

МВД России
Санкт-Петербургский университет

Н. Ф. Гейжан, А. М. Иванова

ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ

Учебное пособие

2-е издание, переработанное и дополненное

Санкт-Петербург
2025

УДК 159.9: 316.6

ББК 88.5

Г29

Гейжан Н. Ф., Иванова А. М.

Г29 Психология семьи : учебное пособие / Н. Ф. Гейжан, А. М. Иванова. 2-е изд., перераб. и доп. — Санкт-Петербург : СПбУ МВД России, 2025. — 192 с.

Авторский коллектив:

Гейжан Н. Ф. (т. 1, 3, 5, 7, закл.); *Иванова А. М.* (введ., т. 2, 4, 6, 8)

ISBN 978-5-91837-980-6

EDN: LKBFOL

Учебное пособие соответствует программе учебной дисциплины «Психология семьи» по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности.

В учебном пособии рассмотрены современные тенденции развития и основные категории психологии семьи, концепции ведущих научных школ, подходы и технологии психологической работы с семьёй. Представлен теоретический материал, раскрывающий особенности развития семьи и семейных отношений, роли семьи в формировании личности, условий формирования и способов поддержания благополучных отношений в семье.

Предназначено для курсантов и слушателей образовательных организаций высшего образования системы МВД России, а также для сотрудников подразделений морально-психологического обеспечения органов внутренних дел.

УДК 159.9: 316.6

ББК 88.5

Рецензенты:

Мальцева Т. В., кандидат психологических наук, доцент
(Академия управления МВД России);

Костина Л. Н., доктор психологических наук, профессор
(Московский университет МВД России имени В. Я. Кикотя)

ISBN 978-5-91837-980-6

© Санкт-Петербургский университет
МВД России, 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ТЕМА 1. ПРЕДМЕТ, ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИИ СЕМЬИ. СЕМЬЯ КАК МАЛАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ГРУППА	7
1.1. Психология семьи как научная и учебная дисциплина.....	7
1.2. Тенденции развития семьи в современных условиях.....	18
ТЕМА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СЕМЬИ И СЕМЕЙНЫХ СВЯЗЕЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ МОДЕЛИ БРАКА И СЕМЬИ	28
2.1. Модели брака и типы семейных отношений.....	28
2.2. Государственные и религиозные устои семьи	34
ТЕМА 3. ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ: ЭМОЦИОНАЛЬНО-КОГНИТИВНЫЕ, ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ, ЦЕННОСТНО-ОРИЕНТАЦИОННЫЕ.....	44
3.1. Психологическая готовность к браку и выбор партнера	44
3.2. Молодая семья: развитие и проблемы	57
3.3. Отношения молодой и родительской семей.....	63
ТЕМА 4. ОБЩЕНИЕ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В СЕМЬЕ: СЕМЕЙНЫЕ СТРУКТУРЫ, ПРАВИЛА И НОРМЫ. РОДИТЕЛЬСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФЕНОМЕН.....	70
4.1. Психологические условия благополучия и развития семьи	70
4.2. Проблемы взаимодействия в семье	77
4.3. Материнство и отцовство	89
ТЕМА 5. ДИСФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СЕМЬИ. СЕМЕЙНАЯ АЛКОГОЛЬНАЯ СОЗАВИСИМОСТЬ. НАСИЛИЕ И АГРЕССИЯ В СЕМЬЕ.....	96
5.1. Психологические причины дисфункциональности в семьях	96
5.2. Насилие в семье и его профилактика.....	105
5.3. Созависимость в проблематике аддикций.....	121
ТЕМА 6. НАРУШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ: ПРИЧИНЫ, ТИПЫ, НОСИТЕЛИ. РАЗВОД И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ.....	126
6.1. Этапы развития семьи.....	126
6.2. Кризисы семейных отношений.....	132
6.3. Развод и его последствия.....	138

ТЕМА 7. ВОСПИТЫВАЮЩАЯ СЕМЬЯ, СИСТЕМА ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ УСЫНОВЛЕНИЯ ПРИЕМНЫХ ДЕТЕЙ.....	143
7.1. Система детско-родительских отношений	143
7.2. Семья как развивающая среда для ребёнка	151
7.3. Усыновленные и приемные дети в семье	160
ТЕМА 8. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	165
8.1. Методы семейной терапии	165
8.2. Цели и методика семейного консультирования.....	171
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	179
СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	181
ПРИЛОЖЕНИЕ	183

ВВЕДЕНИЕ

Семья традиционно является объектом полидисциплинарных исследований специалистов различных областей гуманитарного знания — философов, социологов, педагогов и психологов, что объясняется, прежде всего, той ролью, которую играет семья в процессе формирования и развития личности.

Первые попытки научного осмысления сущности любви, брака и семьи предпринимались ещё философами Античности. Традиция философского изучения семьи как микромоделей общества и государства, заложенная Платоном и Аристотелем, сохранялась до середины XIX века, когда семья стала предметом изучения социологии. Французский исследователь Ф. Ле Пле, чьи идеи оказывали заметное влияние на европейскую социологию примерно с 1860 по 1940 годы, считается основоположником социологии семьи. Одним из первых проведя масштабные исследования влияния социальных факторов (урбанизации, индустриализации, религии, образования и др.) на формы жизнедеятельности семьи, её структуру и экономическое благополучие, Ф. Ле Пле разработал классификацию семей и оригинальный монографический метод их исследования.

Постепенно акцент эмпирических исследований семей смещался с изучения социальной эволюции на изучение социальных проблем и пропаганду социальных реформ, с разработки теорий семейных систем на более насущные проблемы отдельных семей и их членов. Большой вклад в развитие социологии и социальной психологии семьи внесли представители Чикагской школы социологии, в том числе У. Томас и Ф. Знанецкий. С конца 1930-х годов многие взгляды Чикагской школы либо слились с новыми перспективами, либо оказали на них влияние. К 1950-м годам доминирующей школой стал структурный функционализм под интеллектуальным руководством Т. Парсонса.

Предметная область психологии семьи как отдельной научной дисциплины с самостоятельными теоретико-методологическими позициями, закономерностями и понятийный аппаратом сформировалась лишь во второй половине XX века. В отличие от социологии, где семья рассматривается одновременно как основной социальный инсти-

тут и особый тип малой группы, психология определяет семью как сложно организованное пространство совместной жизнедеятельности, чья структура подвержена изменениям при переходе от одного этапа развития к другому и внутри которого удовлетворяются специфические потребности людей, связанных кровными и родственными узами.

Задача данного учебного пособия — ознакомить обучающихся с современными тенденциями развития и основными категориями семейной психологии, передовыми идеями, концепциями ведущих научных школ, подходами и технологиями психологической работы с семьёй. Учебное пособие призвано содействовать углублению и закреплению у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России знаний, ранее полученных из различных отраслей психологии, для понимания особенностей развития семьи и семейных отношений, роли семьи в формировании личности, условий формирования и способов поддержания благополучных отношений в семье. В учебном пособии также рассмотрены вопросы, освещающие острые проблемы семей и детей группы риска, социального сиротства, детской асоциальности.

ТЕМА 1

ПРЕДМЕТ, ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИИ СЕМЬИ. СЕМЬЯ КАК МАЛАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ГРУППА

- 1.1. Психология семьи как научная и учебная дисциплина.
- 1.2. Тенденции развития семьи в современных условиях.

1.1. Психология семьи как научная и учебная дисциплина

Психология семьи — это одна из самых молодых отраслей современной психологии. Возникнув на стыке философии, социологии, культурологии, психологии и педагогики, *психология семьи* является воплощением междисциплинарного подхода к изучению семьи. Базирующаяся на богатом опыте психологической помощи семье и семейного консультирования, накопленным несколькими поколениями психологов-практиков, психология семьи как научная и учебная дисциплина представляет собой базовый компонент профессиональной подготовки специалистов, работающих с семьей. Дискуссионные вопросы типологизации семьи, этапов и кризисов развития семейных отношений, психологических основ консультативной, профилактической и социальной работы с семьей составляют проблемную область дисциплины «психология семьи».

На состояние семьи оказывает влияние множество факторов — идеология, религия, преобладающий тип производства, уровень культурного развития общества, традиции, мораль и мода, отдельные духовные и светские авторитеты. Кризисные явления в жизни семьи, затрагивающие как супружеские, так и детско-родительские отношения, неизбежно нарастают в условиях дестабилизации всей социальной системы государства. Проблемы профессиональной занятости в большинстве российских регионов, снижение уровня материального благосостояния населения как последствия ухудшения экономической ситуации в стране, сопряженные с разрушением устоев традиционной семьи, деградацией её этических норм и ценностей, ростом дисфункциональности и конфликтности внутрисемейных отношений, увеличением числа неполных, бездетных и альтернативных семей,

оказывают крайне негативное влияние на жизнедеятельность семьи в целом и отдельных её членов в частности. Приступая к изучению основ семьи и семейного строительства, обязательно нужно осознать, в какую эпоху, в какое время мы рассматриваем данный вопрос.

Первые попытки научного осмысления сущности любви, брака и семьи предпринимались ещё философами Античности (табл. 1).

Таблица 1

Типология любви в Древней Греции

№ п/п	Тип любви	Характеристика
1	Эрос	Восторженная, пылкая влюбленность, основанная, в первую очередь, на преданности и привязанности к любимому, а потом уже на сексуальном влечении. При такой любви влюбленный порой начинает чуть ли не поклоняться возлюбленному(ой). Появляется желание полностью обладать им. Это любовь — зависимость. Происходит идеализация любимого. Но всегда следует период, когда «открываются глаза» и, соответственно, происходит разочарование в любимом. Данный вид любви считается разрушительным для обоих партнеров. После наступившего разочарования, любовь проходит, начинается поиск нового партнера
2	Людус	Любовь — спорт, любовь — игра и состязание. Данная любовь основана на половом влечении и направлена исключительно на получение удовольствий; это потребительская любовь. В таких отношениях человек настроен больше получать, чем что-то давать своему партнеру, поэтому чувства носят поверхностный характер, а значит, не могут удовлетворить партнеров полностью, им всегда чего-то не хватает в отношениях, и тогда начинается поиск других партнеров, других отношений. Но параллельно могут сохраняться отношения и со своим постоянным партнером. Недолговечна, продолжается до появления первых проявлений скуки, партнер перестает быть интересным объектом

№ п/п	Тип любви	Характеристика
3	Сторге	Любовь — нежность, любовь — дружба. При данном виде любви партнеры являются одновременно и друзьями. Их любовь основывается на теплых дружески-партнерских отношениях. Данный вид любви часто возникает после многолетней дружбы или после многих лет брака
4	Филия	Платоническая любовь, названная так потому, что в свое время именно данный вид любви возносился Платоном как настоящая любовь. Данная любовь основана на духовном притяжении, при такой любви происходит полное принятие любимого, уважение и понимание. Это любовь к родителям, детям, к лучшим друзьям, к музе. Платон считал, что это единственный вид любви, который является истинной любовью. Это безусловная любовь. Бескорыстная любовь. Любовь в чистом виде. Это любовь ради любви
5	Мания	Данный вид любви древние греки называли «безумие от богов». Этот вид любви является комбинацией эроса и людуса. Любовь — манию считали и считают наказанием. Это любовь — одержимость. Она заставляет страдать влюбленного человека. И она же несет страдания и объекту страсти влюбленного. Любящий стремится все время быть рядом с возлюбленным, пытается контролировать его, испытывает безумную страсть и ревность. Также влюбленный испытывает душевную боль, смятение, постоянное напряжение, неуверенность, тревогу. Он полностью зависим от объекта обожания. Возлюбленный же после некоторого периода такой пылкой любви со стороны влюбленного начинает его избегать и делает попытки разорвать отношения, исчезнуть из его жизни, оградить себя от одержимого любовью. Данный вид любви деструктивен, несет разрушение как влюбленному, так и возлюбленному. Такой вид любви не может долго существовать, за исключением садомазохистских отношений

№ п/п	Тип любви	Характеристика
6	Агапэ	<p>Данный вид любви является сочетанием эроса и сторге. Это жертвенная, бескорыстная любовь. Любящий готов к самопожертвованию во имя любви. В такой любви происходит полная самоотдача, полное принятие любимых. Данная любовь сочетает в себе милосердие, нежность, надежность, преданность, страсть. В такой любви партнеры совместно развиваются, становятся лучше, избавляются от эгоизма, стремятся больше отдавать, чем что-то брать в отношениях. Но надо отметить, что этот вид любви можно встретить и у друзей, но в таком случае будет отсутствовать сексуальное влечение, всё остальное сохраняется. Также о такой любви говорится в христианстве — жертвенная любовь к ближнему своему. Может сохраняться всю жизнь, но встречается очень редко</p>
7	Прагма	<p>Данный вид любви является комбинацией людуса и сторге. Это рациональная, рассудочная любовь (любовь по «расчету»). Такая любовь возникает не от сердца, а от ума, то есть она рождается не от чувств, а от осознанно принятого решения любить конкретного человека. Данное решение основывается на доводах рассудка. Например, «он меня любит», «он обо мне заботится», «он надежный» и т. д. Этот вид любви носит корыстный характер, но может сохраняться всю жизнь, и пара при таком виде любви вполне может быть счастлива. Также прагма может со временем перерасти в другой вид любви</p>

Выдающийся древнегреческий мыслитель Платон в трактате «Государство», посвященном принципам обустройства идеального государства, указывал, что брак — это общественная повинность граждан, а главная функция семьи заключается в рождении здоровых детей. Платоном приводятся конкретные рекомендации относительно устройства семейной жизни: тщательный выбор брачного партнера; каждый, достигший 25-летнего возраста, должен вступить в брак; возраст рождения детей у женщин должен составлять от 20 до 40 лет, у мужчин — от 25 до 55 лет; беспорядочные половые связи, как и зачатие в состоянии алкогольного опьянения, недопустимы. Лица, уклоняющиеся от вступления в брак, по мнению Платона, должны

облагаться налогом, «чтобы не воображали, что жизнь без брака удобна и выгодна»¹. Таким образом, Платон признавал главенство государства над личностью и семьей.

Аристотель, хотя и был учеником Платона, напротив, утверждал, что семья первична по отношению к обществу и государству. Семья, по Аристотелю, — это первичный элемент социальной структуры общества, особая форма социального взаимодействия, направленного на удовлетворение естественных потребностей людей. Подробный анализ брачно-семейных отношений обнаруживается сразу в двух произведениях Аристотеля — «Никомахова этика» и «Политика». В представлениях Аристотеля, патриархальная семья, в которой муж главенствует над женой и детьми, является естественной формой общения людей, обусловленной природой. «Власть отца над детьми может быть уподоблена власти царя: родитель властвует над детьми в силу своей любви к ним и вследствие того, что он старше их...»². Воспитание подрастающего поколения Аристотель рассматривал как важнейшую государственную задачу, от решения которой зависит будущее любой страны.

Большое внимание всестороннему анализу объектных отношений уделяли сторонники психоанализа в психологии. Одна из любопытных типологий любви была предложена Э. Фроммом (табл. 2).

Таблица 2

Типология любви по Э. Фромму

№ п/п	Тип любви	Характеристика
1	Братская любовь	Это основа любой другой любви. Братская любовь состоит из заботы, ответственности, уважения, понимания и принятия другого живого существа и стремления продлить его жизнь. Это равноправная любовь, она может быть направлена сразу на несколько объектов

¹ Цит. по: Целуйко В.М. Психология современной семьи: книга для педагогов и родителей. — М. : ВЛАДОС, 2006. С. 6.

² Аристотель. Политика: Сочинения. В 4 т. Т. 4. — М. : Мысль, 1983. С. 398.

№ п/п	Тип любви	Характеристика
2	Материнская любовь	Это безусловная любовь к беспомощному существу. В её основе лежит идея о том, что человек должен обеспечить комфорт и безопасность другому живому существу и защитить его от опасности. Это может быть любовь матери к своему ребенку и любовь взрослых друг к другу
3	Эротическая любовь	Этот тип любви направлен только на один объект. Его основа — единство и полное слияние с другим человеком. Это форма предпочтительной любви
4	Любовь к себе	Чтобы любить других людей и любить их одинаково, человеку необходимо полюбить себя. В данном случае речь не идет об эгоизме. Наоборот, эгоист никого не любит, в том числе и себя
5	Любовь к Богу	В основе этого типа любви лежит потребность в единстве и принадлежности. Любовь к Богу Э. Фромм понимал как саморазвитие личности, поиск себя, путь от безусловной любви к сознательному выбору

И, наконец, разработанная в конце 1980-х годов психологом Р. Стернбергом трехкомпонентная теория любви предполагает, что люди могут иметь разную степень близости, страсти и преданности.

В теории Р. Стернберга концепция любви представлена графически в виде треугольника, вершины которого — следующие компоненты:

— *близость*, что подразумевает чувство общности и привязанности;
— *страсть*, что включает в себя чувства и желания, побуждающие физическое влечение, романтический настрой и сексуальное наслаждение.

— *преданность*, что подразумевает приверженность общим целям и добровольно взятым обязательствам.

Р. Стернберг отмечает, что обретение баланса между физиологической потребностью в сексе и потребностью в любви имеет решающее значение, а полное отсутствие всех трех компонентов классифицируется как *нелюбовь*. Три компонента любви взаимодействуют системно. Наличие одного компонента или комбинации двух или бо-

лее компонентов создает семь видов любовных переживаний, которые могут меняться с течением времени. Например, отношения могут начаться как страстная любовь, перейти в романтическую любовь, а затем в конечном итоге достичь состояния товарищеской любви (табл. 3).

Таблица 3

Типология любви по Р. Стернбергу

№ п/п	Тип любви	Характеристика
1	Нелюбовь	Отсутствие ключевых, по мнению автора, компонентов любви (близости, страсти, обязательств)
2	Симпатия/дружба	Включает набор чувств, которые мы обычно испытываем в дружеских отношениях (близость, привязанность, теплоту без сильной страсти и долгосрочных обязательств)
3	Влюбленность	Это страсть при отсутствии душевной близости и взаимных обязательств. Страсть может явиться основой будущей романтической любви. Все, что для этого нужно — появление у влюбленных чувства близости. Романтическим отношениям сложно возникнуть на пустом месте, потому что для развития близости требуется время. Имея в своей основе только страсть и будучи лишенной близости и обязательств, влюбленность может исчезнуть так же внезапно, как и возникла
4	Пустая любовь	Характеризуется обязательствами без близости и страсти. Сильная любовь может со временем превратиться в пустую любовь. В обществах, где распространены браки по соглашению родителей («устроенные» браки), супружеские отношения могут сначала иметь характер пустой любви, но с течением времени развиться в другую ее форму, потому что пустая любовь — это вовсе не конец отношений. «Напротив, — пишет Р. Стернберг, — это скорее их начало»

№ п/п	Тип любви	Характеристика
5	Романтическая любовь	Происходит из комбинации близости и страсти. Влюбленные связаны не только физическим влечением друг к другу, но также чувством эмоциональной близости. Такие отношения глубоки и страстны, но влюбленные не берут на себя никаких обязательств
6	Дружеская любовь	Близость без особенной страсти. Такая форма любви более сильна, чем простая дружба, из-за присутствия в её основе элемента долгосрочных обязательств. Такой тип любви мы обнаруживаем в долгом браке. Любовь друг к другу членов семьи является по своей форме именно дружеской, как и любовь между близкими друзьями, связанными платонически
7	Роковая любовь ¹	Головокружительное ухаживание и стремительный брак, почти полная невозможность сопротивляться засасывающему влюбленных водовороту страсти — и возникающие сразу серьезные обязательства. Эта форма любви неслучайно в английском языке называется «глупой»: ведь влюбленные принимают на себя обязательства тогда, когда между ними еще нет и намека на эмоциональную близость. Очень часто позже страсть проходит, а обязательства остаются

¹ Fatuous love (англ.) — дословно «глупая любовь».

№ п/п	Тип любви	Характеристика
8	Совершенная любовь	Идеальная любовь, к которой стремятся все люди. Именно такие отношения имеют в виду, когда говорят: «посмотрите, какая прекрасная пара». Согласно Р. Стернбергу, эти пары продолжают иметь прекрасный секс спустя пятнадцать (или больше) лет в отношениях, они не представляют себя более счастливыми с кем-то еще, кроме своего партнера, свои незначительные проблемы они преодолевают изящно и выражают свое восхищение друг другом. Однако Р. Стернберг предостерегает, что поддержание отношений совершенной любви едва ли не более трудно, чем их достижение. Он подчеркивает большую важность активной демонстрации друг другу в отношениях всех трех компонентов любви. «Без выражения, — предупреждает Р. Стернберг, — даже самая идеальная любовь может умереть». Таким образом, совершенная любовь, возможно, не является постоянной. Если страсть утихает из-за того, что прошло время, совершенная любовь, скорее всего, перерастет в дружескую любовь

В 2021 году опубликованы результаты эмпирических исследований, подтверждающие ценность теории Р. Стернберга¹.

Социологический подход к изучению семьи предполагает рассмотрение институциональных изменений семьи, типов организации и структур семейной жизнедеятельности в конкретных исторических обстоятельствах. В сфере социологических исследований семьи на макроуровне включены вопросы изучения характера взаимовлияния исторических изменений основ общественной жизни и ролевой структуры семьи, особенностей и закономерностей функционирова-

¹ Sorokowski P., Sorokowska A., Karwowski M., Groyecka A., Aavik T., Akello G., Sternberg R.J. Universality of the Triangular Theory of Love: Adaptation and Psychometric Properties of the Triangular Love Scale in 25 Countries. *The Journal of Sex Research*, 58(1), 2020. P. 106—115. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1787318>.

ния семьи как социального института. На микроуровне институциональный анализ семьи дополняется исследованиями жизненного цикла семьи, особенностей межличностных отношений членов семьи и семейного поведения, характерных для того или иного типа культуры, той или иной социальной группы. Семья в социологии рассматривается как обладающая исторически обусловленной организацией малая социальная группа, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта, взаимной моральной ответственностью, что обуславливается социальной потребностью в воспроизводстве человеческого рода, как физического, так и духовного воссоздания общества.

Понимание семьи как особого типа малой социальной группы и одновременно важнейшего института социализации личности «по наследству» перешло от социологии к социальной психологии. Семья как малая социальная группа, связанная браком, общностью быта и взаимной ответственностью супругов за обеспечение и воспитание детей, выполняет разнообразные функции:

- общение супругов и взаимная поддержка друг друга;
- сотрудничество мужа и жены в ведении хозяйства и воспитании детей;
- материальное обеспечение и удовлетворение витальных потребностей;
- организация проведения свободного времени;
- обеспечение защищенности членов семьи;
- реализация потребности в эмоциональном контакте и пр.

