейная психология / Т.В. Андреева. – СПб., 2003.
2. Дорно, Н.В. Современный брак: проблемы и гармонии / Н.В. Дорно. – М., 1990.
3. Крюкова, Т.Л. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними / Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк. – СПб.: Речь, 2005.

4. Москаленко, В.Д. Зависимость: семейная болезнь / В.Д. Москаленко. – М.: Институт консультирования и системных решений, 2014.
5. Олифирович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента. – СПб.: Речь, 2006.
6. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования; под ред. Е.Г. Силяевой. – М., 2002.
7. Психология семьи: Хрестоматия. – Самара, 2002.
8. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир. – СПб., 1999.
9. Сысенко, А.В. Супружеские конфликты / А.В. Сысенко. – М., 1990.
10. Райгородский, Д.Я. Психология и психоанализ любви / Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2002.
11. Райгородский Д.Я. Психология семьи. – Самара, 2002.
12. Шнейдер, Л.Б. Психология семейных отношений / Л.Б. Шнейдер. – М., 2000.
13. Эйдемиллер, Э. Психология и психотерапия семьи / Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2008.

Алфавитный указатель

- Алешина Ю.Е. 14, 17, 59
Аронс К. 50
Аугустинавичюте А. 40
Бандура А. 22
Блэк К. 64
Боуэн М. 23
Бутенко Г.П. 59
Васильева Э.К. 14
Волкова А.Н. 58
Гильд С. 40
Гозман Л.Я. 59
Гребенников И.В. 11
Гришин В.А. 47, 48
Дюваль Э. 14
Елизаров А.Н. 49
Заславская Т.М. 47, 48
Каслер Л. 31
Левис Р. 40
Майерс Д. 40
Макаренко А.С. 31
Маслоу А. 31, 32, 34
Мацковский М.С. 11
Минухин С. 25
Обозов Н.Н. 40
Орлов Ю. 40
Рокич М. 58
Романова Г.Т. 56
Ротгер Д. 22
Рубин З. 34
Самоукина Н.В. 16
Сентерс Р. 37
Сермягина О.С. 17
Силяева Е.Г. 49
Скиннер Б. 22

Спаниер Дж. 40
Стернберг Р. 33
Столин В.В. 58, 59
Столяренко Л.Д. 42
Сысенко В.А. 41
Уинч Р. 36

Фрейд З. 36
Фромм Э. 31, 32, 33
Хаттисс Р. 33
Хрусталев С. 40
Эйдемиллер Ю. 18, 60
Юркевич Н.Г. 49
Юстицкис В. 18,

МГПУ им. И.П.Шамякина