Как отмечает А. М. Столяренко, все знания о социально-психологических закономерностях функционирования малой группы можно проецировать на семью с учетом выполняемых ею социальных функций и решаемых задач¹. Так в фокусе внимания социальной психологии оказались вопросы изучения психологических закономерностей становления и развития семьи как группы и феномены группо-

¹ Социальная психология : учебник / А. М. Столяренко, И. И. Аминов, О. В. Афанасьева [и др.] ; под ред. А.М. Столяренко. 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Юнити-Дана, 2017. С. 163.

вой динамики (процессы сплоченности, лидерства и распределения ролей, межличностной коммуникации и разрешения конфликтов).

Семья, являясь первичным и важнейшим институтом социализации личности, формирует контекст индивидуального развития. Семья — это место, где люди учатся поведению посредством оперантного обусловливания (подкрепления и наказания своего поведения) и наблюдательного обучения (поведенческие модели), а также социализируются в своей культуре, интериоризируя социальные нормы и социальные роли, ею предписываемые. Физическая среда, созданная семьей, также может влиять на развитие и поведение посредством ограничений и возможностей, предоставляемых людям (например, легкость доступа к алкоголю, табачным изделиям или другим психоактивным веществам). Семейные социальные отношения также влияют на мотивацию человека к социальному конформизму или девиации. Семья может быть источником стресса, на который человек может отреагировать употреблением психоактивных веществ, или источником устойчивости и защитных факторов, которые снижают вероятность формирования девиантного поведения.

Лишь к середине XX века психология семьи, аккумулировав массив научных сведений, накопленных в различных областях гуманитарного знания о семье, и опираясь на богатый практический опыт семейного консультирования, смогла обрести самостоятельность как научная и учебная дисциплина. В рамках психологического подхода семья определяется как сложно организованное пространство совместной жизнедеятельности, чья структура подвержена изменениями при переходе от одного этапа развития к другому, и внутри которого удовлетворяются специфические потребности людей, связанных кровными и родственными узами.

Предметом изучения психологии семьи являются функционально-ролевая структура семьи, динамические процессы её становления, развития и распада, роль в формировании личности, психологические особенности межличностной коммуникации членов семьи, психологические механизмы адаптации семьи в социуме.

Психология семьи сегодня — это междисциплинарная область, поскольку она включает в себя системные взгляды на множественные влияния на отношения. В рамках психологии семьи изучается, как отношения формируются и поддерживаются с течением времени; также рассматривается влияние этно-культуральных особенностей на семейные отношения; пересечение индивидуальных различий и социальных отношений; практические компоненты того, как влиять на реальные и значимые изменения в отношениях в паре, с родителями и в семье.

Важные социальные проблемы, с которыми сталкиваются современные семьи — риск развода в уязвимых семьях; удовлетворенность парой и браком в семьях военнослужащих; проблемы социализации и воспитания детей в семьях мигрантов; риск и устойчивость в семьях, которые усыновляют детей, и переходы отношений в разнообразных парах и семьях (например, с точки зрения расы/этнической принадлежности, сексуальной ориентации и инвалидности).

1.2. Тенденции развития семьи в современных условиях

Ситуация современной семьи сложная. Есть даже аргументы в пользу того, что современная семья внутренне настолько трансформирована или настолько расплывчата, что дальнейшее использование термина «семья» проблематично не только терминологически, но и в основном социально. Кажется, что идея семьи теряет свой смысл и в настоящее время устарела; возникает вопрос, было ли более уместно рассматривать домашнее хозяйство как базовую единицу или было бы лучше принять понятие «совместное проживание».

Обзор¹, представленный Центром исследований и распространения информации об укреплении брака университета Огайо (США), характеризует важные изменения взглядов подростков на брак, семью и работу за последние 45 лет.

¹ Guzzo K.B., Graham K., Manning W.D., Brown S.L., and Westrick-Payne K.K. 45 years of teens' shifting views on marriage, family, and work (data snapshot). Marriage Strengthening Research and Dissemination Center. 2023. URL: <https://mastresearchcenter.org/mast-center-research/45-years-of-teens-shifting-views-on-marriage-family-and-work> (дата обращения: 02.03.2025).

Интервьюирование показало, что большинство современных молодых людей откладывают вступление в брак и рождение детей (по сравнению с тем, что было всего несколько десятилетий назад). Эта задержка отчасти объясняет удлинение периода сепарации и перехода к взрослой жизни, произошедшее в последние годы. Из-за изменений на рынке труда, в системах образования и жилищных условиях молодым людям теперь требуется больше времени, чтобы закончить школу, найти стабильную и высокооплачиваемую работу и позволить себе жить самостоятельно. Для молодых людей, только вступающих во взрослую жизнь, создание семьи может показаться менее важным (или менее вероятным), поскольку беспокойство о возможности достижения определенного уровня экономической безопасности становится приоритетом. Кроме того, изменения в отношении к роли женщин привели к значительному росту занятости женщин, осознающих важность собственной карьеры и финансовой независимости.

В ответах прослеживаются явные гендерные различия: девушки чаще (69 % опрошенных), чем юноши (57 % опрошенных), отмечают важность семейной жизни, при общем заметном снижении ценности брака (с 80 до 63 % за период с 1976 по 2021 годы). При этом доля девушек, признающих целью своей жизни вступление в брак, в указанный период сократилась с 51 до 24 %. Ценность денег как ресурса признали три четверти опрошенных молодых людей и, хотя гендерная роль по-прежнему предписывает мужчине быть добытчиком в семье, всё больше женщин сперва задумываются о достижении финансовой независимости и лишь затем о создании семьи и рождении детей.

Семья как один из самых ранних социальных институтов на протяжении тысячелетий претерпела значительные изменения в своей структуре, функциях, нормах и традициях. Наибольшее влияние на семью оказывают экономические условия производства: вначале сельскохозяйственные, позже — мануфактурные, еще позже — фабричные, индустриальные, наконец, — постиндустриальные или информационные. В каждый из этих периодов по-разному определяются роль большой или малой семьи, место в ней мужчин и женщин, детей и стариков.

И хотя рассмотрение института брака и семьи в ретроспективе убеждает нас, что ни одна из существующих ныне практик или вариаций брака и семьи не является новшеством, следует признать, что социальный ландшафт семейной жизни претерпел революционные изменения. Чрезвычайный рост экономической независимости и юридического равенства женщин утвердил право женщин фактически содержать себя и своих детей. Появление новых форм и моделей сожительства также повлекло далеко идущие последствия: юридические достижения для не состоящих в браке гетеросексуальных и однополых партнеров поставили под сомнение способы, которыми брак традиционно организовывал права и обязанности людей на основе биологии и пола. Однако юридическое признание в ряде стран прав однополых пар на регистрацию брака следует рассматривать как симптом, а не причину того, насколько радикально и необратимо изменился брак.

Брак также претерпел изменения из-за поведения женатых людей, которые никогда не разведутся, и из-за действий гетеросексуальных одиноких людей, которые никогда не подумают о рождении ребенка вне брака. Репродуктивная революция, например, была инициирована супружескими парами, стремящимися преодолеть свое бесплодие, тем не менее она изменила традиционно считавшееся само собой разумеющимся отношение к браку, сексу, зачатию, ребенку.

Еще более революционным новшеством является достаточно распространенный вариант не иметь детей вообще. Большая часть людей, вступающих в брак сегодня, никогда не будут иметь детей не из-за бесплодия, а потому, что они предпочитают оставаться бездетными. Это огромная перемена, по сравнению с прошлым, когда бездетность была экономической катастрофой и часто приводила к разводу, даже когда пара предпочла бы остаться вместе.

Никогда еще так много людей не жили в одиночестве. И никогда прежде не состоящие в браке люди, живущие в одиночку или в паре, не имели тех же прав, что и взрослые люди, состоящие в браке. Уменьшение важности брака в организации жизненных циклов людей и принятие на себя взрослых обязанностей меняет опыт всех людей, вступающих в брак, независимо от того, насколько «традицион-

ным» они надеются, что брак будет. Согласно переписи населения, доля одиночных домохозяйств в России выросла с 25,7 % в 2010 году до 41,8 % в 2021¹. Одинокие люди, живущие самостоятельно, впервые стали в России преобладающим типом городского населения трудоспособного возраста.

Брак может относиться к юридическому договору и гражданскому статусу, религиозному обряду и социальной практике, которые различаются в зависимости от правовой юрисдикции, религиозной доктрины и культуры. История показывает значительные различия в брачных практиках: широко практиковалась полигиния, некоторые общества одобряли внебрачный секс и, возможно, признавали однополые браки, а религиозное или гражданское служение не всегда было нормой. В то время как современный западный идеал брака предполагает отношения любви, дружбы или товарищества, брак исторически функционировал, прежде всего, как экономическая и политическая единица, используемая для создания родственных уз, контроля над наследством и распределения ресурсов и рабочей силы. Действительно, некоторые древние и средневековые люди не поощряли «чрезмерную любовь» в браке. Долгое время брак был основным средством передачи женщин, собственности, профессионального статуса, личных контактов, денег, инструментов, скота из поколения в поколение (в некоторых сообществах брак остается таковым и сейчас). Понимание брака как основанного на индивидуальном выборе и романтической любви сформировалось лишь к концу XVIII века: пары стали вкладывать больше своей эмоциональной энергии друг в друга и в своих детей, чем в свои родные семьи, родственников, друзей и покровителей. Наиболее примечательно, что аспект согласия или добровольного вступления в брак, который часто считается решающим для брака в наше время, подвергается сомнению там, где распространены практики принудительных браков или детских браков (например, Индия, Ирак).

¹ Один в банке не инвестор. Рост числа домохозяйств из одного человека может стать экономической проблемой // Коммерсантъ. 2024. № 187. URL: www.kommersant.ru (дата обращения 28.02.2025).



Детский брак — это любой брак, в котором по крайней мере одной из сторон менее 18 лет.

Принудительные браки — это браки, в которых одна и/или обе стороны не выражали лично полное и свободное согласие на вступление в такой союз. Детский брак считается формой принудительного брака при условии, что одна и/или обе стороны не выражали полного, свободного и осознанного согласия.

Детские, ранние и принудительные браки (ДРПБ) являются нарушением прав человека и пагубной практикой, которая оказывает несоразмерное влияние на женщин и девочек во всем мире, препятствуя тому, чтобы они жили свободными от всех форм насилия. ДРПБ угрожают жизни и будущему девочек и женщин по всему миру, лишая их самостоятельности в принятии решений о своей жизни, прерывая получение ими образования, делая их уязвимыми к насилию, дискриминации и злоупотреблениям и препятствуя их полноценному участию в экономической, политической и общественной сферах жизни.

Детские браки также часто сопровождаются ранней и частой беременностью и родами, которые приводят к повышению показателей материнской заболеваемости и смертности до уровня выше среднего; ДРПБ часто провоцируют женщин и девочек на попытки побега из общин или совершения самоубийства, чтобы избежать вступления в брак.

Несмотря на общую мировую тенденцию к более позднему вступлению в брак для обоих полов, процент девочек и мальчиков, вступающих в брак в детстве, остается значительным. Данная практика зафиксирована в 82 странах и наиболее характерна для стран, затронутых вооруженным конфликтом и переживающих гуманитарный кризис (источник — ЮНИСЕФ).

Брак по договоренности, который возможен с согласия супругов, ставит во главу угла заботу и экономические аспекты учреждения, а не романтическую любовь.

Глобальное разнообразие брачных практик и законодательства трудно охватить: заметные различия в законодательстве включают признание однополых браков, полигамии и брака по «гражданскому праву», ограничения на браки между членами одной семьи или разных социальных каст, существование гражданского брака, практику браков по договоренности, принуждению или в детском возрасте и права женщин в браке, а также культурные и религиозные практики временного брака или полиамористического брака. Религиозные, культурные и философские традиции также формируют идеалы брака. Например, «конфуцианские идеалы семьи, общества и роли жен-

щины» влияют на брачные ожидания в Китае. Сам институт брака расширился, сократился и изменился настолько, что брак часто означает разные вещи для разных людей — иногда даже для тех, кто живет в одном доме.

ВИДЫ ПАРНЫХ ОТНОШЕНИЙ У ЛЮДЕЙ

Моногамия подразумевает брак между двумя людьми. Это наиболее распространенная форма брака во всем мире. Такой брак может быть последовательным (повторный брак после развода или смерти супруга) или пожизненным.

Полигамия подразумевает брак с участием более двух партнеров. Такая форма менее распространена, но практикуется в некоторых культурах (часто связано с религиозными или культурными традициями).

Полигиния предполагает брак одного мужчины с несколькими женами. Более распространенная форма полигамии. Встречается в некоторых исламских обществах и африканских культурах. Может быть ассоциирована с богатством и статусом.

Полиандрия заключается в том, что одна женщина состоит в браке с несколькими мужьями. Представляет собой редкую форму полигамии. Практикуется в некоторых тибетских и гималайских общинах. Часто связана с нехваткой земли и вынужденным контролем численности населения.

На этические и политические вопросы, касающиеся брака, иногда можно найти ответ, обратившись к определению брака. Но исторические и культурные различия в брачных практиках побудили некоторых исследователей утверждать, что брак — это концепция «семейного сходства», не имеющая существенной цели или структуры. Если брак не имеет существенных характеристик, то нельзя апеллировать к определению для оправдания конкретных юридических или моральных обязательств. Например, если моногамия не является существенной чертой брака, то нельзя апеллировать к определению брака для оправдания требования о том, чтобы законный брак был моногамным. В определенной степени справедлив тот факт, что фак-

тические юридические или социальные определения не могут разрешить вопрос о том, какими чертами должен обладать брак¹.

Вопрос о том, что представляет собой семья, является основной темой дискуссий в социологии и психологии семьи, а также в политике и религии. Социальные консерваторы склонны определять семью с точки зрения структуры, при которой каждый член семьи выполняет определенную роль (например, отец, мать или ребенок). Социологи, с другой стороны, склонны определять семью скорее с точки зрения того, как ее члены относятся друг к другу, чем с точки зрения строгой конфигурацией статусных ролей. Также семью определяют как социально признанную группу (обычно объединяемую кровными узами, браком или усыновлением), которая формирует эмоциональную связь и служит экономической единицей общества.

Социально-историческое исследование развития семьи второй половины XX века, проведенное Э. Саллеро, в послевоенном развитии европейских семей выделяет три этапа. В конце 1940-х годов в Швеции возникла новая модель семьи, которая впоследствии распространилась по всей Европе. Европейские семьи пережили почти всеобщее омоложение, которое сблизило их членов. Проявились две основные тенденции: число браков значительно возросло, в то время как возраст вступления в брак заметно снизился. Различия быта и культуры между городским и сельским населением сгладились. В последующие годы позиции и значение семьи ослабли из-за попыток социально ориентированных обществ хотя бы частично взять на себя некоторые традиционные функции семьи, обеспечивать своих граждан в случае болезней, старости и безработицы, а также оказывать более существенное влияние на процесс воспитания. Основная причина этих изменений заключалась в глубоком изменении ценностей и общественной морали, переориентировавших молодых людей на утверждение приоритета индивидуальности. Как следствие,

¹ Брэйк Э. Брак и домашнее партнерство // Стэнфордская энциклопедия философии. 2023. URL:<https://plato.stanford.edu/archives/win2023/entries/marriage/> (дата обращения: 10.02.2025).

в последующие годы произошло значительное снижение числа браков и рождаемости, а также увеличение числа разводов. С конца 1970-х годов шведы гордились своей ролью учителей современности для всего мира; утверждалось, что вариант «самбо», т. е. совместное проживание с партнером, позволяет создать более счастливый брак с более низким уровнем разводов¹. Однако дальнейшее развитие событий показало обратное. Совместное проживание без брака распадается чаще, чем браки, что приводит к увеличению числа внебрачных детей и матерей-одиночек. Согласно У. Беку, столкновение между любовью, семьей и индивидуальной свободой стало основной характеристикой и в то же время основной проблемой европейской семьи. Современное европейское общество — это общество индивидумов, а не семей; следовательно, утверждение, что семья является базовой ячейкой общества, подвергается сомнениям². Все большее число молодых людей воспринимают семью как ограничение своей личной свободы. За последние несколько десятилетий во многих западных странах наблюдается всплеск числа союзов по обоюдному согласию, сопровождающийся отсрочкой вступления в брак и увеличением доли тех, кто никогда не вступает в брак. Неформальное сожительство особенно широко распространено в странах Северной Европы, где около половины всех родов происходит среди незамужних и в основном сожительствующих матерей³.

Согласно Ф. Фукуяме, безграничный индивидуализм, огромная динамика общества, включая изменения в социальных нормах и ценностях, потребительский образ жизни и т. д. оказали наиболее глубо-

¹ Sullerot, E. *Krize rodiny*. — Praha : Karolinum, 1998. — 64 p.

² Beck U. *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*. — Frankfurt am Main : Suhrkamp Verlag, 1986. — 914 p.

³ Reneflot A. A gender perspective on preferences for marriage among cohabitating couples // *Demographic research*. Vol. 15. Art. 10. P. 311—328. Published 31 October 2006. <http://www.demographic-research.org/Volumes/Vol15/10/DOI:10.4054/DemRes.2006.15.10>.

кое влияние на: а) демографию; б) семью; в) отношения между мужчиной и женщиной¹.

В послевоенный период общий уровень брачности сильно колебался на протяжении многих лет, причем самые высокие показатели были зафиксированы накануне войны в 1940—1941 годах (когда перспектива мобилизации, по-видимому, привела к поспешным бракам) и непосредственно после Второй мировой войны в 1946-1948 годах. В 1960-х годах этот показатель снова возрос из-за продолжающегося экономического процветания, снижения возраста вступления в первый брак, сохраняющегося сильного общественного неодобрения сексуальных отношений вне брака и появления оральных контрацептивов. Начиная с 1972 года общий уровень брачности в основном снижался, достигнув исторического минимума в 2001 году. Тенденция последних десятилетий сопровождается увеличением брачного возраста и увеличением числа сожительства. На тенденции в области разводов также в значительной степени повлияло взаимодействие ряда факторов, включая расширение возможностей женщин достичь финансовой независимости; улучшение системы социальной защиты, предоставляемой финансово уязвимым семьям; ослабление социальной стигматизации, связанной с разводом; законодательные реформы². Кроме того, по мере ослабления ограничений, препятствующих раздельному проживанию, будущее отношений пары все больше зависит от того, насколько отношения удовлетворяют эмоциональные потребности каждого партнера. В результате несколько социальных обозревателей отметили, что порог для того, чтобы оставаться вместе, снизился.

¹ Fukuyume F. *Velký rozvrat*. Praha : Academia, 2006. — 375 p.

² В Южной Корее вплоть до февраля 2015 года супружеская измена считалась уголовным преступлением.

Контрольные вопросы:

1. Какие формы прошла семья в процессе исторического развития? Какими условиями определялись эти изменения?

2. Какие основные функции выполняет семья в жизни общества и отдельного человека? Как они изменяются в современных условиях?

3. Проанализируйте опыт создания и развития собственной семьи (или семьи своих родителей) с точки зрения мотивов ее построения.

4. Можете ли вы описать образ Семьи, которую вам хотелось бы иметь? Насколько он расходится с действительностью? Что можно сделать, чтобы согласовать желаемое и действительное?

ТЕМА 2

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СЕМЬИ И СЕМЕЙНЫХ СВЯЗЕЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ МОДЕЛИ БРАКА И СЕМЬИ

2.1. Модели брака и семейных отношений.

2.2. Государственные и религиозные устои семьи.

2.1. Модели брака и типы семейных отношений

Важнейшим вопросом в психологии семьи является исследование типов семейных отношений и — когда речь идет о долговременной связи мужчины и женщины — моделей брака. Изучая особенности благополучных и неблагополучных семей, психологи выделяли повторяющиеся ситуации; основания для их типологии зависят от того, как автор понимает природу развития личности, какой психологической теории он придерживается или к какой психологической школе принадлежит.

Модели брака К. Г. Юнга. Одну из первых психологических моделей брака выдвинул К. Г. Юнг. В статье, опубликованной в 1925 году, автор рассмотрел брак с позиции психологического отношения; многие его размышления вошли в практику семейного консультирования и просвещения, хотя и обозначаются в поздних работах иными терминами. К. Г. Юнг пишет, что отношение возникает лишь на той стадии развития человека, когда его сознание способно отделить собственное «Я» от «Я» другого человека, в том числе правильно понимать мотивы собственных действий и поступков, решений другого.

По мнению К. Г. Юнга, на этапе влюбленности молодым недоступно полное познание другого, а также и самого себя; человек действует на основе неосознанных мотивов, хотя субъективно это состояние оценивается как вершина отношений (без понимания, что это лишь начальная ступень восхождения в самопознании и познании партнера). Поскольку самопознание необходимо, то, по определению автора, брак не может развиваться без кризисов индивидуальных отношений. К. Г. Юнг утверждает, что становления сознания без боли не бывает.

Изменение в сознании обычно наступает во второй половине жизни. В браке недовольство собой проецируется на партнера, создаются критические ситуации, которые усиливаются ещё и потому, что развитие супругов происходит не одновременно. В результате более сложный «поглощает» менее сложного в психологическом отношении партнера. «Простая натура действует на сложную словно маленькая комната, не предоставляющая ему большого пространства. Сложная натура, напротив, предоставляет простому человеку слишком большое помещение с огромным пространством, так что тот никогда не знает, где он, собственно говоря, находится. Удивительная природа человека добивается того перехода из первой половины жизни во вторую, превращения из состояния, где человек является лишь инструментом своей инстинктивной природы, в другое состояние, когда он уже является самим собой, а не инструментом — добивается превращения природы в культуру, инстинкта — в дух»¹.

Познание и развитие себя в браке является условием его прочности. Таким образом, К. Г. Юнг характеризует две модели брака — осознанную и неосознанную. В каждой из них психологическое состояние супругов зависит от нескольких факторов, в том числе отношений в родительской семье, степени связи с родителями, уровня культуры каждого.

Теория семейных систем М. Боуэна. М. Боуэн — американский психиатр, который изначально исследовал семьи с детьми, больными шизофренией, — воспротивился психоаналитическим взглядам на отношения в семье, которые господствовали в 50-е годы. М. Боуэн разработал теорию семейных систем², которая отличалась от понимания семьи как социальной системы. В основе новой теории лежит понятие «эмоционального поля». Термин «поле» указывает на сложность эмоциональных связей, которые передаются и воспринимаются всеми членами семьи на разных уровнях взаимодействия.

¹ Юнг К. Г. Брак как психологическое отношение. URL: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/Yung/brak.php (дата обращения 17.02.2025).

² Варга А. Я., Хамитова И. Ю. Теория семейных систем Мюррея Боуэна // Московский психотерапевтический журнал. — М. : МГППУ. 2005. № 1. С. 137—146.

Люди строят свое поведение в зависимости от реакций друг на друга. Эти реакции, в свою очередь, зависят от того, насколько эмоции преобладают над интеллектом в отношениях между членами семьи. Чем более слиты эмоция и интеллект, тем выше вероятность того, что проблемы в семейных отношениях будут решаться с трудом. И, наоборот, чем более интеллект и эмоции каждого из членов семьи разведены (дифференцированы, по терминологии М. Боуэна), тем легче выстраивать семейное взаимодействие. Состояния тревоги, неопределенности снижают дифференцированность эмоций и интеллекта.

Теория семейных систем М. Боуэна имеет восемь принципиальных положений (они даже называются концепциями внутри этой теории), которые описывают поведение членов семьи в тех или иных ситуациях. Например, концепция эмоционального разрыва описывает возможные варианты поведения супругов при разводе. Позиция сиблингов показывает, какие черты характера формируются у детей в зависимости от порядка их рождения. Наследование внутрисемейных моделей отношений описывает различные виды поведения, которые не только передаются от родителей к детям, но и повторяются в семье из поколения в поколение. Триангуляция показывает, как в ситуациях ссоры двое членов семьи объединяются против третьего (например, жена старается привлечь на свою сторону ребенка в ситуации проблемных отношений с мужем или объединяется со своей матерью, чтобы найти поддержку). На основе обобщения всех этих характеристик составляется генограмма, которая отражает образцы взаимоотношений в трех — четырех поколениях предков в данной семье. На ее основе прогнозируются и корректируются проблемное поведение и взаимоотношения в конкретной семье.

Теория М. Боуэна получила широкое распространение в практике семейной терапии и консультации. Существуют профессиональные объединения его последователей и несколько крупных обучающих центров, в задачу которых входит подготовка кадров в сфере семейной терапии.

Типы брака Р. Скиннера. Р. Скиннер рассматривал типы семьи в зависимости от опыта, который ребенок получает от отца и матери,

их взаимоотношений. При этом жизнь человека понимается как восхождение по ступеням развития. Пропуск какой-либо ступени ведет к дефициту соответствующих качеств, и необходима целенаправленная работа по их восполнению¹. В раннем детстве мать, заботясь о ребенке, дает ему опыт заботы о другом человеке; отец, в свою очередь, играет важную роль в формировании самодисциплины и умения подчиняться. Наличие братьев и сестер в родительской семье учит ребенка делиться с другими. Общение со сверстниками в подростковом возрасте позволяет приобрести опыт независимости и самоутверждения, поведения с противоположным полом. Ребенок, подросток, молодой человек, последовательно переходя со ступени на ступень развития, приобретает опыт, который позволяет ему осознавать свои потребности и эмоции, не скрывать их от других и от себя. Многим приходится подавлять свои эмоции, прятать их за своеобразную психологическую «ширму». Именно подавление, сокрытие, нежелание признать определенные потребности и эмоции ведет к неискренности, напряжению в семейных отношениях. Соответственно, Р. Скиннер выделяет три типа брака: счастливый, несчастливый, «среднего образца»².

Счастливым является тот брак, в котором оба партнера максимально терпимы к спрятанному друг у друга за «ширмой» и готовы заглянуть за «ширму», неизбежно пережив временное разочарование. В результате они — свободнее, в их жизни меньше ограничений, больше удовольствий, они не погрязнут в привычках и смогут расти, развиваться как личности.

Несчастливы в семье те отношения, где у обоих партнеров многое свалено за «ширму», но они категорически отказываются допустить, что с ними что-то не так, они обижаются на незначительнейшее замечание, на безобиднейшую критику своих недостатков.

¹ В отечественной психологии тему сензитивных (чувствительных) периодов в развитии ребенка глубоко исследовали Л. И. Божович и Д. Б. Эльконин. Подробнее о сензитивных периодах в процессе воспитания см.: Педагогика: учебник / под общ. ред. А. А. Кочина. — СПб. : СПбУ МВД России, 2014. — 292 с.

² Скиннер Р., Клииз Д. Семья и как в ней уцелеть. — М. : Класс, 2016. — 328 с.

В браке «среднего образца», по мнению Р. Скиннера, супруги вполне счастливы, отношения в семье ровные. Но они не особенно стремятся заглядывать за «ширму». Скорее удерживают друг друга от подобных попыток. Такой брак устойчив, но цена устойчивости — обыденность брака. Взгляд партнеров в общем ограничен. Можно даже сказать, что они слишком оберегают друг друга от критики, которая пошла бы им на пользу, избавила бы брак от рутины.

Типы брака Р. Скиннера опираются на психоаналитическую и индивидуалистическую концепцию развития личности и семейных отношений. При всей справедливости некоторых частных наблюдений, изложенных в книге Р. Скиннера, следует признать, что имеются более продуктивные взгляды на брак (о них в следующем разделе). Несмотря на то что эта (и ей подобные) точка зрения весьма распространена, особенно на Западе, огромное количество фактов, которые не вписываются в эту концепцию, отвергаются, что не помогает в понимании сути семейных отношений, семейным консультациям и семейной терапии.

Современная системная модель семейных отношений. С начала XXI века актуальность психологических исследований в сфере семейных отношений в России резко возросла. Это было связано с несколькими факторами. Во-первых, 90-е годы XX столетия были крайне неблагоприятны для семейных отношений и воспитания детей; общемировой кризис семьи коснулся множества российских семей. Постоянно увеличивалось количество разводов, неблагополучных семей. Во-вторых, отечественным психологам стали широко доступны разработки зарубежных специалистов в области семьи, появилось большое количество переводных публикаций, обсуждающих вопросы семейной психологии. В-третьих, с начала XXI века в стране постепенно стабилизировалась социально-экономическая обстановка, что позволило шире использовать достижения зарубежной и отечественной психологии; возникло множество консультаций, центров, школ, обучающих семинаров, тренингов по вопросам семейного строительства.

Начиная с 2008 года в России заметно увеличилось количество исследований, публикаций, организаций, целью которых были семейное просвещение, оказание консультативной и социально-психологической помощи, коррекция и психотерапия в сложных жизненных ситуациях. Такой резкий рост интереса к вопросам семейного строительства и запрос на консультативную помощь со стороны населения привел к преобладанию деятельности практических психологов (нередко без специального профессионального образования) над теоретическими исследованиями. В результате разного рода семинары, тренинги, публикации строятся как набор диагностических методов, практик, приемов, не основанных на какой-либо чёткой концепции развития личности и семейных отношений. Большинство придерживается системной модели семейных отношений, однако это не обязательно системы Р. Скиннера или М. Боуэна. Современные теории, которые положены в основу работы с семьей, весьма многообразны. Помимо нескольких перечисленных в данном учебном пособии, в литературе описано множество других систем и типов семейных отношений.

При этом следует отметить, что большинство зарубежных теорий и типологий семейных отношений созданы специалистами, работавшими в области психиатрии и психотерапии. Их внимание привлекали семьи скорее патологичные, чем нормальные. В. Н. Дружинин в книге «Психология семьи» пишет: «В психологических работах все типологии моделей семьи, которые бы описывали её особенности как целого, строятся на основе аномалий, различных отклонений (в составе, в отношениях, в стилях воспитания) от некоей нормы, которая совершенно неконкретна и представляет собой некий сусально-гуманистический идеал, где все находятся в гармоничных отношениях равенства, помощи, сотрудничества, и нет никаких конфликтов и проблем... В конкретных же исследованиях реальные модели семьи отождествляются с аномальными»¹.

В современных работах по семейной психологии значительно большее внимание уделяется условиям, при которых семья становит-

¹ Дружинин В. Н. Психология семьи. — Оренбург : КСП, 2013. С. 16.

ся гармоничной; меняется понятие «нормальная семья». Классическое определение, данное В. Н. Дружининым, нормальной утверждает ту семью, «которая обеспечивает требуемый минимум благосостояния, социальной защиты и продвижения по службе ее членам и создает необходимые условия для социализации детей до достижения ими психологической и физической зрелости»¹. Необходимый минимум потребностей вряд ли можно сейчас считать признаком нормальной семьи. В современных условиях возрастает масштаб и значимость строительства гармоничных отношений как внутри семьи, так и в ее внешних связях. Качество жизни семьи рассматривается как условие эволюции человека в современном обществе, т. е. нормальная семья оценивается по качеству взаимоотношений внутри семьи, благополучия на разных этапах ее развития, уровня здоровья каждого из членов семьи, качества социальных связей.

2.2. Государственные и религиозные устои семьи

Государство и семья. Традиционно государство было заинтересовано в прочных семейных устоях. Во-первых, потому что семья, являясь «ячейкой общества», обеспечивает его стабильность, формирует более четкую структуру; во-вторых, благополучные семьи обеспечивают надёжные поступления налогов в государственную казну (бюджет); в-третьих, укрепление семейных связей увеличивает народонаселение страны. Последнее обстоятельство стало особенно важным в XX веке, когда войны приобрели кровопролитный характер, а рождаемость резко снизилась. Демографические сложности в настоящее время переживают многие страны.

Идеологически государство традиционно поддерживало семейное строительство через религиозные установления, указы и кодифицированные законы; XX век внёс новые пути государственной регуляции и поддержки семьи — это система её социального обеспечения.

До октября 1917 года социальная поддержка семей осуществлялась несколькими путями. В крестьянской общине особо нуждавшие-

¹ Гаранина Е. Ю., Коноплева Н. А., Карабанова С. Ф. Семейведение : учебное пособие. — М. : Флинта, МПСИ, 2009. С. 125—126.

ся семьи (например, из-за потери кормильца) поддерживали «всем миром». Многие вопросы решались общиной. Действовала широкая сеть благотворительных организаций. После революции материальные вопросы поддержки многодетных и малообеспеченных семей, матерей-одиночек стало решать государство через службы социального и пенсионного обеспечения (это разного рода отпуска и пособия по уходу за детьми, медицинское обслуживание и другие виды материальной помощи).

В связи с резким ухудшением демографической ситуации правительством в июле 1944 года было введено звание «Мать-героиня» с одноимённым орденом, а также «Медаль материнства» и орден «Материнская слава». К ним полагались повышенные государственные пособия. Исследователи отмечают, что в 50-е годы XX века начал формироваться детоцентристский тип семьи, когда ребёнок становился её центром. На детей тратилось более половины доходов семьи. Кроме того, всё большее распространение начинает получать суждение, что дети должны реализовать несбывшиеся мечты родителей («пусть мы живём трудно, лишь бы им было легко», «я не выучилась, пусть дочь выучится» и т. п.).

Идеологически крепкая семья также утверждалась как важная задача общественного развития. Решалась эта задача через партийные комитеты и местные комитеты профсоюзов. Весьма распространённым явлением было обращение жён в эти организации (особенно если муж был членом партии) с жалобой на неверность, пьянство или плохое обращение. Вызов на заседание парткома, месткома, комсомольское собрание или бюро райкома означал осуждение общественным мнением, лишение премии, выговор «с занесением в личное дело», а то и исключение из рядов организации. Примеры такого рода собраний можно видеть в известных советских фильмах «Разные судьбы», «Чужая родня», «Судьба».

После Второй мировой войны во всём мире интеграционные, консолидирующие процессы получили своё заметное ускорение. В Комиссиях при Организации Объединённых Наций были разработаны документы, ратифицированные многими государствами, в том

числе и СССР — Всеобщая декларация прав человека¹, Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах², Конвенция о правах ребенка³, Декларация о правах ребенка⁴, Венская декларация и Программа действий Всемирной конференции по правам человека⁵. Во многих из них защита семьи, материнства и детства рассматривается как непосредственная обязанность государства.

Согласно Конституции Российской Федерации⁶ в нашей стране обеспечиваются государственная поддержка семьи, материнства, отцовства и детства. Мужчина и женщина имеют равные права и свободы и равные возможности для их реализации. Забота о детях, их воспитание — равные право и обязанность родителей. Трудоспособные дети, достигшие 18 лет, должны заботиться о родителях. Материнство и детство, семья находятся под защитой государства⁷.

В декабре 1995 года был принят Семейный кодекс Российской Федерации⁸, статьи которого утверждают нормы о браке и семье, соответствующие новым конституционным нормам, а также международным документам, ратифицированным правительством. Семейный кодекс включает в себя 8 разделов (общие положения о семейном законодательстве, осуществлении и защите семейных прав; заключение и прекращение брака; права и обязанности супругов; права и обязанности родителей и детей; алиментные обязательства членов семьи; формы воспитания детей, оставшихся без попечения родителей; применение семейного законодательства к семейным отношениям с уча-

¹ Всеобщая декларация прав человека (принята на третьей сессии Генеральной Ассамблеи ООН резолюцией 217 А (III) от 10.12.1948). Нормативно-правовые акты приведены в соответствии с данными официального интернет-портала правовой информации Pravo.gov.ru (дата обращения: 05.03.2025).

² Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах (Нью-Йорк, 19.12.1966).

³ Конвенция о правах ребенка (Нью-Йорк, 20.11.1989).

⁴ Декларация Прав ребенка (принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1959).

⁵ Венская декларация и программа действий (ВДПА). 25.06.1993.

⁶ Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993; с изм., одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

⁷ Ст. 19, 38 Конституции Российской Федерации.

⁸ Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 № 223-ФЗ.

ствием иностранных граждан и лиц без гражданства; заключительные положения) и 170 статей, их конкретизирующих. Кодекс является нормативно-правовым документом, определяющим права и обязанности всех субъектов семейно-правовых отношений.

В Указе Президента Российской Федерации «Об основных направлениях государственной семейной политики»¹ декларированы цели и принципы государственной деятельности по поддержке семей. Но финансирование заявленных направлений в то время не осуществлялось. Субсидировались президентские программы «Дети России» и «Молодёжь России», был принят ряд законов по вопросам защиты материнства и детства, профилактики безнадзорности и беспризорности несовершеннолетних. Введены должности и организована профессиональная подготовка специалистов по социальной педагогике и социальной работе, значительная часть которой проводится с неблагополучными семьями. Финансирование работы преимущественно с неблагополучными семьями привело к тому, что нормальная семья оказалась вне внимания государственных органов. И лишь после 2002 года положение стало выправляться.

В 2015 году началась реализация первого этапа Концепции государственной семейной политики Российской Федерации на период до 2025 года. Концепция, утвержденная Правительством Российской Федерации в августе 2014 года, разработана во взаимосвязи с Концепцией демографической политики и Национальной стратегией действий в интересах детей, содержит комплексный анализ современного состояния института семьи, прежде всего, семей с детьми, эффективности предпринимаемых органами государственной власти мер по поддержке семьи и увеличению рождаемости, действующего законодательства, а также комплекс законодательных предложений, направленных на реализацию основных задач государственной семейной политики, укрепление и развитие традиционных для России семейных ценностей.

¹ Указ Президента Российской Федерации от 14.05.1996 № 712 «Об основных направлениях государственной семейной политики».

Концепция государственной семейной политики учитывает произошедшие позитивные сдвиги, связанные с реализацией начиная с 2007 года мер демографической политики.

Религия и семья. Понятие нормальной семьи предполагает наличие определенных норм, которым должны подчиняться супруги, отцы и матери, дети и все, кто входит в семейный круг. На самых ранних этапах развития общества такие нормы устанавливала религия, и это закономерно. Если государство взаимосвязано с семьёй через законодательное управление экономикой и социальными процессами, то религиозные взгляды человека (и ближайшего окружения) утверждают внутренние нормы его жизни, мировоззрение, понятия о добром и злом, нравственном и безнравственном, представления о цели и смысле жизни.

Одновременно религиозные организации определяют нормы и правила взаимоотношений в семье, условия для развода, отношение к прерыванию беременности. При этом воззрения разных религий отвечают на все эти вопросы по-разному, общим является лишь поддержка семьи, норм целомудрия (даже полного воздержания от секса), заботы о детях и детей о родителях. Существенным для семейного строительства является и то, что религии, вернее сказать, представители религиозных организаций, церкви, устанавливают множество норм, регулирующих сексуальную жизнь супругов. Многочисленные запреты (в большинстве верований) существуют в связи с постами, определёнными днями недели. Поскольку плотские радости, присущие человеку, если не осуждаются, то и не поощряются, сексуальная жизнь имеет смысл в связи с продолжением рода. Многие нормы строятся на долге, вытекающем из традиций.

Рассмотрим религиозные установления, которые касаются брака, семьи, деторождения, в трех основных мировых религиях — буддизме, христианстве, исламе. Знание этих норм полезно с точки зрения понимания основ традиционной семьи, которые достаточно крепки и в современном мире. Кроме того, это важно для понимания сути требований супругов друг к другу в межнациональных браках (их ещё называют бикультуральными). Важно и то, что религиозные ка-

ноны тесно связаны с нравственными требованиями, именно на них опираются общественные организации, направленные на сохранение семьи как важнейшего условия стабильности общества и психологического благополучия человека.

Буддизм — наиболее древняя из известных религий. Согласно буддистским верованиям, долг человека состоит в служении отцу и матери, своей семье, самому себе и Будде. Дети обязаны служить отцу и матери, помогать им по дому, дорожить родословной, охранять наследство и после смерти аккуратно справлять по родителю панихиду. Родителям также следует соблюдать пять обязанностей по отношению к детям: они должны пресекать зло, учить детей добру, дать хорошее воспитание, найти им хорошую пару, в подходящее время передать им дом в наследство.

Определены и обязанности супругов: мужу необходимо уважать жену, быть с ней вежливым, хранить верность, работать для содержания семьи «как муравей, как пчела». Жена, в свою очередь, обязана содержать дом в порядке, быть верной, не расточать доходы мужа, толково управляться с хозяйственными делами. По буддистским понятиям, если родители и дети выполняют свои обязанности, в семье будет царить мир и покой, разлада в семье не будет.

Вместе с тем понятие о семье в буддизме несет очень важную идею, которая становится особенно востребованной в последние два десятилетия, в том числе и в России. Речь идет о духовной и душевной составляющей семейных отношений. По священному учению, муж и жена должны совершенствовать свои души. Поэтому истинное значение семьи заключается в том, чтобы всем вместе идти по пути просветления. По верованиям буддистов, наиболее полное общение душ происходит именно в семье. Если семья дружная, она красива, как цветущий сад. Если гармония душ нарушается, неизбежны раздоры, семья разваливается. В семейных отношениях это самая большая опасность, потому что раздоры мешают просветлению и мужчины, и женщины.

В христианской религии создание семьи рассматривается как таинство. В отличие от древних, чьи философские дискуссии о сексе

и сексуальной любви не ограничивались браком, христианские философы по-новому сосредоточились на браке как единственно допустимом контексте для секса, что ознаменовало переход от рассмотрения брака, в первую очередь, как политической и экономической единицы. Святой Августин, следуя апостолу Павлу, осуждает секс вне брака и похоть внутри него. Брак оправдывается его благами: «детьми, верностью [между супругами] и таинством причастия»¹. Хотя продолжение рода является целью брака, брак не реабилитирует похоть морально. Секс ради продолжения рода не является греховным, а секс в браке исключительно для удовлетворения похоти является прощительным грехом. Поскольку супружеский секс предпочтительнее «блуда» (внебрачного секса), супруги *обязаны* выполнять «супружеский долг» (секс) по защите от искушений, тем самым поддерживая взаимную верность.

Святой Фома Аквинский обосновал совпадающие суждения о сексуальной морали в естественном праве, объясняя брак с точки зрения основных человеческих благ, включая продолжение рода и верность между супругами. Моногамный брак как механизм, пригодный для воспитания детей, «принадлежит естественному закону». Моногамный брак обеспечивает отцовское руководство, в котором нуждается ребенок; таким образом, блуд является смертным грехом, потому что он имеет «тенденцию вредить жизни потомства»². Супружеский секс использует тело для сохранения вида, и удовольствие может быть частью этого, предопределенной Богом. Даже в браке секс вызывает моральное беспокойство, потому что он влечет за собой «потерю разума», но это компенсируется благами брака. Среди этих благ Фома Аквинский подчеркивает взаимную верность супругов, включая оплату «брачного долга» и «партнерство в совместной жизни» — шаг к идеям товарищеского брака.

¹ Блаженный Аврелий Августин. О супружестве и похоти // Трактаты о любви / сост. О. П. Зубец. — М. : ИФРАН. С. 20.

² Сумма теологии. Часть II-II. Вопросы 123-189. / Фома Аквинский. — Киев : Ника-Центр, 2014. — 736 с.

Образ традиционной православной семьи ярко запечатлен известным русским религиозным философом И. А. Ильиным в гл. 5 («О семье») его книги «Путь духовного обновления». Он писал: «Семья есть первый, естественный и в тоже время священный союз, в который человек вступает в силу необходимости. Он призван строить этот союз на любви, на вере и на свободе, научиться в нем первым совместным движениям сердца и подняться от него к дальнейшим формам человеческого духовного единения — родине и государству»¹. Любовь — это высшее проявление человеческой духовности. Справедливо сказал И. В. Гете: «Счастье душа познает лишь любя»². Православная церковь освящает только такой семейный союз, который основан на взаимной любви и долге.

Ислам — религия, которая сформировалась на семь веков позже христианства. Вопреки множеству заблуждений о положении женщин в мусульманской семье, ислам отводит женщинам в семье достаточно высокое место. Если в христианской версии грехопадения вина возлагается на женщину (Ева соблазнила Адама отведать запретный плод), то в мусульманстве завет Бога нарушает мужчина.

Семейные отношения в исламе имеют большую ценность; это одно из великих благословений Всевышнего, которыми мусульманину рекомендуется свободно пользоваться. Поскольку в исламе семья считается краеугольным камнем всего общества, это полноценный социальный институт, куда включено сразу несколько поколений.

Когда речь заходит о семейных отношениях в исламе или о том, что ислам подразумевает под созданием семьи, тогда выделяют два типа значимых отношений, которые составляют всю семью: 1) отношения мужа и жены; 2) отношения между родителями и детьми.

В исламе мужчина отвечает за семью, особенно за вопросы, лежащие вне семьи (например, экономические, дисциплинарные вопросы и т. д.). В то же время женщина несет ответственность за внутренние дела семьи (например, присмотр за домом, воспитание детей

¹ Ильин И. А. Путь духовного обновления. — М. : Русская книга, 1996. С. 199.

² Гете И. В. Эгмонт: Трагедия в пяти действиях. URL: http://www.sky-art.com/goethe/prose/egmont/egmont_2_ru.htm (дата обращения: 17.02.2025).

и т. д.). У обоих равные права, но дифференцированные обязанности и роли. Часто думают, что мужчина в исламской культуре занимает более высокое положение. В некоторых случаях действительно право принятия решений принадлежит мужчине. Чтобы компенсировать это, женщины занимают более высокое положение в роли матери. Взаимопонимание и любовь обоих партнеров имеют решающее значение, поскольку брак — это не просто временный союз двух людей, он рассчитан на всю жизнь. Оба должны понимать проблемы и потребности друг друга.

Что касается отношений между родителями и детьми, ислам, в первую очередь, возлагает на родителей обязанность по надлежащему и здоровому обращению с детьми. Детям предписывается повиноваться родителям и заботиться о них.

Как видно из приведённого краткого обзора, ведущие религиозные воззрения отражают принципы патриархальной семьи, основой которой является продолжение рода и совместное хозяйствование. Многие из конкретных положений об отношениях мужа и жены, родителей и детей верующими людьми соблюдаются, и отношения в таких семьях могут быть вполне гармоничными. Общество сохраняет элементы и матриархальной, и патриархальной, и религиозной семьи. Всё зависит от того, во что верит человек, каково его мировоззрение, насколько он придерживается принятых в его сообществе норм и правил бытия.

Современные религиозные воззрения на семью меняются в соответствии с реалиями нового времени (например, по отношению к контрацепции, преждевременному прерыванию беременности и др.). Большой упор делается на духовную составляющую семьи и любовь; основной пафос многих религиозных деятелей направлен на сохранение традиционной семьи и её устоев. Однако в современную эпоху этого недостаточно для большинства людей. Без осознания себя как человека развивающегося, пришедшего в этот мир с определённой миссией, хозяина своих выборов и решений, строить свою жизнь, в том числе и семейную, довольно сложно. Чем больше в этот процесс вносить чувства собственного достоинства, ответ-

ственности, понимания равенства мужчины и женщины, идеи их развития, новых принципов и мотивов создания семьи, тем более гармоничным будет движение по эволюционному пути человечества.

Контрольные вопросы:

1. Приведите примеры моделей брака и семейных отношений.
2. Дайте характеристику современной системной модели семьи.
3. Перечислите и охарактеризуйте правовые основы семьи и брака.
4. Проведите сравнительный анализ религиозных установлений, касательно брака, семьи, деторождения, в трех основных мировых религиях — буддизме, христианстве, исламе.

ТЕМА 3

ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ: ЭМОЦИОНАЛЬНО-КОГНИТИВНЫЕ, ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ, ЦЕННОСТНО-ОРИЕНТАЦИОННЫЕ

3.1. Психологическая готовность к браку и выбор партнера.

3.2. Молодая семья: развитие и проблемы.

3.3. Отношения молодой и родительской семей.

3.1. Психологическая готовность к браку и выбор партнера

Формированию семьи традиционно предшествует определенный период знакомства будущих супругов, который необходим для узнавания друг друга и достижения готовности к созданию семьи.

Готовность к вступлению в брак среди молодых людей является важным фактором, определяющим будущий успех в развитии партнерских отношений. Молодые люди, которых обычно называют поколением Z¹, смотрят на жизнь иначе, чем предыдущие поколения (в частности, на брак).

В исследовании Дж. Кэрролла и др.² отмечается, что в предыдущих поколениях брак рассматривался как окончательный переход к зрелости. Большинство же представителей поколения Z сегодня уже не рассматривают брак и другие значимые социальные события (например, окончание школы, рождение детей и т. д.) в качестве важных критериев взрослой жизни³. Это удивительно, учитывая, что воспринимаемая готовность к браку, наряду с чувствами и отношением к браку, оказалась основной переменной при принятии решения

¹ Поколение Z относится к людям, родившимся в период с 1995 по 2010 год (согласно теории поколений, созданной У. Штраусом и Н. Хоувом).

² Carroll J.S., Badger S., Willoughby B.J., Nelson L.J., Madsen S.D., & McNamara Barry C. Ready or not? Criteria for marriage readiness among emerging adults // Journal of Adolescent Research. 2009. 24 (3). P. 349—375.

³ Nelson L.J. & Barry C.M. Distinguishing features of emerging adulthood: The role of self-classification as an adult // Journal of Adolescent Research. 2005. 20. P. 242—262.

о вступлении в брак и важным предиктором последующей удовлетворенности браком¹.

Поколение Z хочет начать семейную жизнь в диапазоне от 27 до 33 лет и стремится сначала иметь хорошую работу, чтобы в будущем создать семью². Поколение Z откладывает вступление в брак по сравнению с предыдущими поколениями, которые, как правило, вступают в брак в более раннем возрасте³. На задержку готовности к вступлению в брак также влияют карьерные планы поколения Z⁴.

Исследования показывают, что самые крепкие пары — это те, у которых развиты сильные навыки общения, которым присущи четкое чувство близости в паре, гибкость, личная совместимость и хорошие навыки управления конфликтами.

В крепких браках существует баланс между отдельностью и единением. Эти пары ставят единение на первое место, просят друг друга о помощи, любят делать что-то вместе и проводят большую часть своего свободного времени вместе.

В прочных брачных союзах партнеры:

- удовлетворены общением;
- творчески подходят к разрешению своих разногласий;
- чувствуют себя очень близкими друг другу;
- не контролируют друг друга;
- открыто обсуждают свои проблемы;
- удовлетворены той привязанностью, которую проявляют и получают в браке;
- соблюдают хороший баланс между временем, проведенным вместе и в одиночестве; семья и друзья редко вмешиваются в их партнерские отношения;
- достигли соглашения о том, как тратить деньги;
- партнеры сходятся во взглядах на духовные ценности

¹ Keldal G., Yildirim I. Factors associated with marital readiness among Turkish young adults // *Family Relations*. 2022. 71 (1) P. 307—324. URL: <https://doi.org/10.1111/fare.12619>; Rahmah N., Kurniawati W. Relationship between marriage readiness and pregnancy planning among prospective brides // *Journal of Public Health Research*. 2021. 10. P. 88-93. URL: <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2405>.

² Puiu S. Generation Z — an educational and managerial perspective // *Young Economists. Journal/Revista Tinerilor Economisti*. 2017. 14 (29). P. 62—72.

³ Barhate B., Dirani K. M. Career aspirations of generation Z: a systematic literature review. In *European Journal of Training and Development*. 2022. Vol. 46. Issues 1-2. P. 139-157). Emerald Group Holdings Ltd. URL: <https://doi.org/10.1108/EJTD-07-2020-0124>.

⁴ Shulman S., Yonatan-Leus R., Silberberg O. Understanding stability and change in depressive symptom trajectories across young adulthood through the lens of career development: A mixed-methods study // *International Journal of Behavioral Development*. 2023. 47 (2). 169—179. <https://doi.org/10.1177/01650254221146416>.

Психологи установили, что наиболее прочные семьи создаются, если знакомство длилось от года до трёх лет. Статистика показывает, что при длительности знакомства до одного месяца устойчивость семьи составляет лишь 4 %; от 1 до 6 месяцев — 14 %; до года — 22 %; от 1 до 3 лет — 42 %, свыше 3 лет — 18 %¹.

Добавим к этому, что существуют разные типы мужчин и женщин; черты каждого из типов могут гармонично дополнять друг друга, а могут порождать дополнительные трения.

В период знакомства сознательно (а чаще всего бессознательно) молодые люди оценивают физическую привлекательность и социальные характеристики кандидата в супруги. При этом физическая привлекательность или красота высоко ценится в человеческом сообществе. Красивому человеку больше доверяют, приписывают лучшие качества, в том числе интеллект и нравственность (особенно это относится к женщинам). В то же время установлено, что красота и симпатия связаны между собой лишь до определенного предела, за которым симпатия снижается и начинает возникать опасение. То есть очень красивая женщина симпатична далеко не для всех мужчин.

Среди социальных характеристик учитываются такие, как социальный статус, образование, профессия, экономический статус, близость территории проживания, этническая и религиозная принадлежность.

Анализ брачных предпочтений выявил достоверные гендерные различия.

В Норвегии опрос сожителей, но не регистрирующих свой брак мужчин и женщин, показал, что большинство опрошенных (7 из 10) в равной степени сомневаются в том, стоит ли вступать в брак со своим партнером. Среди оставшихся было гораздо больше тех, кто сказал, что мужчина-партнер был наиболее нерешительным, чем тех, кто сказал, что женщина-партнер проявляет наибольшее нежелание. Такое восприятие избыточной мужской нерешительности

¹ Психолого-педагогические аспекты семейной жизни: методические указания. — Могилев : Белорусско-Российский ун-т, 2008. С. 11.

разделяют респонденты мужского и женского пола. Картина одинакова для сожителей с детьми и без¹.

Определенная доля респондентов, принявших участие в опросе, сообщили, что они не решаются вступить в брак, потому что это сделало бы отношения менее удовлетворительными. Причины заключались, например, в том, что в браке ожидается более высокий материальный уровень, а также более традиционные половые роли, или в том, что чувство любви будет ослаблено. В целом такие опасения чаще встречаются среди бездетных, чем среди тех, у кого есть дети.

Среди тех, кто не является родителями, мужчины, по-видимому, больше, чем женщины, обеспокоены тем, что жизнь в браке будет менее удовлетворительной, чем продолжение сожительства. Например, почти треть мужчин опасаются, что брак будет экономически невыгодным. Это может отражать в целом более индивидуалистическое отношение среди мужчин, упомянутое ранее, или то, что традиционная роль мужчин — добытчики; они опасаются, что это заставит их взять на себя ответственность за финансовое благополучие семьи в одностороннем порядке. В родительской группе различия между мужчинами и женщинами невелики. Женщины опасаются, что в браке от них ожидают, что они возьмут на себя более традиционные гендерные роли и что это затруднит им совмещение заботы и работы. Для отцов есть дополнительное преимущество брака: в случае расставания с партнером может быть легче поддерживать контакт с ребенком, если пара состояла в браке.

Глубинные интервью еще раз подтвердили идею о том, что люди ожидают, что ценность брака будет отличаться от ценности совместного проживания с одним и тем же партнером. Возможные опасения мужчин по поводу более традиционной роли кормильца, о которой только что говорилось, подтвердились. Некоторые информанты считали, что, будучи сожителями, они могут разделить семейные расходы поровну и оставить то, что осталось от их доходов, себе, в то

¹ Reneflot A. A gender perspective on preferences for marriage among cohabitating couples // Demographic research. Vol. 15. Art. 10. P. 311—328. <http://www.demographic-research.org/Volumes/Vol15/10/> DOI: 10.4054/DemRes.2006.15.10

время как в браке они должны будут объединять свои доходы. Таким образом, можно ожидать, что переход от сожительства к браку будет неблагоприятным, особенно для мужчин.

Гендерные различия в брачных предпочтениях различаются в разных контекстах. В Нигерии исследование не выявило гендерных различий в предпочтениях в отношении личностных качеств, социально-экономического статуса и физической привлекательности при выборе брачного партнера. Однако в Индии женщины предпочитали партнеров старшего возраста и рассматривали нарушения зрения партнеров как несущественный фактор, определяющий выбор партнера, чаще, чем мужчины. Женщины больше, чем мужчины, ценили хорошие финансовые перспективы, целомудрие, хорошее поведение по отношению к родителям, стремление к дому и детям и трезвый образ жизни, в то время как мужчины желали физически привлекательного партнера и ценили финансовую стабильность. В Норвегии мужчины, проживающие без регистрации брака, менее охотно вступали в брак, чем женщины, проживающие без регистрации брака, что позволяет предположить: мужчины могут быть более индивидуалистически ориентированы и менее склонны уступать нормативному давлению при вступлении в брак. В Нидерландах женщины были менее готовы, чем мужчины, снова жить с партнером после расторжения союза, что во многом объяснялось большей вовлеченностью женщин в воспитание детей от предыдущих отношений. В целом понимание гендерных различий в брачных предпочтениях может дать представление о формировании отношений и сохранении гендерного неравенства.

Пространственная, территориальная близость (проживание по соседству), а также совместная учеба или работа являются важнейшим фактором брачного отбора. Правило гомогамии, утверждающее, что «браки между индивидами со сходными индивидуальными характеристиками являются более вероятными, чем браки между индивидами, чьи характеристики сильно отличаются друг от друга», действует и в отношении ценностных и смысло-жизненных ориентаций, включая политические взгляды, религиозные убеждения.

Л. Я. Гозман говорит о «трех фильтрах», которые проходит пара, прежде чем вступить в отношения более глубокой привязанности. Первый фильтр соответствует этапу привлечения, на котором наиболее мощно действует фактор физической привлекательности. На этом этапе формируется большое количество пар. Вторым фильтром пропускает отношения по сходству социально-демографических характеристик. И третий фильтр — это сходство социально-психологических и личностных качеств¹.

Первый фильтр часто соответствует этапу влюбленности, которая существенно меняет взгляды человека. Влюбленный всегда несколько ослеплен своим избранником. А. В. Зберовский так обобщил признаки этого состояния: человек испытывает душевный комфорт, спокойствие рядом с любимым. Присутствует «культ личности» любимого, доверие в завышенной степени. Рядом с ним хочется казаться лучше, приукрасить себя. Важно всё знать о нём, ему легко подчиняться, всё время хочется быть рядом, нравится заботиться, согласны с его прозвищами (рыбка, зайчик, киска), не слушаете других, когда они пытаются показать его недостатки. Присутствует страх его потерять. Ссора, даже самая незначительная, вызывает бурю эмоций, вплоть до попыток суицида. Не жаль на него времени и денег, все другие дела и интересы уходят на второй план, менее интересными становятся все остальные люди и даже друзья и родственники. Постепенно развивается чувство собственности на предмет влюбленности и, как следствие, ревность. В период влюбленности представление о партнере несколько нереальное. Оба «носят» некоторую «маску», стремятся показать с себя с лучшей стороны и видят (хотят видеть) в другом человеке только хорошее, находя убедительные объяснения проявлениям, которые не нравятся. Как видим, разумного (а тем более мудрого) в таких отношениях, построенных на влюбленности, мало².

¹ Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. — М. : Изд-во МГУ, 1987. С. 27—67.

² Зберовский А. В. 13 способов преодолеть кризис любовных отношений. — М. : АСТ, 2005, С. 17.

В основе влюбленности лежит эрос (сексуальная или витальная энергия, энергия жизни, ее продолжения). Как уже говорилось, это самая мощная энергия физического тела человека, поэтому и влюблённость имеет большую силу. Эти энергии могут захватывать человека в такой степени, что он как будто теряет способность соотносить и адекватно оценивать происходящее. Вернее, оценивать может, но разум с трудом справляется с мощной энергией влюбленности. Поэтому так трудно влюблённому человеку донести что-то иное, не соответствующее его представлению.

Исследователи утверждают, что период влюбленности обусловлен выбросом в кровь определенного рода гормонов. При благоприятных обстоятельствах их действие длится около двух лет. Это своеобразная программа, которая заложена в нас природой для продолжения рода. Она как бы ослепляет человека, перестраивает его сознание, позволяя ему сближаться с другим человеком.

Но человек ведь и сам по себе ценность и приходит в жизнь не только как средство для размножения, но и для того, чтобы умножать в этом мире высокие, тонкие энергии радости и счастья. Человек испытывает наивысшую радость именно тогда, когда соединяется с природой, с любимым, с Космосом. Именно в единстве с кем-то или с чем-то он испытывает самое сильное наслаждение, радость и счастье. Вот откуда идет стремление к единению.

Соединение в любви — самое сильное, приносящее наивысшее наслаждение. Поэтому люди стремятся к нему, поэтому ищут ту «половинку», с которой достигается наиболее полное слияние.

Осознание различий между влюбленностью и любовью важно, потому что очень часто первое принимают за второе. Когда в реальном, повседневном поведении партнер перестаёт (устаёт) играть роль, становится самим собой, наступают разного рода прозрения, разочарования, охлаждения, раздражения и конфликты, а затем и расставание.

Важно это и с другой точки зрения. Одной из самых частых тем обсуждений на форумах, на консультациях является проблема односторонней привязанности. Чем сильнее эта привязанность («я без него жить не могу», «мне без нее свет не мил», «я для него всё готова отдать,

всем пожертвовать, а он не ценит» и тысячи других вариантов), тем, считают многие, сильнее любовь. На самом деле это именно привязанность, которая ведет к страданию. Любовь — всегда радость.

Апостол Павел говорил в одном из своих посланий: «Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, не превозносит себя, любовь не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всегда надеется, все переносит. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится» (1 Коринф. 13:1-8).

В зависимости от состояния сознания, психической и духовной зрелости человека, влюблённость может развиваться по трём основным направлениям. Первое — она обогащается, осветляется душевными качествами, сердечностью и мудростью и, таким образом, перерастает в любовь.

Чаще мы видим два других направления.

Влюбленность угасает, и тогда отношения не развиваются и переходят в дружеские или приятельские связи (второе направление). Это происходит чаще всего потому, что разум берёт верх над энергией влюблённости, возникает более объективная оценка человека и отношений, на первое место выходят другие интересы: учёба, деятельность, друзья, новый партнёр.

Третье направление наиболее сложное — когда влюблённость переходит в привязанность. Привязанность, зависимость от другого человека, от отношений с ним, так же, как и влюблённость, часто путают с любовью. Это происходит опять же из-за непонимания сути любви. А отличить очень просто. Любовь приносит только радость (помним, что радость индикатор свободы).

Чувство собственности, привязанность, эгоизм могут вызывать ревность, страдания и другие негативные чувства, вплоть до ненависти. Этот «букет» часто «расцветает пышным цветом», когда человек не может перевести влюблённость в любовь, а время идёт и хочется быть вместе. Здесь-то и проявляется привязанность.

В древнеиндийском трактате «Ветви персика» возникновение любви описывается следующим образом: «Три источника имеет влечение человека: душу, разум и тело. Влечения душ порождают дружбу. Влечение ума порождает уважение. Влечение тела порождает желание. Соединение трех влечений порождает любовь»¹. В этом древнем высказывании — много мудрости. Во-первых, здесь о любви говорится с полным пониманием её сути. Во-вторых, говорится о двойственности (дуальности) мужского и женского. В-третьих, о тройственности строения различных «тел» человека — физического, душевного и ментального. Современная психология также выделяет три основных вида процессов — ментальные (когнитивные или познавательные), эмоциональные (эмотивные) и волевые (конативные).

Среди многих признаков влюбленности, которые были рассмотрены, есть один, который является, возможно, главным с точки зрения развития отношений между мужчиной и женщиной — это идеализация. Смысл этого явления заключается не только в том, что на подъеме влюбленности мы идеализируем человека, с которым хотим быть рядом. Одновременно в нашей голове, в уме, существуют некие «идеи», «идеалы», которым должно соответствовать поведение нашего партнера по взаимоотношениям, той «половинки», которую мы хотим встретить в жизни. Идеализация — это избыточно значимые ожидания, которые вызывают сильные переживания, если они не оправдываются. Развенчание такого рода ожиданий (представлений, убеждений), по сути, и является долговременной работой со своим внутренним миром и на этапе становления отношений, и в период семейной жизни.

Работа с разного рода идеализациями подробно описана в литературе². Заключается она в осознанности своих желаний и выборов. По сути, это осознанное использование такого инструмента, как

¹ Ветви персика: древнеиндийский трактат о любви. URL: <http://mreadz.com/new/index.php?id=80439&pages=1> (дата обращения: 17.02.2025).

² См. об этом: Свияш А. Разумный мир. Как жить без лишних переживаний. — М. : Центрполиграф, 2010. — 491 с.; Свияш А, Свияш Ю. Советы брачующимся, замужем и страстно желающим забракосвататься. — М. : АСТ, 2008. — 352 с.

честность. Важно говорить правду себе о себе самом и говорить правду себе о другом человеке. Это непросто, потому что в состоянии влюбленности разум не столько отключается, сколько служит оправданием желаниям, которые овладевают влюбленным человеком, тем более в состоянии страсти — высшей степени влюбленности. Однако период знакомства мужчины и женщины до создания семьи, когда лишь выстраиваются разного рода мечтания о будущем, когда отношения пары только складываются, не всегда освещается влюбленностью и любовью.

А. В. Зберовский подробно разбирает в своих книгах период добрачных отношений мужчины и женщины. Среди основных мотивов знакомства и создания семьи автор выделяет следующие:

« — мотивы меркантильные (решать свои финансовые, квартирные, карьерные или учебные проблемы за счет партнера по отношениям);

— мотивы продолжения своего рода (найти того человека, с которым или от которого можно родить ребенка, не создавая семьи);

— мотивы самоутверждения (получать удовольствие от того факта, что представители противоположного пола рады знакомству с этим человеком);

— мотивы сексуальные (дать выход своей сексуальной энергии, не обременяя себя при этом какими-то обязательствами);

— мотивы «лечебные» (прийти в себя после трагично закончившихся прошлых любовных отношений, иначе говоря, «клин клином вышибают»);

— мотивы оказания воздействия на прошлого или нынешнего партнера (показать и доказать своему прошлому или нынешнему партнеру, что создание успешных любовных отношений возможно и без него (нее)...);

— мотив необходимости соответствия своему окружению (знакомиться и дружить нужно хотя бы потому, что так делают все окружающие, и потому на общем фоне не хочется быть «белой вороной» и отставать от коллектива);

— мотивы общения и жизненного любопытства (у человека много свободного времени, которое некуда девать, причем это время

может быть длительным, а может быть просто полчаса до новой деловой встречи... либо одному человеку от нечего делать захотелось понять, что же из себя представляет другой человек, а общение затем вылилось в дружбу...);

— мотивы приобретения нужных навыков перед будущими отношениями и знакомствами (знакомясь и начиная дружить, человек пока просто учится, как бы разминается перед теми отношениями, которые уже будут иметь четко поставленную любовно-семейную задачу)»¹.

Если вы обратитесь к собственному опыту, то согласитесь, что в окружающей вас действительности такого рода мотивы встречаются довольно часто. Но если мы хотим действовать осознанно, стремимся навстречу долговременным отношениям, то можно ли опираться на такие мотивы? Как правило, знакомство на такой основе не будет долговременным (из всякого правила имеются исключения). И, прежде всего, потому что в жизни действует закон — с какими намерениями ты идешь к человеку, с такими и он движется навстречу тебе. Подобное притягивает подобное. Какая ты есть половинка, такая притянется и к тебе. Можно привязать к себе мужчину рождением ребенка, общей жилплощадью, привычками, но будут ли такие отношения гармоничными и счастливыми? Часто причиной разводов являются эгоистические мотивы при создании семьи.

Здесь уместно задать вопрос — реально ли каждому в молодые годы быть мудрым и ждать, когда его душевно-духовные качества разовьются в той мере, что он сможешь «притянуть» «половинку» идеальную. Вряд ли это реально. Уроки жизни в том и заключаются, чтобы идти по пути своего развития. Но на каждом этапе жизни человеку встречается именно такая женщина или такой мужчина, который соответствует уровню зрелости и помогает решать новые задачи в построении отношений, в самопознании, в самоосознании; нужно подойти максимально мудро к решению каждой задачи. Вы не можете встретить «половинку», которая «лучше» вас. Половинка всегда такая

¹ Зберовский А. В. Технология успешного любовного знакомства: мужские советы для женщин и мужчин. — М. : АСТ, 2006. — С. 12—13.

же, как вы. Она потому к вам и притягивается, чтобы помочь вам в вашем дальнейшем развитии.

Нередко молодые люди, особенно девушки, живут в полной уверенности, что их душевные качества, их способность любить столь безмерны, что если бы встретился такой же человек, «притянулась» сходная «половинка», то это и была бы полная гармония. Но чаще всего юношеский максимализм завышает собственные качества и возможности, принимает влюблённость за любовь. И она не выдерживает столкновения с реальностью. Человек обманывается и в себе, и в другом. Еще раз подчеркнем — ваша «вторая половинка» будет дополнять, притягиваться к первой. Лучше вас она может быть лишь в том случае, если вы сами постоянно развиваетесь, чтобы стать лучше себя настоящего.

Бывают случаи, когда мужчина или женщина с помощью расчёта, тщательно разработанного плана может «женить на себе» выбранного партнёра. Эти случаи заканчиваются плохо для одного или обоих (или для детей). И если даже брак будет существовать, то он будет именно «браком» со всеми вытекающими последствиями. Тем более о счастливой семье в этом случае говорить не приходится. Данные социологических опросов свидетельствуют, что браки, в которых супруги достигли духовного и физического единения на основе взаимной любви, оказываются наиболее крепкими и счастливыми. Установлено, в частности, что браки по любви оказываются более «стойкими» по отношению к жизненным невзгодам, нежели «браки по расчёту» или «браки по стереотипу»¹.

Подробно рассмотрев вопрос мотивации вступления в брак, мы, вслед за отечественным исследователем природы брачных отношений С. В. Троицким², можем выделить две основные теории о браке: идеалистическую и реалистическую.

Идеалистическая теория видит смысл брака в высоком стремлении к развитию, совершенствованию, полноте бытия. Вот что пишет

¹ Семья: психология, педагогика, социальная работа / под ред. А. А. Реана. — М. : АСТ, 2010. С. 106.

² Троицкий С. В. Христианская философия брака. — Киев : Задруга, 1996. — 132 с.

об этом Э. Фромм: «... способность любить, отдавая, зависит от особенностей развития личности. Это предполагает, что личность должна выработать в себе преимущественную установку на плодотворную деятельность, преодолев зависимость, самолюбование, склонность к накопительству и к помыканию другими; человек должен поверить в собственные силы, должен полагаться на себя в достижении целей. Чем менее развиты в человеке эти качества, тем больше он боится отдавать, а значит, боится любить»¹.

Реалистическая теория определяет биологический инстинкт продолжения рода главной детерминантой брачного поведения человека. Так, по определению немецкого философа И. Канта, «брак есть союз двух лиц разного пола с целью пожизненного взаимного их пользования половыми особенностями»²

На практике мы наблюдаем брачные отношения, в которых супруги стремятся удовлетворить как свои базовые витальные потребности, так и высшие социальные. Изучение социально-психологических детерминант брачных намерений представляет большой практический интерес, особенно в регионах, экономика которых нуждается в безотлагательном и существенном повышении темпов развития. Заинтересованность общества и государства в устойчивости брачных союзов определяется, прежде всего тем, что семья — «ячейка общества», главный институт социализации подрастающего поколения. Деструкция института семьи неизбежно приводит к развитию таких негативных социальных явлений, как сиротство, девиации, детские суициды, школьная дезадаптация.

Перспективным направлением прикладных психологических исследований может стать прогнозирование успешности браков на основе изучения гендерных особенностей социально-психологических установок молодежи на выбор партнера по браку и модели семьи, выявление в структурах ценностного пространства личности будущих супругов предпосылок сохранения семьи как социального института.

¹ Фромм Э. Искусство любить. — М. : АСТ, 2015. С. 177.

² Kant I. Lectures on Ethics. NY., 1963. P. 167.

3.2. Молодая семья: развитие и проблемы

Первое время жизни молодожёнов в народе называют медовым месяцем. Предполагается, что в этот период молодые наслаждаются новым состоянием, когда отношения, в том числе и сексуальные, «законны», социально одобряемы. Пьянит и свобода от родительского надзора, новый социальный статус. Вариаций здесь может быть много, но суть медового месяца всё-таки в том (особенно если союз заключается в состоянии влюбленности), что первые дни совместной жизни проходят в своеобразном праздничном состоянии, когда внимание не сосредотачивается на деталях.

Столкновения, если и бывают, то проходят скорее в форме игры. В юношеских (как и студенческих) семьях супруги много времени проводят вне дома, питаются также вне дома. После работы или учёбы перекусывают, где придётся, домашний ужин может состоять из чипсов и лимонадов; другого и не хочется.

Конечно, здесь также множество вариантов — живут ли молодожены вместе с родителями, есть ли у одного или обоих супругов привычка питаться регулярно и дома. Но всё-таки для многих молодёжных семей характерно невнимание к бытовым мелочам — убранный постели, вымытой посуде, красиво сервированному обеду, опрятной квартире.

И даже если родители или родственники говорят о важности этих «мелочей», многие их не слышат, потому что «есть дела поважней», «поинтересней», «некогда», «не учите нас жить» и т. д.

Но рано или поздно (от нескольких дней до двух лет длится первый этап семейной жизни, когда сексуальное влечение перестает быть основой отношений) (обычно раньше) у одного из супругов возникает потребность упорядочить свою жизнь, сделать ее более уютной и удобной.

В семейных отношениях, которые выстраиваются неосознанно, без понимания собственных жизненных ценностей, принципов и мотивов построения семьи, начинают возникать и накапливаться трения, напряжения, обиды, недомолвки. Они именно накапливаются,

потому что первое время обе стороны стараются что-то прощать, что-то терпеть, что-то решать через манипулирование или компромиссы.

Опыт показывает, что в молодых семьях это «Я» женщины или мужчины действительно присутствует, но оно понимается не с позиций собственной сущности, любви и радости по отношению к себе и другому, а с позиции самоутверждения в паре. И тогда женщина начинает требовать внимания, а мужчина доминирования. В зависимости от того, кто в паре любит (или думает, что любит) больше, тот быстрее уступает.

Но компромисс, уступка, избегание конфликта сглаживают ситуацию лишь на время. Осознание того факта, что отношения в паре, чувство «Мы», «Семья» важнее, чем каждая отдельная ее частичка, необходимо для освоения молодыми супругами роли мужа и жены. И ответственны за это осознание оба.

Если один из супругов доволен, а другому не хватает внимания, это значит, что в отношениях возник перекос, недостаток внимания, уважения, любви к себе или к супругу либо имеется несовпадение в системе ценностей. Обсуждать такого рода вопросы в семье необходимо, но без упреков, недовольства и обвинений.

Особенно важно, чтобы молодые супруги выясняли такого рода ситуации до принятия решения о рождении ребенка. В молодых семьях распространена ошибка, когда женщина, чувствуя нестабильность жизненной ситуации, надеется на то, что рождение ребенка «образумит» молодого мужа. Часто такую позицию поддерживают родственники, желающие «добра» молодой семье. Следуя этой логике, рожают второго и третьего ребенка, но ситуация лишь ухудшается.

В связи с этим молодым супругам имеет смысл задуматься о такой жизненной ценности, какой является семейный очаг, дом, наполненный любовью. В него хочется возвращаться, и только в это счастливое пространство должен приходиться ребенок (а не для того, чтобы «цементировать» зашатавшиеся отношения). Рекомендаций по обустройству своего дома имеется огромное множество, издаются сотни книг и журналов на эту тему — для любого уровня достатка и финансовых возможностей. Нужно лишь захотеть обустроить свой быт.

Здесь важно понимать, что не сами по себе вещи, предметы, мебель, одежда создают в доме уют и комфорт. Если они не согреты теплом, радостью того, кто их выбирал, располагал, мастерил, они не будут греть и тех, кто живет среди этих вещей. Так номер гостиницы отличается от дома. И мужчине, и женщине необходимо учиться понимать значение мелочей, которые могут выражать состояние каждого не меньше, чем слова или поступки.

На первых этапах становления молодой семьи от женщины действительно многое зависит. Обустройство притягательного дома — это ее задача. Но в этом стремлении, которое характерно для многих женщин по их природной сущности, таится и определенная опасность. Вкладывая много энергии в обустройство дома, все более чувствуя себя в нем хозяйкой, она становится и все более требовательной, желая «законсервировать» достигнутое. Поэтому с первых месяцев семейной жизни важно помнить о необходимости развития семейных отношений.

В чем будет состоять развитие для молодоженов с точки зрения осознанного построения семейных отношений? Большинство стараются сохранить свежесть взаимного чувства, хотят, чтобы отношения были как в первые месяцы. Не приумножить, не развить, а сохранить, потому что лучше уже не будет, быть не может. Такой подход в восприятии первых месяцев супружества приводит к тому, что прохождение иных этапов семейной жизни сравнивается с этими «вершинами» и наступает разочарование.

Мало того, что молодые супруги постепенно переходят на свободное, бытовое, неприукрашенное общение (каким оно обычно бывает в период знакомства, ухаживания и жизни вдали друг от друга, в разных пространствах), могут позволять себе небрежно одеться, быть неопрятным и т. п., так еще присутствует сравнение с «тем, что было».

Два с половиной тысячелетия назад греческий философ Гераклит сказал: «нельзя войти в одну и ту же реку дважды»¹. А быть постоянно в одном и том же состоянии можно?

¹ Цит. по: Энциклопедический словарь / Гераклит Эфесский. URL: <http://dic.academic.ru/dic.nsf/es/> (дата обращения: 17.02.2025).

Человек верит своим чувствам. Если в состоянии влюбленности он испытывал необыкновенные ощущения (которые, как известно, вызываются выбросом в кровь особого рода гормонов — нейропептидов, их называют еще опиатами, эндорфинами; по своему действию они похожи на действие активизирующих наркотиков, но естественно вырабатываются организмом), то хочется длить их как можно дольше. Но любовь не только чувство, это состояние радости бытия во всех его проявлениях. Движение от любви-ощущения, к любви-чувству, любви-состоянию и любви как радости бытия, любви — обмену «энергией высоких звучаний» — это путь развития, в том числе и в семье. В близких отношениях сохранять свободу, независимость и любовь одновременно — весьма сложное умение, которому нужно учиться, накапливая опыт осознания и прохождения жизненных ситуаций как опыт своего развития.

Это движение важно осознавать, потому что именно в молодом возрасте любовь воспринимается как ожидание удовольствий с этим человеком, как состояние, приносящее ощущение полноты в сексе, власти и безопасности. Если в отношениях речь идет об удовлетворении этих потребностей, то человек испытывает яркие эмоции. Удовлетворяется потребность (или хотя бы есть ожидание, что она будет удовлетворена) — эмоция позитивная; не удовлетворяется (или даже есть подозрение, что мне изменят, следовательно, моя ценность падает, меня не уважают, могу потерять и т. п.) — эмоция отрицательная. Именно в этой системе «от любви до ненависти один шаг».

Эмоция, пишут психологи, отличается от чувства как стремление к собственной важности, отличается от чувства собственного достоинства, которым обладает лишь благородный человек, не делающий разницы между собой и всеми остальными людьми. Эмоции — следствие склонности к приобретательству и накоплению собственности, будь то человек или вещь. Чувства всегда базируются на благородных помыслах человека. Отличить одно от другого можно,

честно ответив себе на вопрос, хотите ли вы изменить любимого человека так, чтобы он стал более удобен и приятен вам¹.

Если вы не хотите измениться сами, а хотите изменить другого, вами управляют эмоции, связанные с желанием удовлетворить биологические потребности. Получается, не нужно стремиться к удовлетворению своих потребностей — желания полноты секса, собственной важности (власти), безопасности? На этапе ранней зрелости это, как правило, невозможно. Однако постепенно, выстраивая семейные отношения, важно осознавать, где вами управляет эгоизм, а где чувство любви.

Воспользуемся некоторыми рассуждениями из книги «Игра богов: любить и не бояться. Выбирает женщина», поскольку наиболее сложным вопросом для большинства (посещающих, например, семинары и консультации) является вопрос о сущности и технологии развития. Авторы предлагают следующий взгляд на этот вопрос (здесь приведены краткие выдержки из обширного текста).

Искусство правильного чувства — не в обладании друг другом или распределении ресурсов среди пары. Любовь создает стимул к развитию обоих, когда партнеры идут рядом по жизни, концентрируясь не на себе, а на общем деле. Общим делом может быть строительство дома, совместное творчество или что-то иное (напомним, что строительство семьи, укрепление «МЫ» — это тоже важное и творческое дело), важно, чтобы мужчина и женщина обращали свою энергию на созидание нового, а не на изменение друг друга.

Возможность найти, удержать и преобразовать любовь в истинно человеческое чувство будет одновременно «маяком» и «ветром», «раздувающим паруса» вашего движения вперед до тех пор, пока вы не поймете, что сам ваш путь стал Любовью. На этом пути выделяется несколько этапов. После осознания важности развития как движения от животного к человеческому в себе, следует:

— узнавание — в это время очень важно оставаться честным перед собой и стараться всеми силами рефлексировать свои мотивы,

¹ Птуха А. Р., Степанов С. Игра богов: любить и не бояться. Выбирает женщина. — М. : Беловодье, 2009. С. 19—21.

которые во многом будут связаны с желанием самоутвердиться и самореализоваться; если этот этап пройден успешно, человек приходит к пониманию необходимости серьёзных внутренних перемен; форма движения вперед одна — наращивание честности перед собой;

— проживание — это время очищения сознания от социальных стереотипов, обучения работе, с ответами, которые человек получает не только от книг и учителей, но и от самой жизни; рождается игрок, творец и хозяин своей жизни;

— творчество — это время тонкой сонастройки с «намерением вселенной» и нового ощущения времени; осознается смысл безусловной любви; состояние любви приносит в жизнь ощущение бесконечности и пребывания вне времени.

Понятно, что для молодой семьи характерен именно период узнавания. И первым шагом, — пишут А.Р. Птуха. и С. Степанов, — первым сознательным действием на пути к любви может стать изучение и понимание индивидуальности вашего партнера. Попробуйте заменить «я» на «ты». Внимательно наблюдайте за его реакциями и желаниями, сравнивайте со своими. Примите не только те черты, которые вы хотели бы в нем, идеальном видеть. Поймите его в «многочестве», со всеми сомнениями и ошибками, напрасными словами и где-то ложной сутью, — и вы будете очарованы его отличием от вас, его светом, его миром¹.

Смена развивающих ролей в отношениях — это одна из непростых задач, стоящих перед молодой парой. Конечно, эта задача стоит перед более зрелыми личностями. Молодым необходимо справиться с познанием другого, с осознанием своих мотивов. Но важно учитывать, что лидерство, «захваченное» на первом этапе жизни, имеет тенденцию «консервироваться». В семье чаще лидером оказывается женщина, потому что на ней обычно лежит обязанность организации быта. В патриархальных семьях, которых и в наше время немало, лидерство традиционно принадлежит мужчине, но и там бытовые вопросы лежат на женщине. Часто в этих условиях мужчина и женщина

¹ Птуха А. Р., Степанов С. Игра богов: любить и не бояться. Выбирает женщина. С. 31—36.

делят сферы влияния. Авторитет одного развивается в «мужских» занятиях, а другого — в «женских». Так принято традиционно.

Новое время требует новых подходов к семейному строительству. И если молодая семья хочет развивать отношения, в которых будет развиваться каждый, то умение не просто слышать друг друга, а учиться друг у друга понимать мир по-иному — это важная задача.

Поскольку познание друг друга (и осознание себя в другом) является ведущей задачей молодой пары, остановимся на некоторых особенностях общения, знание которых помогает строить конструктивное взаимодействие.

3.3. Отношения молодой и родительской семей

Выше говорилось, что уже на первом этапе бытия молодой семьи перед ней встает важная задача — установление собственных границ. Эмоционально зрелые молодые люди независимы от своих родителей. Независимость вовсе не означает невнимания, холодности или равнодушия. Общение должно обязательно сохраняться, но оно должно быть радостным, несущим с двух сторон заботу и любовь.

Практика показывает, что вмешательство родственников в семейную жизнь детей — явление распространенное и (нередко) увеличивающее дисгармонию. И если взаимоотношения с тещей в народном фольклоре носят тягостный, но анекдотический характер, то взаимоотношения со свекровью и в фольклоре скорее драматичны, чем анекдотичны.

Рассмотрим типичные ситуации отношений семьи с родственниками.

Первая из них — мать вмешивается в семью сына. Одна из самых распространенных житейских ситуаций, приводящих к напряжению, а иногда и разрушению молодой семьи. Понятно, что усугубляется такая картина в случае эмоциональной зависимости сына от матери. При малейшем конфликте образуется коалиция матери и сына против невестки. Гораздо реже объединяются муж и жена против свекрови. Основные претензии свекрови, как правило, в том, что невестка плохая хозяйка, не заботится о муже как должно, что она

недостойна ее сына. Особенно это проявляется, если невестка приходит в дом родителей мужа. Но истинная причина большинства конфликтов между невесткой и свекровью заключаются в том, что ни одна, ни другая не желают делить любовь своего сына и мужа.

Об этой ситуации написаны сотни народных сказок, драматических историй, снято множество кинофильмов, где действуют вовсе не анекдотические, а вполне образованные и интеллигентные люди. Выход в этой, как и в любых подобных ситуациях, зависит от осознанности хотя бы одного из супругов или их родителей. Для свекрови это понимание того факта, что, добиваясь благополучия, как кажется, для сына, на самом деле она добивается внимания к себе и тем самым жизнь сына осложняется, а нередко и ломается. Без эмоциональной независимости и самостоятельности, без умения отвечать за свои выборы он не повзрослеет, несмотря на повышающийся календарный возраст. Только честный взгляд на себя, на собственные мотивы и выгоды может помочь свекрови занять доброжелательную позицию по отношению к невестке, позволив молодым решать свои проблемы самостоятельно.

Очень часто бывает, что молодая жена действительно обладает вздорными чертами, манипулятивным типом поведения, использует влюбленность молодого человека. Тогда сына можно мудро предостеречь, но и признать, что влюбленность действительно ослепляет человека. Запретами или поучениями ситуацию исправить почти невозможно; можно испортить отношения с сыном, искусственно ускорить распад «неудобной» родителям семьи. Но эта искусственность создает излом в отношениях, молодой человек не проживает ситуацию сам. Помогать следует только в тех случаях, когда об этом просят — это важное правило взаимоотношений старшего и младшего поколений, живущих на одной территории. Это непросто, если родительство не было осознанным, когда сын находился в детском, подростковом или юношеском возрасте. Но семейной грамотностью овладеть не поздно на любом этапе семейного развития.

Не менее важно и невестке осознанно строить отношения со своей свекровью, независимо от того, вместе они живут или отдель-

но. Здесь особенно следует понять, что нередко обе отражают поведение друг друга. И та, и другая хотят иметь сына или мужа в своей собственности.

Состояние любви в доме во многом зависит именно от молодой жены. Речь идёт не о безоговорочном подчинении, покорности, а об уважении и понимании материнских чувств, а также о том, что нужно учитывать уровень психологического развития и свекрови, и мужа, и своего собственного. В случае расогласований отношения строятся постепенно, но обязательно на основе любви, уважения и свободы. Обеим женщинам полезно осознать и обсуждать тот факт, что молодая семья не может пройти этап становления и развиваться благополучно, если не обозначит границы собственной жизни, существуя как целое, преодолевая ошибки роста и накапливая жизненный опыт, осознавая пройденные уроки и сдавая «зачеты» в школе личностной, психической зрелости.

Вторая распространённая ситуация во взаимоотношениях молодой семьи с родителями — когда мать вмешивается в семью дочери. Отношения с тещей складываются особенно драматично, если она не принимает социального и материального статуса своего зятя и, как в предыдущем случае, в сознании действует мотив «для блага дочери». В действительности здесь также присутствует нежелание лишиться эмоциональной связи, которая столько лет питала материнские чувства. Сложность ситуации часто в том, что на сознательном уровне, особенно у образованных, развитых людей, присутствует аргументация вполне приемлемая для позитивной самооценки («Я хочу, чтобы дочь была счастлива, ей решать»), а на подсознательном уровне неприятие зятя проявляется в оценках, осуждениях, которые строятся на иных критериях, чем у дочери.

И снова мать старается оградить свое дитя от опыта самостоятельной жизни, в котором происходят важная душевная работа и взросление. Если в молодой семье начинаются трения, напряжение, от матери можно услышать торжествующее «я предупреждала», «я так и знала». Вместо обсуждения ошибок, которые совершает дочь

в семейных отношениях, реализуется программа достижения собственной правоты.

В конфликтах, как и в первом случае, образуется коалиция матери и дочери против зятя, реже жены и мужа против тещи. Ещё реже встречаются варианты объединения муж и тёщи против жены-дочери. Если в семье есть дети, то возможны варианты коалиции, в которых ребенок привлекается на одну из сторон, тем самым усиливая ее мнимое «преимущество» в достижении каких-то манипулятивных целей членов семьи. Выход из конфликтных ситуаций, спровоцированных тещей, как правило, зависит от молодой жены, уровня ее осознанности, честности перед собой и мужем, понимания мотивов и принципов, на которых строится семья, а также кризисов, которые она проходит. Важны и позиция зятя, его твердость и намерение отстаивать границы своей семьи, не входя в конфронтацию, особенно на территории общего дома.

Осознанность и честность перед собой для тещи не менее важна, чем для свекрови. Следует отметить важность налаживания отношений с родителями своего зятя, а также всех родственников между собой. И задача эта должна рассматриваться не только как узкоутилитарная, но и с позиций масштабного строительства добрых отношений между людьми в целом, с позиций построения позитивного пространства, в котором рожденные дети будут развиваться счастливо и гармонично.

Третья ситуация — родители не принимают, не признают невестку или зятя. Это, безусловно, тягостное положение для всех (и не только потому, что прародители не хотят помогать молодой семье). Эмоциональное отторжение от прародительской семьи не способствует личностному росту каждого из молодых супругов. Как показывает опыт, такая ситуация чаще складывается, если сын приводит в дом девушку, не соответствующую ему по социальному статусу или старше его по возрасту, или с ребенком. По отношению к дочери также важна социальная состоятельность выбранного ею супруга. В том и другом случае добавляется ревнивое отношение матери и ее эмоциональное отношение по личностной характеристике («о чем

с ним можно говорить», «он неинтересный человек», «мямля», «бабник», «подлец» и т. п.). Обычно инициатором неприятия зятя или невестки является «заботливая» мать, доминирующая в собственной семье и подчиняющая своим решениям как мужа, так и своих детей. На поверхности всё тот же мотив «я желаю добра своему сыну (дочери)». Но здесь добавляется ещё резко отрицательное отношение к собственному ребенку, который ослушался, не подчинился воле родителей.

Конфликт в такого рода ситуациях иногда разрешается с появлением внуков, но может стать и более «принципиальным» и поэтому затяжным. Как правило, через годы обида родителей на «непослушных» детей и детей на авторитарных родителей копится, затрудняет личностное развитие. Известно немало случаев, когда через много лет либо под конец жизни происходит примирение, но разрыв может быть и окончательным.

Исправить такого рода ситуацию может помочь лишь личностное развитие каждого, осознание роли добра и радости в человеческих взаимоотношениях, которая гораздо ценнее, чем собственная правота или амбиции и обиды. Наиболее мудрый прощает первым и первым делает шаг навстречу, не опасаясь получить отпор или холодность.

Четвертая ситуация встречается значительно реже, и характерна она в основном для менее развитых людей, у которых ценность гармоничных отношений значительно ниже, чем материальные или эгоистические интересы. Речь идет о ситуациях, когда родители относятся к молодой семье равнодушно, либо сознательно считают, что ушедший сын (дочь) — это «отрезанный ломоть», либо с облегчением воспринимают сложившуюся ситуацию как вариант разрешения конфликта со своим повзрослевшим ребенком, либо эгоистично занимаются собственными проблемами, как и до ухода своего чада из родительской семьи.

В зависимости от силы разногласий, существовавших в прародительской семье, данная ситуация может разрешаться с годами, когда прародители стареют, а дети взрослеют и сами становятся роди-

телями взрослых детей. Но если психической зрелости не наступает, значит «зачет» по отношениям с родственниками «не сдается», человек быстрее стареет, чаще болеет, его чаще окружают разного рода напрягающие, отрицательные обстоятельства.

Пятая ситуация — отношения с родственниками складываются гармонично. Такие отношения тоже полезно развивать; важно, чтобы развивались все члены семьи. Проверкой прочности такого рода отношений становится заболевание пожилых или престарелых родителей и ближайших родственников.

Критерием истинного благополучия семьи является качество ее жизни — т. е. здоровье, материальное благополучие, успешно развивающиеся дети, мир и радость в семье.

Выстраивание позитивных отношений с родителями мужа и жены остаётся важной задачей на протяжении всей жизни семьи, а не только на её первоначальном этапе. Важность этого вопроса не уменьшается с годами (если родители против своего зятя или невестки, то они как бы «поджидают» момент, когда напряжение в семье сына или дочери возрастают; на одной из консультаций женщина, прожив с мужем шестнадцать лет в относительно благополучной семье, сетовала на свекровь, которая все эти годы не оставляла попыток доказать сыну, что он выбрал плохую жену; малейшая ссора вызывала торжество собственной правоты у матери мужа). Фразы «уеду к маме» или «иди к своей любимой мамочке» можно услышать и в длительно живущих семьях.

Особенно женщине важно помнить, что чем больше она будет досадовать, что муж «не такой как хочется», тем больше ему будет хотеться пойти туда, где он «такой, как хочется». А это нередко бывает у родителей, если эмоциональная связь с ними осталась сильной.

Не нужно переделывать друг друга. Важнее сосредоточиться на положительных чертах, позволять другому быть самим собой. На этой же основе строятся и отношения с родственниками. Чем больше их поведение, поступки оцениваются как нежелательные, тем больше растёт напряжение между мужем и женой. Если поведение свекрови воспринимается как навязчивое, направленное на отрыв сына от се-

мы, то здесь важно осознать (об этом уже шла речь), что вы отражаете поведение любящей матери, делите отношение сына и мужа пополам. Важно признать это, принять и изменить своё собственное отношение к ситуации.

Контрольные вопросы:

1. В чем заключается психологическая готовность к браку молодых людей? Назовите три «фильтра», которые проходит решение о выборе партнера.

2. Какими показателями отличаются любовь и влюбленность?

3. Приведите примеры из собственного опыта, художественной литературы или кинофильмов, характеризующие затруднения в развитии молодой семьи.

4. Каковы основные причины дисгармоничных отношений родственников с молодыми супругами? Как эти отношения можно гармонизировать?

ТЕМА 4

ОБЩЕНИЕ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В СЕМЬЕ: СЕМЕЙНЫЕ СТРУКТУРЫ, ПРАВИЛА И НОРМЫ. РОДИТЕЛЬСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФЕНОМЕН

- 4.1. Психологические условия благополучия и развития семьи.
- 4.2. Проблемы взаимодействия в семье.
- 4.3. Материнство и отцовство.

4.1. Психологические условия благополучия и развития семьи

Психологические условия, имеющие решающее значение для благополучия и развития семьи, включают в себя чуткое воспитание, знание родителями деятельности ребенка и понимание важности семейных функций в семьях, воспитывающих детей с нарушениями развития. Кроме того, семейные связи играют важную роль в формировании психологического благополучия взрослых с течением времени, при этом структура семьи и негативное качество семейных отношений по-разному влияют на благополучие в разных возрастных группах. Кроме того, психологическое благополучие рассматривается как ключевой показатель здоровья и нравственного развития человека, на который влияют культурные и образовательные факторы, интегрирующие рациональные и эмоциональные знания на каждом этапе развития. В целом понимание и развитие позитивных отношений между родителями и детьми, динамики в семье и культурных влияний необходимы для укрепления психологического здоровья и благополучия в семьях.

Изучение одних и тех же супружеских пар на протяжении 20 лет¹ (начало работы проводилось в семьях, проживших вместе не менее 5 лет на этапе рождения и воспитания детей; средний возраст супругов — 30 лет; все имели работу, отдельное жильё, высшее или среднее специальное образование), показало, что психологически благополучная семья характеризуется высоким уровнем эмоциональ-

¹ Хитрина И. Ю. Внутрисемейное взаимодействие в психологически благополучной семье : дис. ...канд. психол. наук. — СПб., 2008. — 216 с.

ного настроения, который проявляется долгие годы. В ней поддерживается установка на сохранение и развитие семейных отношений и удовлетворенность взаимоотношениями. В нестабильных супружеских парах эмоциональный настрой значительно снижается по мере накопления противоречий и конфликтных ситуаций.

Исследование, которое проводилось в процессе обсуждения парами вопроса «Ролевые ожидания и притязания в браке» (после тестирования по соответствующей методике), а также в процессе игры в пазлы совместно с детьми, показало, что важным проявлением психологической близости супругов является согласованность их семейных ценностей и высокий уровень ролевой адекватности (т. е. принятия сходных позиций в распределении ролей в семье). У супругов, сохранивших брак через 20 лет, повысилась как согласованность семейных ценностей, так и ролевая адекватность. При этом стабильные и нестабильные семьи ярко отличает эмоциональная поддержка супругами друг друга в случае разногласий или каких-либо затруднений. Эмоциональная поддержка проявляется в позитивных словесных высказываниях или несловесных (психологи называют их невербальными) знаках — интонации, жестах, мимике.

После обсуждения острых вопросов уровень эмоционального напряжения и неудовлетворенности отношениями у женщин в парах, которые потом оказались нестабильными, значительно повышается, а у женщин из благополучных пар эти показатели остаются на прежнем уровне или даже снижаются. Это связано, в частности, с тем, что в диалоге (после результатов тестирования мужа и жены) озвучивалась информация о женщине как супруге. Это значит, что после обсуждения довольно значимых для семьи вопросов душевный комфорт у одних понижается, у других не изменяется или даже повышается.

И женщины, и мужчины из семей, которые в скором времени распадаются, по результатам вербального взаимодействия испытывают неудовлетворенность отношениями, в то время как в благополучных семьях удовлетворенность повышается или остаётся на прежнем уровне.

Эти факты, полученные в процессе экспериментально смоделированной ситуации, абсолютно объяснимы, и каждому из жизненного опыта понятно, что любые неприятные разговоры и «выяснения отношений» оставляют свой отрицательный след в душе, постепенно это недовольство накапливается, приводя в конечном итоге к разрыву отношений или параллельному существованию супругов в семье. Вместе с тем если мужчины, более направленные на анализ информации, чем выплескивание эмоций не получают подкрепление своих ожиданий, у них также накапливаются отрицательные эмоции и недовольство отношениями.

Итак, сходство ценностей, сходный взгляд на распределение семейных ролей, эмоциональная поддержка являются основой эмоциональной близости супругов и укрепляется в процессе жизни в семье.

В фамилистике (литературе, посвященной разным вопросам жизнедеятельности семьи) часто говорят об изменении ролей мужчины и женщины на протяжении многолетнего семейного бытия. Есть роль жениха и невесты, зятя и невестки, молодой жены и молодого мужа (традиционно семья считается молодой до рождения первого ребенка), отца и матери, дедушки и бабушки. Что такое роль? Это установленный набор функций, которые выполняет человек в определенной ситуации. Роль может быть сыграна хуже или лучше, она может осознаваться или «играться» бессознательно. Дальше мы будем говорить об этих ролях. Однако предварительно важно понять следующее.

Ролевой подход получил широкое распространение в отечественной психологии и педагогике с начала 90-х годов XX столетия, когда для российских исследователей открылся широкий пласт западной литературы. Встречаются разработки, где всё воспитание человека с детского возраста сводится к тому, чтобы он научился хорошо выполнять свои роли — сына, дочери, мальчика, девочки, школьника, горожанина, гражданина, пассажира, пешехода, покупателя, потребителя и т. д. Это освоение определенной системы норм и правил поведения в каждом конкретном случае. На человека можно смотреть с точки зрения соответствия роли, которую он выполняет, в том числе и в семье. Это весьма распространенный подход. Во многих семьях

муж называет свою жену «хозяйка», после рождения детей - «мамочка», с появлением внуков — «бабуля». Форма шутливая, часто добрая и даже нежная, но она отражает восприятие другого человека как прикладной функции, с точки зрения его обязанностей и не более.

Нужно осознавать, что освоение ролей — это лишь начальный этап в развитии любого субъекта. Если, взрослея, он остается в своем поведении в рамках роли, не заботится о собственном росте, то слабо проявляются и развивается его личность и индивидуальность. Как функцию его воспринимают и окружающие.

В рамках патриархальной семьи такого рода отношения могут быть достаточно прочными. Здесь можно много говорить о творческом и нетворческом исполнении роли, но лучше отметить, что ролевой подход, в том числе и к рассмотрению семейных отношений, вначале помогает, а потом тормозит развитие как каждого из супругов, так и семьи в целом.

Отметим, что включение ребенка в коалицию, привлечение его на сторону отца или матери негативно сказывается на развитии личности ребенка. До 5—6 лет ребенок усваивает модели поведения своих родителей без критики. Усвоенная информация затем уходит вглубь подсознания и впоследствии оказывает сильное влияние на половую самоидентификацию подростка, выбор им собственной стратегии и тактики гендерного поведения.

В исследовании Л.А. Макухиной наглядно показано, «как характер семейных отношений родителей влияет на формирование личности ребенка. Установлено, что:

— *в семьях с ориентацией супругов на социальную активность у детей (по сравнению с детьми из других типов семей) наименьшая тревожность, застенчивость, нерешительность, но в то же время у них снижена общительность, а отношения с другими детьми и с родителями характеризуются психологической дистанцией;*

— *в семьях с детоцентристской ориентацией супругов дети отличаются положительным отношением к родителям, друзьям, воспитателю, повышенной общительностью, отсутствием чувства непол-*

ноценности, но для них характерны и отрицательные качества - конфликтность, тревожность;

— в семьях с комплементарным распределением ролей между супругами дети отличаются исполнительностью, открытостью, низкой конфликтностью, но в то же время для них характерен высокий уровень тревожности;

— в полицентрической семье с дисфункциональными отношениями между супругами дети в большей мере характеризуются наличием негативных качеств личности; ребенок тревожен, необщителен, отличается отгороженностью, чувством неполноценности и отдален от отца»¹.

Здесь также полезно обсудить сущность семейной иерархии, тем более что её понимание значительно меняется в последние десятилетия. Известно, что регуляторами человеческого поведения являются три типа потребностей — биологические (самосохранение — вода, пища, территория; продолжение рода и защита вида), социально-биологические (потребность в защищенности; лидерство в паре или в малой группе; первенство в группе; иерархическое лидерство) и социальные (ценность истины, добра, красоты-гармонии, справедливости). Биологические потребности являются общими для животных и людей; социально-биологические также общие для людей и стайных, стадных животных. Это очень сильный регулятор человеческой активности, который, не будучи осознанным (мы говорили о типах любви, основанной только на эроте без участия ума и сердца) приносит в человеческие отношения множество негативных ситуаций, соперничества и конфронтаций. Чем ниже уровень психологического развития личности, тем важнее чувствовать себя либо лидером, либо зависимым подчиненным. Развитие человека снижает значимость ролевой позиции, хотя и не отменяет ее в полной мере.

Первенство в группе означает, что один из ее членов стремится не столько главенствовать, сколько быть первым в каком-то виде деятельности, а иерархическое лидерство характеризует стремление занимать высокий статус в обществе в целом. Лидерство в паре или

¹ Макухина Л. А. Обусловливание личности ребенка характером супружеских отношений их родителей : дис. ... канд. психол. наук. — Краснодар, 2008. С. 13.

в малой группе характерно именно для семейных взаимоотношений. В патриархальной семье традиционно это был муж, который возглавлял дом и которому подчинялись все домочадцы. В современной семье фактически главную роль в доме выполняет женщина, если у нее есть финансовая самостоятельность (обеспечивает ли благополучие семьи муж или она зарабатывает сама), хотя во многих семьях сохраняются патриархальные отношения, где муж — глава дома, который «выдаёт» жене деньги на ведение хозяйства. Возможно и разделение главенства в разных сферах, когда по одним вопросам решения принимает муж, по другим жена. Здесь возможно множество вариантов, которые зависят от характера супругов, стремления их к тому или иному типу лидерства или подчинения (одна из психологических характеристик личности так и называется «подчинённость — доминантность»).

Для гармоничного взаимодействия есть общее правило — на какую бы роль в иерархии семьи ни претендовали ее члены, остальные с этим должны быть согласны. Причём это согласие может быть установлено силой, доминированием, властью (не только мужа или жены, но и, например, свекрови, свёкра, тёщи или тестя, если семья является расширенной), а может соответствовать ценностным представлениям каждого, поэтому быть удобным, комфортным. Это и есть основа психологической близости между членами семьи, о которой речь шла выше.

Имеется множество разнообразных литературных источников о законах общения. Здесь следует упомянуть о согласовании позиций, которые партнеры занимают в общении, поскольку это имеет прямое отношение к осознанному установлению ясной семейной иерархии.

Обобщая результаты отечественных и зарубежных исследований, следует «в качестве основных условий эффективного межличностного общения в семье выделить следующие:

- открытость процесса коммуникации;
- высокая активность коммуникации, обеспечивающая интенсивное обсуждение значимых для членов семьи проблем;
- принятие особого регламента жизни семьи, согласно которому выделяется время специально для обсуждения насущных вопросов

жизнедеятельности семьи и разрабатывается особый ритуал для возможности такого обсуждения (вечернее совместное чаепитие, разговор с детьми перед сном и т. д.);

— высокая степень самораскрытия в процессе общения, конгруэнтность общения;

— согласованность представлений о семейном укладе, общность семейных ценностей, адекватность семейного самосознания, согласованная целостность системы “Мы”;

— точность невербальной коммуникации, непротиворечивость вербальных и невербальных сообщений;

— сензитивность к высказываниям партнера, использование техники активного слушания («ты-сообщений») с обратной связью;

— безоценочность и эмпатическое принятие партнера как условие позитивного развития эмоциональных отношений в семье, создания атмосферы психологической безопасности и гармонизации образа “Я” партнера;

— проявление любви, взаимной эмпатии и поддержки, уважения партнера, что особенно важно в кризисных периодах жизненного цикла семьи и при возникновении стрессовых, фрустрирующих и проблемных ситуаций;

— формирование семейного языка — определенных согласованных и легко узнаваемых семейных символов, традиций, норм; особые имена, прозвища, символы значимых событий (годовщина знакомства, первого свидания, объяснения и т. д.); наличие согласованного языка взглядов, мимики, жестов и поз)¹.

Здесь названы важные признаки благополучных отношений в семье. И вполне можно представить, что при этих условиях потребности и интересы всех живущих в семье успешно развиваются, а возникающие при переходе из одного состояния в другое напряжения успешно снимаются. Мы уже говорили, что движение, изменения в семье должны быть у каждого. Именно в процессе изменения потребностей вырабатывается способность принимать себя и другого

¹ Макухина Л. А. Обусловливание личности ребенка характером супружеских отношений их родителей. С. 38—39.

новым, изменившимся, не цепляясь за удобные и стереотипные формы отношений: «раньше ты был другой», «ты очень изменилась», «прежде ты такой не была», «куда делась восторженная девочка с горящими глазами» и т. п. Психологическое благополучие семьи основывается на развитии потребностей и интересов каждого из супругов, а также принятии нового образа своей половинки.

4.2. Проблемы взаимодействия в семье

В семье любого типа возникают затруднения, которые наступают в отношениях между супругами, когда они сталкиваются не столько с изменением внешних условий совместного бытия, сколько с их стабилизацией, своего рода застоём. Мы не будем сейчас говорить о крайних вариантах, когда обоим в паре после остывания влюблённости общение становится тягостным, и они расстаются, либо в семье происходят какие-то потрясения. Речь будет идти о семьях, в которых оба вполне устраивают друг друга, союз скрепляется общим хозяйством, ответственностью за детей.

Повторимся, что основной причиной такой весьма распространённой ситуации является недостаточное развитие внутреннего мира каждого либо то, что изменения супругов проходит с разной скоростью. Чаще именно женщина, погружаясь в заботы о доме, о детях перестаёт быть мужу интересной. Мужья, в свою очередь, отдавая много энергии на работе, резонно считают, что дома они имеют право отдохнуть, расслабиться, и постепенно тоже становятся малоинтересными в привычной домашней обстановке. Либо, расширяя рамки своей социальной деятельности, искренне веря в ее масштабность и значимость, один из супругов забывает о душевных и духовных потребностях своей «половины». Этот процесс взаимный. При обоюдной симпатии друг к другу такие союзы длятся годами. Но рано или поздно наступает кризис, либо создаются «любовные треугольники», возникают связи на стороне, либо семья распадается.

Именно потому, что такого рода ситуации, когда отношения застаиваются, довольно распространены, имеет смысл обсудить тему развития отношений в стабильной семье отдельно.

Общий алгоритм такого развития — это осознанность состояний, которые переживает каждый из супругов в семье; честное их обсуждение с опорой на принятые ранее принципы (всё это при условии совпадения ценностей и обоюдной симпатии). Попробуем рассмотреть действие этого алгоритма на примере конкретных жизненных ситуаций, с тем чтобы обсудить эту тему более глубоко.

Итак, в большинстве семей наступает такой период в отношениях мужа и жены, когда они привыкают друг к другу, когда общение становится обыденным, жизненные ситуации повторяются, жизнь входит в некоторое стабильное, привычное русло. Это однообразие притупляет чувства, даже если супруги в целом интересны друг другу, обмениваются новостями, доброжелательны и ценят семейные отношения, установившееся в какой-то период материальное благополучие.

Этот этап отмечается в разных семьях в разное время. В бездетных семьях он наступает по мере снижения взаимной сексуальной притягательности (которая сама по себе снижается от привыкания к партнеру). Рождение детей создаёт событийную атмосферу, в которой меняются условия бытия. Но такое привыкание всё-таки наступает, даже если дети еще не покинули родительское гнездо (это пятый этап развития семьи, когда супругам снова нужно привыкать жить вдвоём, и часто оказывается, что прежние чувства давно уже ушли, поэтому 18-20 лет — кризисное время для совместной жизни).

Рассмотрим письмо, опубликованное на одном из форумов. Оно было озаглавлено «Трудно с мужем — где взять силы?».

«Мы с мужем ждем второго ребенка, я рада этому окрыляющему новому чувству и стараюсь раскрываться в своих желаниях, потакать себе физически, не делать ничего по принуждению. И меня стали покидать душевные силы — я веду себя, как ребенок, хочу быть слабой, требую от мужа понимания. Раньше я уделяла много времени саморазвитию и самовосстановлению, даже самые близкие люди меня знают как энергичного и позитивного человека, и муж не может принять меня другой, отгораживается от попыток искренне поговорить и старается не замечать моих кризисов.

Отношения между нами всегда требовали моей максимальной отдачи, вплоть до полного самоотречения — мне приходится настаивать на том, чтобы мы проводили время вдвоем, прямо-таки пробуждать его к жизни от постоянной усталости и вечно отвлеченных мыслей, или же от растворения в компании. После всех усилий он благодарен мне, отношения теплеют, но вскоре повторяется похожий сценарий — я чувствую отчуждение, изобретаю, отвлекаю его от замкнутой внутренней жизни.

Ярываюсь, куда направить остаток сил: с одной стороны, нам как паре очень не хватает времени вдвоем, с другой стороны, я почти не отрываюсь от семьи — все меньше работаю и общаюсь с людьми, становлюсь заложницей семейных будней. Это похоже на тупик. Я многое дала бы за возможность поработать на семинарах, но решение нужно искать уже сейчас, и в книгах оно витает где-то очень близко. Подскажите, с чего начать раскручивать клубок?»

Ситуация вполне типичная для современной и, как видно по письму, достаточно развитой женщины. Это развёрнутое и подробное письмо позволяет проиллюстрировать сразу несколько ситуаций, которые вызывают напряжения в этой семье, а также во многих других, как показывает практика индивидуальных консультаций и семинаров. Но, прежде всего, следует сказать, что испытываемые героиней напряжения, сомнения вполне нормальны. Их осознанное прохождение не только сохранит добрые отношения в семье, но и позволит каждому осознанно проходить жизненные уроки, совершенствуя себя в построении отношений.

Первое обстоятельство, которое позволяет обсудить ситуация в письме, — это самочувствие в семейных условиях современной, активной, экстравертированной женщины на этапе, когда проходит наиболее волнующая стадия отношений. В психологии экстраверт — человек, психический склад которого направлен на окружающий мир и деятельность в нем. По сути, экстраверт — это человек, который получает энергию от внешнего мира. Поэтому он охотно общается и активно взаимодействует с разными людьми, так же активно включается

в дело. В экстремальных ситуациях он расцветает. Но как только надолго остается один, в домашней обстановке, в однообразных условиях, ему становится скучно, тягостно и он снова стремится вовне.

Из письма: «Жизнь “здесь и сейчас” для меня приобретает яркие краски, когда я погружаюсь в дело, в активность, моя личностная ориентация - на предмет, а не на себя и не на общение. Я по натуре экстремал, люблю новую информацию, перемены, впечатления, быть на пределе сил и переживаний - и с этим допингом я становлюсь выносливой, деятельной, интересной самой себе и открытой к общению, интуитивно принимаю верные решения. Накопив немного такого интенсива, я готова с радостью принять любой опыт, который предлагает жизнь. Чувство радости для меня созвучно чувству удовлетворения или процессу творчества, познания, погружения. А испытывать спокойную радость, просто соприкоснувшись с окружающим миром, я начала учиться уже у моего ребенка — появилась радость игры, радость спонтанности, но это уже другая я.

Иногда такой мне и видится внутренняя гармония: как свобода от внешних факторов и зависимостей, но порой я будто пребываю в какой-то дреме — сложнее концентрироваться, картинки окружающего мира блекнут, искажаются. Я закрываюсь в этом маленьком мире, мучаюсь сонливостью, привязываюсь к привычному, перестаю видеть сны. Задумываюсь, значат ли мои ощущения, что я теряю себя? Или это новый этап, который нужно наполнить любовью, и он станет не менее ярким и реальным, чем моя привычная кипучая жизнь? Но если да, если здесь и надо искать себя, то не хватает еще одного звена цепочки».

Противоположный тип личности — интроверт — черпает энергию из собственных состояний, желаний и представлений. Хорошо себя чувствует в домашней атмосфере, в уединении, в лесу, на рыбалке, в домашнем хозяйстве, на огороде, за занятиями, требующими усидчивости. Ранее много говорилось о том, что в каждом человеке присутствуют и мужские, и женские качества, вопрос лишь в их соотношении. То же самое можно сказать об экстраверсии и интроверсии.

Из письма: «В супружеской жизни эта моя гипердинамика тоже накладывает свои сложности. Мы с мужем разные в отношении к новизне в жизни: я новатор, он консерватор — льнет туда, где все уже придумано до него, придерживается мнения, как он считает, “большинства”, стесняется говорить о личных достижениях... Я отказалась от задачи делиться с ним вдохновляющими меня идеями, стараюсь по-человечески (или порой по-женски, не до конца понимаю сама) договариваться с ним о содействии там, где нужно — в общении с ребенком, с родителями, в наших общих планах (строю их чаще я, хотя и с его стороны стали появляться мечты, проекты на будущее, критический взгляд на бывшие авторитеты — я тихо радуюсь этому)... Но в личных отношениях слишком заметно это различие: он хочет только полного принятия, комфорта и не боится пресыщения, мне же хочется наслаждаться постоянными экспериментами, близостью в общении, растущим взаимным проникновением — молчаливые похожие вечера для меня как нож, во мне что-то физически обрушивается. Его же часто утомляют разговоры и затеи, он закрывается, стремится к одиночеству — а мне так грустно сейчас без этих островков близости. Да и раньше, когда я больше брала на себя, стараясь дать ему нужной свободы, он обижался на мою независимость. А если мы подолгу вместе, обижается на любую мою попытку побыть одной! Получается, что по-своему он нуждается во мне — как в женщине, стоящей рядом, но просто быть вместе и не идти вперед мне тягостно, а зоны развития мы себе рисуем разные. Даже в мечтах о будущем нам сложно представить друг друга рядом в той жизни, которая внутренне близка нам.

На нынешнем этапе мы уравниваем друг друга, дополняем, в нашей жизни есть грани, привнесенные каждым из нас — мы принимаем наши различия. Это длится, пока у нас хватает мудрости не тянуть одеяло на себя, но временами нарастает отчуждение — об этом я писала в прошлый раз. Я радуюсь общению втроем, с ребенком, но боюсь раствориться в этом. Для роста отношений в паре хочется оставаться интересными друг другу и наедине, в тишине внутренней жизни.

Я ищу именно той отдушины, которая поддерживала бы тепло между нами, — в остальном мы крепко держимся на ногах и вместе, и по отдельности. Но наладить личное общение иногда до невозможного трудно: я рядом, открытая ему, слабая — он меня не слышит и не замечает, слабая и понимающая я ему не интересна! Быть всегда зрителями чужих жизней, раскрывая себя через чужой опыт (так делали в его семье — всегда много людей в доме) — нелегкая задача, ведь у меня сейчас ураган эмоций, чувств, ощущений внутри меня самой... ребенок, беременность, приливы творчества — таким для меня стал мир. Психология, саморазвитие для него — скучные, если не сказать, несуществующие темы. Опять приходит дефицит внешних впечатлений, они сближают нас, мое сильное “я” помогает наладить общение. Но жизнь будто закрывает мне простор для активности, значит, нужно что-то строить внутри себя, ведь так?

Я понимаю, что противоречия между нами даны мне для развития, нужно пробуждать чуткость и терпение, и иногда мне удастся зрело отнестись ко всему, но порой далеко не мудрость берет верх. Любить в себе активность и увлечения — сложно с маленькими детьми, да и мужу это бывает тяжело, а черпать силы из отношений пока тоже не удается.

Искать тихую радость жизни внутри себя — но как, если общение с мужем сходит на нет? Хочется понять, есть ли какие-то преграды в нем, или это моя женская природа все еще пробуждается? И какой же мне любить себя, чтобы эта любовь стала созидательной?»

Как же совместить экстравертную направленность многих современных женщин вовне семьи и желание строить свою семью, развивать отношения, когда «хочется заниматься творчеством»? Прежде всего, из письма видно, что героине хорошо то в одном состоянии, то в другом. Ей нужно накопить энергию где-то вне семьи, тогда она несёт её в дом и может «держаться в тоне своего мужа». Эта двойственность героиню беспокоит, напрягает. Традиционно психологи советуют в таких ситуациях изменить отношение к ситуации, принять её как данность, согласиться с тем, что это твоя особенность, именно

так ты развиваешься и отдыхаешь. Такое понимание уберёт страх того, что очередной «застой» — это потеря себя, поскольку, как всегда, настанет период очередной активности. Но можно сделать следующий шаг. Важно осознать, что каждый такой период активности-состояния не просто повторяется с определенной периодичностью, а проходит по-иному, если к этому относиться осознанно. Каждый раз приобретается что-то новое для личности, и поэтому по-иному строятся отношения с мужем. Сосредотачиваясь на чувствах и спокойного, и активного периодов жизни, можно научиться ценить каждое из них как присущее именно твоей индивидуальности и как шаги в раскрытии своих собственных новых возможностей.

Важно понять, что в семейных отношениях нет никакой самоотверженности и самоотречения. Есть трансляция, передача женских энергий любви мужчине, и поэтому он становится более радостным, сильным и активным. Даже если его активность проявляется на работе, вне дома — она всё равно возвращается к женщине энергиями благополучия, защищённости. Важно лишь, чтобы мужчина хотел возвращаться в свой дом, где его ждёт любящая, а не воспитывающая, «вытягивающая» жена.

На это положение часто можно слышать возражение, суть которого в том, что мужчине удобно возвращаться в дом, где всё убрано, приготовлено, уютно, и он принимает это как должное. Но вопрос ведь заключается в том, с каким чувством дом убирается, обед готовится, уют наводится. Если женщина ощущает (постепенно начинает ощущать!) себя домработницей, то муж постепенно же к этому привыкает. Если же всё это делается как выражение любви, то мужчина будет ценить свой дом и отношения в нём.

Женщины нередко говорят: «я всю душу вкладываю, а от него в ответ “спасибо” не дождёшься». Можно сказать, что в такой ситуации вкладывается не столько душа (правильнее было бы сказать, энергия любви), сколько ожидание обмена. Я вложу столько-то, в обмен получу столько-то. Но даже если не говорить об обмене, а лишь об искреннем желании создать пространство любви в доме, то здесь происходят две подмены. Во-первых, женщина (в такой же ситуации

может быть и мужчина, но это бывает реже, поэтому есть смысл сосредоточиться на женской стороне вопроса), решая многие бытовые задачи, начинает принимать решения за своего мужа и ребенка. Постепенно свободные отношения подменяются желательной для неё моделью поведения. Теряется гибкость реакций во взаимоотношениях. Теряется женское состояние. Собственная правота (и соответствующие требования) постепенно выходят на первый план.

Вторая подмена заключается в том, что женщины (и не менее часто мужчины) перестают ценить то, что у них есть, к чему они первоначально стремились. К хорошему быстро привыкают, и хочется, чтобы было ещё лучше. Это «лучше» требует душевных вложений, а вместо них к мужу (или жене) предъявляется всё больше претензий. Отношения начинают «ходить по кругу», набирая всё больше напряжений.

Выход заключается не только в том, что ты осознаёшь некую свою неудовлетворенность, застойную ситуацию, но с благодарностью относишься к тому, что у тебя есть, и из этого состояния действуешь дальше. Чувство благодарности жизни — это уже состояние любви (к себе, к жизни, к её урокам и приобретениям).

Ещё одна распространённая ситуация, когда женщина берёт на себя инициативу по содержанию семьи. Особенно много таких ситуаций было в начале перестройки в обществе, когда женщины соглашались на любую работу, потому что «нужно было кормить детей». В те годы происходили драматические события, в которых проявилась личностная зрелость многих мужчин и женщин. Эта способность «взяться за любую работу» отличала женщин, мужчины нередко не могли снизить свой социальный статус, предпочитали уходить из активной жизни, обвиняя ситуацию в своей социальной несостоятельности. Одновременно начались многие перекосы в семьях, которые уже в стабильных условиях приводят к неудовлетворённости семейными отношениями. Здесь важно осознать первоначальную причину и момент, когда женщина добровольно берёт на себя мужские обязанности, а затем начинает уставать от такого распределения ролей. Хочется быть не просто замужем, но и «за мужем», быть защищённой.

Полезно понимать, что первоначально, когда все бразды правления в семье женщина берёт на себя, её это вполне устраивает. Создаётся иллюзия, что мужчина будет послушным. Но это не в мужской природе. Он скорее становится ленивым, уклончивым, обманывающим.

Когда ситуация осознаётся, выправить её действительно бывает труднее. Положение складывалось долгое время, и нередко женщины говорят: «если я ничего не буду делать, то ничего и не будет в доме сделано, его всё устраивает, ему ничего не нужно, лишь бы лежать на диване и смотреть телевизор; лежит и молчит, что ему ни говори».

В то же время есть множество примеров: если женщине удаётся поменять собственное поведение, быть больше в женском состоянии, поведение мужа в доме меняется.

Из житейской практики известно: если женщина начинает болеть, муж и дети становятся более заботливыми и внимательными (кстати, этим бессознательно пользуются и мужчины). Но уход в болезнь — не лучший выход из таких ситуаций. Менять своё поведение, состояние можно осознанно. Так же, как женщина брала инициативу за все решения, принимаемые в семье, на себя, она постепенно может передоверить их всем членам семьи (речь идёт, конечно, о тех, кого положение домохозяйки и мужа «на диване» перестаёт устраивать).

Взаимоотношения экстравертированных женщин и интровертированных мужчин в семье — это вопрос не только об особенностях темперамента, стремлении к разнообразию, ярким эмоциям у одних и предсказуемым ситуациям у других. Это вопрос освоения мужских и женских проявлений в паре. Здесь лишь подчеркнём, что важно не только осознавать свои природные особенности (и особенности своей «половинки»), понимать их проявление, способы отдыха и пробуждения интереса. Важно ещё учитывать, в какую сторону и при каких условиях они развиваются.

Ситуации, которые рассматривались выше, связаны больше с рассогласованием ролей в семье, переkreщиванием мужских и женских черт поведения в семейном взаимодействии. Не менее распространены ситуации, когда через несколько лет совместной жизни отношения остывают (и женщина заботится о пространстве любви

в своей семье, и мужчина достаточно социально активен, есть взаимопонимание; сама семья занимает высокий ранг в системе ценностей, супруги хотели бы длить отношения).

Уже говорилось, что во многих семьях первый период совместной жизни протекает относительно благополучно. В памяти супругов остаётся (и с годами «высветляется») радость стремления друг к другу, совместного досуга, приятных вечеров дома, желания дарить, щедрость чувств и их проявлений. Но постепенно во многих семьях ситуации взаимодействия начинают повторяться, становятся менее острыми и радостными. Всё меньше становится новых тем для обсуждения. Общие интересы обедняются. Жизнь становится удобной, привычной, как застиранный халатик или стоптанные тапочки. Вместе уже не так интересно. Возникает положение, обозначенное известной фразой А.С. Пушкина: «привычка свыше нам дана, замена счастию она». Многие смиряются с таким положением, находя возможности новых впечатлений вне семьи и, главное, по отдельности.

С этой точки зрения хорошей иллюстрацией может служить фильм П. Челсома «Давайте потанцуем?» (США, 2004). Р. Гир создаёт образ преуспевающего адвоката, у которого стабильная семья, мудрая жена, почти взрослая дочь. Всё в жизни хорошо, но «чего-то всё-таки не хватает». Фильм построен на том, что герой увлекается бальными танцами и понимает, что «именно танцы могут быть ключом к оживлению его жизни в браке». Своего увлечения по началу он стесняется, ходит на занятия тайно. И когда ситуация проясняется, жена задаёт ему вопрос: «почему ты мне не сказал, что ходишь танцевать?». Мужчина отвечает: «мне было стыдно, что я недостаточно счастлив, когда у меня так много есть». В итоге супруги начинают танцевать вместе, оживляя тем самым свои отношения. Эта идеальная позитивная (и красивая) мелодрама позволяет поговорить о конструктивных путях разрешения застоя в семейных отношениях, которые на поверхности благополучны в течение многих лет.

Если в основе привычных отношений лежит однообразие впечатлений, позитивных эмоций, то супругам имеет смысл задуматься о разнообразии досуга, отпуска, возможности иногда отдыхать друг

без друга, о поиске занятий, которые давали бы приток новых впечатлений. Большой процент замужних женщин, которые посещают семинары, тренинги по вопросам семейного строительства и личного роста, относится именно к этой категории супругов. Нередко можно слышать, что муж скептически относится к такого рода занятиям. Но немало примеров, когда чтение литературы, рассказы жены увлекают их мужей, пары приходят на семинары вместе.

Другой причиной, которая начинает угнетать супругов в «привычных отношениях», является усталость женщин. Она проявляется в неудовлетворенности, претензиях, постепенно накапливающимся раздражении. Эта усталость, как правило, связана не с физическими перегрузками, а с недостатком внимания со стороны мужчины. На одном из семинаров озвучивалась ситуация, когда жена постоянно укоряла мужа, что он не помогает ей по хозяйству. И когда он, наконец, взялся помочь ей в чём-то на кухне, жена заявила: «не мешай, я всё быстрее сделаю, ты посиди тут со мной». Затем она с хорошим настроением стала готовить ужин.

Здесь нужно признать, что невнимательность мужчины в семейных отношениях нередко первоначально устанавливается женщинами, а когда к этому все привыкают, начинает ощущаться как раздражение. Какой тут выход? Если отношения в семье тёплые, то о причинах своего раздражения, плохого настроения нужно мужчине сказать, но не в форме упрёков и обвинений, а как пожелание, условие собственного хорошего самочувствия. Общее правило (это касается также воспитания детей и общения с другими родственниками в семье): должно поощряться желательное поведение, а не наказываться нежелательное. Выражать радость и благодарность за внимание важно и для жены, и для мужа в семье.

Ещё одно обстоятельство, которое вызывает напряжения в стабильных семьях, это привычный секс. Привыкание к однообразным условиям происходит по-разному у мужчин и женщин. Страстный секс периода влюблённости или новизны впечатлений постепенно проходит и у тех, и у других. Однообразие и предсказуемость снижает влечение. Если семья связана, в основном, общим хозяйством, то

женщина сосредотачивается на домашних заботах, детях, а мужчина находит возможности удовлетворять свои желания на стороне.

Однако на многих семинарах и консультациях нередко несовпадение сексуальных желаний (либо женщина проявляет холодность, либо мужчина недостаточную активность) выступает как ключевое напряжение в семейных отношениях. Современная практическая психология, опираясь на тысячелетние практики работы с энергиями человека, причину такого рода рассогласований видит в различном уровне жизненной энергии мужчины и женщины на разных этапах их семейных отношений. Секс, безусловно, требует некоей избыточной энергии. Эту избыточность даёт либо чувство влюблённости, либо высокий уровень половых гормонов в организме мужчины или женщины (сильно развит инстинкт продолжения рода). Если женщина устала на работе, потом погружается в заботы о детях, хлопоты по дому, то у неё часто не остаётся сил для соответствующей активности.

Известно, что для женщины особенно важна сердечная составляющая сексуальных отношений. Она очень зависит от собственных настроений. Поэтому так важно мужчине это настроение поддерживать. Разного рода внимание, эмоциональные проявления (комплименты, нежные слова, цветы, подарки, забота об отдыхе) наполняют её энергией благодарности и повышают уровень сексуальности.

Для мужчины активирующим фактором является признание и подчёркивание его силы, социальной значимости, новизна, разнообразие условий для сексуальных утех. Мужчина, которого женщина поддерживает в его социальных стремлениях, мужских состояниях, будет энергичен и успешен во многих сферах.

Когда привыкание друг к другу в семье осознаётся и начинает угнетать, можно поставить для себя задачу возродить если не первоначальную страсть, то интерес и увлечённость. Народные поговорки отражают два мнения по этому поводу: «сердцу не прикажешь» и «стерпится — слюбится». Первое суждение справедливо относительно страстной любви. Второе утверждает возможность развития чувства в семье.

В общем виде психологический механизм возбуждения в себе интереса существует, осознан, используется психологами, описан в художественных произведениях. Можно вспомнить кинофильм «Влюблён по собственному желанию», где психологически достоверно представлен этот путь — во-первых, сосредотачиваться на положительном в человеке, прощать ему несовершенства; во-вторых, менять себя, свой облик, сохраняя свои глубинные духовно-нравственные особенности.

О приёмах, помогающих «влюбиться по собственному желанию» пишут и многие практические психологи¹. Суть их в том, что изменения в процессе семейной жизни неизбежны, и важно принимать эти изменения, понимать их причины, последовательно возрождать в себе внимание к положительным чертам, не концентрируясь на недостатках супруга. Важно настроить себя на радость общения с изменившимся человеком (конечно, следует признать, что «запущенные» отношения иногда правильнее разорвать, чем возрождать; это решается личным ощущением каждого).

4.3. Материнство и отцовство

Рассматривая предыдущую тему, мы говорили о том, что на первом этапе становления молодой семьи происходит освоение традиционных ролей мужа и жены, которое заключается в принятии обязанностей и ответственности, согласовании своих интересов и интересов партнёра, осознанном понимании точки зрения живущих в одном пространстве, формировании чувства «Мы». Вхождение в роль отца и матери — это следующий этап развития семейных отношений, и он проходит тем успешнее, чем успешнее освоены супружеские роли.

Исследования последних лет подтверждают, что гендерные роли мужчин и женщин в родительстве сближаются всё больше и больше. Тем не менее важные различия в гендерных ролях сохраняются. Хотя

¹ См.: Зберовский А. В. 13 способов преодолеть кризис любовных отношений. — М. : Изд-во Буровского АСТ, 2005. — 240 с.; Свияш А., Незовибатько И. Секс как радостная психотерапия для очень занятых дядь и тётъ. — М. : АСТ : Астрель, 2012. — 352 с.

почти равное количество матерей и отцов говорят, что хотели бы быть дома и воспитывать детей, а не работать, папы гораздо чаще матерей говорят, что хотят работать полный рабочий день. А когда дело доходит до того, что они больше всего ценят в работе, работающие отцы утверждают, что больше всего ценят высокооплачиваемую работу, в то время как работающие матери больше озабочены гибким графиком¹.

Обозначая четкие границы собственной семьи, выходя из-под опеки своих прародителей, молодые люди выходят из роли сына или дочери. И только при этом условии они могут вживаться в позицию мужа — жены, а потом отца и матери.

Напомним еще раз, что это процесс, который требует определенной душевной работы (осознанной или неосознанной). Если на этапе знакомства мужчина «предъявляет» женщине все свои физические и личностные качества, социальные достижения, и она их принимает, выбирает этого мужчину, очаровывается им (мужскую модель поведения может реализовать и женщина, а мужчина проявляет ведомую женскую позицию, это не меняет расстановки приоритетов на каждом этапе развития отношений), то второй этап — это предъявление мужчиной своего видения, модели семьи, которая желательна. И очень часто она отражает модель прародительской семьи. Причем не только то, какие отношения были между отцом и матерью в ней, но и то, как мать относилась к сыну, а отец к дочери.

Семью может создать социально незрелый мужчина. Это, прежде всего, означает, что он чувствует себя сыном, а не мужем, и хочет, чтобы жена его так же любила, заботилась, понимала и принимала, как в свое время мать.

То же самое происходит и с молодой женщиной. Но здесь нередко проявляется противоречие. Не выйдя из роли дочери, молодая жена хочет от мужа проявлений отцовских (чтобы жалел, защищал,

¹ Modern Parenthood. Roles of Moms and Dads Converge as They Balance Work and Family. URL: <https://www.pewresearch.org/social-trends/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/#fn-40798-1> (дата обращения: 02.03.2025).

восхищался), а женская сущность требует именно мужского поведения — социально сильного и ответственного. Об этом уже шла речь. Но когда мы говорим о формировании роли отца и матери в молодой семье, то «перескочить» этап роли мужа или жены практически невозможно, или для молодых родителей ребенок будет «куклой», с которой хорошо играть, а всякого рода заботы и ответственность быстро становятся в тягость либо перекладываются на плечи бабушек и дедушек. Известен пример, когда молодые родители, заигравшись в компьютер, забыли, что у них ребенок в коляске на балконе, и он там замерз. Это не только подростковое поведение, но еще и поведение людей, не вышедших из собственной роли сына и дочери.

Труднее с этой точки зрения принимается роль отца молодым мужчиной, поскольку для женщины материнство зарождается на уровне инстинкта, хотя, конечно не всё так однозначно. Известно, например, что если от детеныша обезьяны отказывается мать и его выкармливают искусственно, то, вырастая, он не умеет ухаживать за собственным новорожденным. Эта закономерность просматривается и в человеческих семьях, где девочки росли, например, в домах ребенка или детском доме; современные семьи часто бывают неполными и одинокими, что не формирует важные навыки заботы о младших.

Если рождение ребенка в молодой семье планируется, то молодые супруги обычно чувствуют собственную готовность к отцовству или материнству, часто откладывают рождение ребенка на несколько лет. Наиболее частым обоснованием этого является желание обеспечить для себя и будущей семьи достойные материальные и жилищные условия.

На глубинном уровне значительная часть молодых людей не хочет обременять себя дополнительными обязательствами. Современные средства массовой информации активно формируют позицию человека потребляющего, при этом не тратящего много усилий для достижения успеха и благополучия. Дети воспринимаются как помеха комфортному существованию. С другой стороны, современные молодые люди, нацеленные на карьеру и самоутверждение в социуме, также стремятся получить вначале высшее образование, обеспечить

себя материально, а создание семьи и особенно рождение ребенка отодвигают к 25—27 годам.

Психологи говорят о том, что при хорошем питании организм молодого человека созревает довольно рано. В 15—16 лет его уже считают половозрелым человеком. Но социально он созревает лишь годам к 25, и это противоречие создает множество затруднений и в принятии роли мужа или жены, и принятии роли матери или отца. Целое десятилетие традиционно детородного возраста выпадает из осознанного родительства, что влияет и на устойчивость семейных отношений, и на демографическую ситуацию в стране в целом.

Конструктивная позиция в этом вопросе заключается в принятии естественной системы ценностей, где на первое место по значимости выходит любовь двоих, комфортное для обоих пространство, в котором ребенок рождается, растет и развивается таким образом, что дисгармония в отношениях не возникает.

Это положение подтверждается множеством примеров, когда в семье двоих любящих дети вырастают благополучными, даже несмотря на стесненные материальные или жилищные условия. Вопрос заключается в том, что для себя молодые люди считают счастливым, радостным бытием. Нередко ориентация на социальные стандарты жизни приводит к тому, что материально и социально мужчины и особенно женщины к 27—30 годам достигают определённой стабильности, а их личная, семейная жизнь не складывается.

Один из путей разрешения этого противоречия заключается в формировании у молодых людей более высокой грамотности как в семейном строительстве, так и на пути личностного роста, психической и духовной зрелости. Возможности самосовершенствования здесь также лежат в русле осознанности и честности по отношению к себе и другим, понимания роли ребенка в развитии мужественности и женственности, осознания смысла жизни и собственного предназначения в ней.

Итак, вхождение в роли матери и отца может происходить на самых разных уровнях психологической зрелости женщины и мужчины. Мы не будем сейчас говорить о примитивном уровне, когда ре-

бенок появляется на свет «случайно», «потому что так получилось» или по каким-то другим драматическим обстоятельствам. Это вопросы для медиков, юристов или практических психологов. Мы говорим о семье, созданной на основе взаимного желания, чувства, стремления быть счастливыми.

Вхождение в роли матери и отца начинается с решения молодых супругов родить ребенка.

Обычно вопрос о детях обсуждается еще до создания семьи, когда проясняются и согласуются ценности друг друга. Затем начало новой жизни в молодой семье может изменить первоначальные намерения, но рано или поздно такое желание высказывается одним из супругов. И здесь на уровень осознания важно вывести вопрос о том, зачем в свое жизненное пространство супруги хотят привести нового человека. Обычно таких мотивов называют несколько, часть из них может быть осознана, а часть нет. Особенно важно, что у женщин и мужчин выявляются разные мотивы стремления иметь ребенка.

Психологи называют конструктивные и деструктивные мотивы зачатия ребенка¹.

В подавляющем большинстве случаев женщина значительно быстрее осваивает роль и обязанности матери. И здесь гораздо чаще приходится говорить об избыточной материнской любви, которая на разных возрастных этапах может мешать как развитию ребенка, так и самой женщины. На ранних этапах задерживает этот процесс излишнее заласкивание ребенка или, наоборот, «умственное» строгое воспитание, ласки не допускаются, «чтобы ребенок не разбаловался». Сама женщина нередко переносит свои чувства на ребенка, забывает о себе как о женщине и отсюда в семье наступает охлаждение, муж ищет женские энергии вне дома.

Вхождение в роль матери предполагает осознание новой ответственности, но, желательно, в естественной системе ценностей, где ребенок должен жить и развиваться в атмосфере любви между матерью и отцом в уютном и комфортном доме. По другой модели (т. е.

¹ Олифинович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. — СПб. : Речь, 2008. С. 48—49.

на любви только между матерью и ребенком) воспитать его самостоятельным, сделать счастливым весьма сложно.

Если вхождение в роль матери является исконно присущим природе женщины, то для мужчины эта роль больше связана с социальным статусом и продолжением собственного «Я» или своего Рода.

Институт отцовства охватывает различные аспекты, такие как историко-философские перспективы, политические последствия, юридические соображения и социальные функции. Это включает определение отцовства в делах о выплате алиментов на ребенка, роль суррогатного отцовства и микроэкономическую основу брака для обеспечения уверенности в отцовстве и инвестиций обоих родителей в потомство. Анализ института отцовства предполагает переход от судебных систем к административным органам для определения отцовства, что отражает эволюцию социальных норм и правовых рамок. В целом институт отцовства представляет собой многогранную концепцию, на которую влияют исторические, правовые, политические и социальные факторы.

В целом имеется большое количество литературных источников, посвященных проявлению отцовства и в мире животных, и в архаических обществах, и в современном мире. Установлено, в том числе и в исследовании И. С. Кона¹, что при всех межкультурных различиях «идея» отцовства включает два главных компонента — это прародитель, первоисточник жизни и властное начало. Об этом говорят мифы многих народов, изучение обычаев в первобытных обществах, анализ библейских и христианских текстов, этнографические и исторические исследования. В традиционном обществе отец чаще всего позиционируется как кормилец, дисциплинатор, пример для подражания, непосредственный наставник сыновей (но не дочерей) в общественно-трудовой деятельности.

В последнее десятилетие в России явно возрос интерес к вопросам отцовства, что находит свое выражение, в частности, в принятии закона о возможности отцу получить листок временной нетрудоспо-

¹ Кон И. С. Отцовство как социокультурный институт // Педагогика. 2005. № 9. С. 3—16.

способности по уходу за ребенком¹, а суды чаще принимают решение о том, что при разводе ребенок остается с отцом. Исследования показывают, что мужские затраты времени на общение с детьми и уход за ними значительно выросли.

В целом можно заключить, что принятие роли матери или отца — это процесс, почти не имеющий общих характеристик, настолько много факторов влияют на желание супругов родить ребенка. Поэтому обсуждение всех вышеприведенных фактов, и, главное, осознание собственных желаний, мотивов и последствий принятого решения позволит развивать отношения в семье на новой основе, совершенствовать эти отношения и самосовершенствоваться.

Контрольные вопросы:

1. Какие признаки объединяют длительно и благополучно живущие семьи?
2. Как можно гармонизировать перекрещенность мужских и женских ролей в поведении жены и мужа?
3. Назовите пути возрождения угасающих отношений в семье.
4. При каких психологических условиях супруги принимают материнские и отцовские роли?

¹ Ст. 2 федерального закона от 29.12.2006 № 255-ФЗ «Об обязательном социальном страховании на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством».

ТЕМА 5

ДИСФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СЕМЬИ. СЕМЕЙНАЯ АЛКОГОЛЬНАЯ СОЗАВИСИМОСТЬ. НАСИЛИЕ И АГРЕССИЯ В СЕМЬЕ

- 5.1. Психологические причины дисфункциональности в семьях.
- 5.2. Насилие в семье и его профилактика.
- 5.3. Созависимость в проблематике аддикций.

5.1. Психологические причины дисфункциональности в семьях

подавляющее большинство молодоженов надеются найти в супруге психологически близкого человека, мечтают прожить в любви и согласии долгие годы, однако не всем это удается. Вопросы определения критериев благополучности брака и показателей, которыми измеряются понятия «нормально функционирующая» и «дисфункциональная» семья, не имеют однозначного ответа, поэтому их рассмотрение и тщательный анализ необходимы для более глубокого понимания проблем супружества.

Понятия «функциональная» и «дисфункциональная» семья вошли в широкое употребление в связи с распространением диагностической модели семьи Д. Х. Олсона¹. Американский социолог разработал «круговую модель» (circumplex model) функционирования семьи, которая строится на двух основных характеристиках семейных отношений — сплоченности и гибкости. Сплоченность отражает степень эмоциональной близости между членами семьи, наличие или отсутствие душевных, теплых отношений. Её противоположностью является разобщенность и эмоциональное смещение, создающее в семье хаотические отношения.

Гибкость — это способность членов семьи менять ролевые и лидерские позиции, правила взаимоотношений. Она помогает семейной системе приспособиться к изменениям в стрессовых ситуациях, при решении разного рода задач, которые неизбежно возникают на жиз-

¹ Olson D.H. (1986). Circumplex Model VII: Validation studies and FACES III. Family Process, 25(3). P. 337 — 351. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1986.00337.x>.

ненном пути, найти равновесие между стабильностью и изменениями. Гибкость также имеет несколько градаций — от ригидности (очень низкий уровень) к структурированности (от низкого до умеренного уровня) и хаотичности (очень высокий уровень).

Сочетание разных позиций позволило Д. Х. Олсону выделить 16 типов семейных систем. Из них 4 являются сбалансированными (функциональными) (это условия для благополучных семейных отношений), 8 — среднесбалансированными; 4 крайних типа — несбалансированные или дисфункциональные. Соответственно, семья при преобладании несбалансированных качеств обладает чертами патологичности. К дисфункциональным семьям Д. Х. Олсон относит семьи, в которых:

— отношения **разобщенные** (нет привязанности и поддержки в решении жизненных проблем; каждый подчеркивает свою независимость; члены семьи не доверяют друг другу, при сближении с другими возрастает чувство тревоги) и **ригидные** (в семье установлена жесткая иерархия, лидер контролирует поведение каждого в семье; семья плохо приспосабливается к меняющимся условиям жизни; роли распределены и мало меняются);

— отношения **разобщенные** и **хаотичные** (плохо предсказуемы действия и высказывания каждого в семье; принимаемые решения импульсивны и не продуманы, роли неясны, лидерство неявное);

— отношения **запутанные** (чрезмерная эмоциональная близость, члены семьи вмешиваются в жизнь друг друга, отсутствует личное пространство и независимость у членов семьи) и **ригидные**;

— отношения запутанные и хаотичные.

Модель Д. Х. Олсона часто используется в диагностических целях, поскольку автором разработан диагностический тест в соответствии с признаками каждого типа.

Сходные характеристики негармоничных семей выделяли и другие исследователи. Показано, что в таких семьях обычно существует доминирование одного члена семьи над другими (не налажены отношения власти — подчинения), отсутствует сотрудничество, партнерство, не выполняются важнейшие семейные роли (жены — мужа, от-

ца — матери, родителей — детей, старшего поколения и младшего). По сути, в таких семьях преобладают эгоистические требования у одного или нескольких живущих под одной крышей личностей. Как правило, их поведение слабо осознано, не рефлексивно. Они не задумываются об интересах и правах других, не желают поступаться собственными желаниями и стремлениями.

Неблагополучные семьи могут существовать долгое время за счет терпения, страха, правовой и материальной зависимости одних от других. Некоторые из таких семей могут казаться внешне сохранными — в доме имеется достаток, обустроенный быт, дети под строгим присмотром. Однако отсутствие эмоциональной привязанности, теплоты, сопереживания, доверительности делает обстановку в семье напряженной, растут тревожность и враждебность. Подростки нередко стремятся уйти из такого дома на улицу, ищут дружеского общения и свободы от жёсткого контроля и доминирования.

Если в семье конфликты постоянно повторяются, усиливаются, захватывают все более широкие области взаимодействия, то это семья распадающаяся. Нередко бывшие супруги вынуждены жить вместе, поскольку не хотят лишаться жилплощади, какого-то имущества. Часто такого рода отношения делятся «ради детей», хотя раздоры, скандалы между родителями наносят вред ребенку во все периоды его развития.

Распавшейся считается семья, в которой брак юридически расторгнут, и супруги фактически разделены. Тем не менее отношения между супругами могут сохраняться, если отец (реже это бывает мать) встречается с ребенком поддерживает детей материально.

Рассматривая психологические условия благополучия и развития семьи, мы обсуждали наиболее важные из них. Нарушение этих условий и приводит к разладу семейных отношений и распаду брака.

Сравните две модели отношений — в благополучной и деструктивной (или дисфункциональной) семье, представленные в таблице ниже (табл. 4). Они имеют особое значение для развития детей. В благополучной семье чаще формируются низкая самооценка детей и их отношение к окружающим без уважения и сострадания. Досто-

инством данной таблицы является то, что она может служить своеобразным тестом для самодиагностики и диагностики отношений в семье. Каждый из перечисленных признаков в левой и правой колонке может быть выражен в разной степени, соответственно, и количество деструктивных (т. е. разрушающих) признаков может характеризовать семью в большей или меньшей степени. Эти признаки являются не только диагностическими, но и позволяют осознанно корректировать отношения в собственной семье в сторону позитивного, гармоничного развития.

Таблица 4

Сравнительная характеристика отношений в благополучной и неблагополучной семье

№ п/п	Характеристики благополучной семьи	Характеристики неблагополучной семьи
1	Открытое общение. Можно выражать своё отношение, эмоции (меня поймут, постараются помочь). <i>«Ненавижу бабушку». — «Почему?»</i>	Закрытое, осуждающее общение, основанное на запретах и страхе. <i>«Нельзя так говорить», «нечего реветь», «нечего рот разевать»</i>
2	Поддержка, принятие помощи. Учат просить помощь и принимать её. <i>«Тебе больно, потерпи немного, я тебе помогу», «Ты ошибся, в другой раз сделаешь хорошо», «Ты не подумал и обидел товарища. Вам обоим плохо. В другой раз ты постарайся поступить как друг»</i>	Обвинение, вышучивание, наказание, запреты. Оскорбление и запугивание. <i>«Я тебе говорила — смотри под ноги», «Кем ты вырастешь», «Такой сын мне не нужен», «Как тебе не стыдно»</i>
3	Возможность выбора, спокойное обсуждение проблем. Внимание и позитивная оценка. Поощрение трудом	Саботаж (один заставляет, другие стараются не сделать). Нет уважения к желаниям и поступкам другого. За проступок наказывают трудом
4	Доверие действиям и ответственности. Поощрение самостоятельности.	Недоверие, подозрительность, постоянный контроль действий. Блокирование самостоятельности
5	Дом — это не стены, это общение. Есть теплота общения, доверительность	Родители заняты. Часты жалобы на нехватку времени: <i>«Отстань, некогда», «Дай мне отдохнуть»</i>

№ п/п	Характеристики благополучной семьи	Характеристики неблагополучной семьи
6	Традиции в семье: вместе проводить досуг, обедать, гулять, отмечать знаменательные даты. Культивируется понятие «Мы», «Мы — семья» «Мы — вместе»	Члены семьи объединяются против кого-то
7	В семье понятная иерархия отношений, уважение отца и матери. Уважение опыта ребенка. Используется «договор», его нарушение рассматривается как последствие выбора	Гиперопека (постоянный контроль), эмоциональная холодность. <i>«Я лучше знаю, что тебе надо».</i> <i>«Ты мне потом скажешь спасибо»</i>
8	Ошибки анализируются, прощаются, на них учатся. Обсуждаются разные взгляды и точки зрения	За ошибки наказывают. Преобладает однозначная оценка ситуаций: «или друг, или враг», «черное — белое», «мерзавец — святой»
9	Уважение прав каждого члена семьи. Уважение таланта, способностей, трудолюбия	Посягательство на права ребенка: <i>«Я мать — я имею право».</i> Проверяются дневники, телефоны, карманы
10	Открытое выражение любви; смотрят в глаза друг другу, ласковые жесты и слова. <i>«Чем я могу тебе помочь?»</i>	Нет выражения любви, объятий, добрых слов. Не учат выражать свои чувства
11	Утверждается ценность служения. Поощряются подарки, забота друг о друге, радующие мелочи (принести тапочки, подать чай, предупредить о любимой передаче)	Не воспитана ценность служения, способность к бескорыстному деянию (делиться, помогать без благодарности)
12	Семья открыта помощи извне. Доверие людям: <i>«большинство людей — добры»</i> , <i>«окружающие помогут»</i> , <i>«к людям можно обратиться со своей бедой»</i>	Недоверие к внешнему миру, подозрительность. Стремление «не выносить сор из избы»

Как видно из сравнительной таблицы, благополучную семью отличают структурированность, дружелюбие, уважение самостоятельности, единство, поддержка. Противоположные черты, которые

в реальности значительно более разнообразны, порождают проблемы в семейном бытии, семья теряет здоровую основу — доброжелательные отношения. В таких семьях проблемы возникают как у взрослых, так и у детей.

При этом следует учитывать, что кризисные периоды переживают почти все семьи (характеристике кризисов посвящена следующая тема учебного пособия), но здоровую семью кризисы укрепляют, а неблагополучную ещё более разрушают.

Базовые элементы, которые определяют жизнеспособность семейной системы, были описаны американским психологом Ф. Уолшем¹. В его модели семейной устойчивости выделены три фактора.

Во-первых, это система семейных верований, которая включает в себя извлечение опыта из несчастья; позитивное мировоззрение; трансцендентность и духовность.

Во-вторых, это организационная модель, которая предполагает гибкость, чувство единения, социальные ресурсы (прародительская семья, друзья, наличие работы, дохода, социальная поддержка государства и др.).

В-третьих, это общение и решение проблем, включая ясность, открытое выражение эмоций, совместное решение проблем.

Все эти элементы составляют целостную систему, влияют и поддерживают (или ослабляют) друг друга. Влияние каждого фактора зависит от типа семьи (полная, количество детей, наличие приемных детей, ориентация супругов на карьеру или семью) и этапа её развития.

Чем большее количество из этих базовых элементов неразвито, тем более неустойчива семья, поскольку она как единое целое не может справляться с внутренними и внешними противоречиями. Так же, как отдельный человек по-разному справляется с жизненными задачами (в психологии говорят о совладающем поведении или коппинг-поведении), так и разные семьи неодинаково могут совладать с теми

¹ Walsh F. Family resilience: a framework for clinical practice // Family Process. 2003. Vol. 42 (1). P. 1—18; Walsh F. Traumatic loss and major disasters: Strengthening family and community resilience // Family Process. 2007. Vol. 46. P. 207—227.

трудностями, которые постоянно возникают в семейных отношениях по мере зарождения, возникновения, укрепления семьи, жизненных кризисов, взаимодействия со старшим поколением, воспитания детей, бытовых проблем¹.

В сущности, каждый человек в семье имеет свой собственный опыт проживания трудностей во взаимоотношениях. Этот опыт накапливается с детства. Мы учимся защищать свою самооценку, право на свои интересы, потребности, на уважение со стороны окружающих. Но и другой человек во взаимодействии с нами точно так же стремится сохранить своё достоинство, хочет быть любимым, понятым, уважаемым. Вдумайтесь, почему во взаимоотношениях в паре один из партнеров позволяет себе вторгаться в чужое пространство, постоянно критиковать дела, поступки и слова другого, принимает решения за другого, считая себя в ответе за счастье окружающих, причем по собственной модели. Такая позиция, как правило, вызывает сопротивление и взрослых, и детей. Могут быть и покорность, подчинение, согласие со сложившимся положением, но они мешают развитию подчиненного и приводят к перекосам во взаимоотношениях через длительное время.

Существует распространенная в психологии точка зрения, что «все наши самые трудные опыты мы переживаем только затем, чтобы удостовериться: мы сами ведем себя с другими точно таким же образом. Замечал ли ты, что, когда ты кого-то в чем-то обвиняешь, этот же человек обвиняет тебя в том же... Мы упрекаем других в том, чего не желаем видеть в самих себе»². По мнению Л. Бурбо, ребенок в семье может пережить одну (или несколько) из пяти травм — отвергнутости, покинутости, униженности, предательства, несправедливости. В зависимости от глубины этой травмы проявляются защитные формы поведения: бегство от действительности, зависимость от отноше-

¹ Кувтук Е. В. Психология семьи: регуляция и защита. — Кострома : КГУ имени Н. А. Некрасова, 2011. — 384 с.; Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. — СПб. : Питер, 2015. — 672 с; Walsh F. Family resilience: a framework for clinical practice. P. 1—18.

² Бурбо Л. Пять травм, которые мешают быть самим собой. — М. : София, 2010. С. 13, 41.

ния окружающих, жертвенность во взаимоотношениях, контроль ситуации, стремление к совершенству в поступках (перфекционизм). Все эти защитные формы поведения в полной мере проявляются в семейных взаимоотношениях, особенно после нескольких месяцев жизни в браке, когда постепенно снижается действие влюбленности и отношения входят в привычное русло.

Проявление личностных особенностей в семейных отношениях можно проследить, используя и другие теории личностного развития. Принципиальным здесь является вопрос о межличностной совместимости. Ответ на него дает соционика — наука об интERTипных отношениях. На основе типологии К. Г. Юнга исследованы взаимодействия между типами. Основная идея соционики — отношения между типами определяются единством, дополнением или различием характеристик информационного метаболизма (метаболизм — внутреннее равновесие). В зависимости от того, что в окружающем мире важно для человека, какие у него есть сильные и слабые стороны, взаимоотношения между типами могут быть благоприятными или конфликтными, отношениями полной противоположности, ревизии и т. д. Главное в соционике не типы, а отношения между ними; они могут быть осознаны и в определенных рамках корректироваться¹.

Исследователи выделяют множество особенностей в психологии мужчины и женщины (в восприятии мира, интерпретации событий, отношении к делу (помним, что эти проявления в разных пропорциях характерны для тех и других)). Вот несколько примеров, позволяющих понять природу непонимания при строительстве взаимоотношений в паре.

Мужчине важно утвердить реальную, социальную действительность, женщине — создать удобную для себя реальность (иногда иллюзию).

Мужчине важна логичность (тогда можно изменить ситуацию). Отсюда стремление найти закономерность, формулу, которая ориентирует в мире. Мужчина понимает эмоциональное состояние других,

¹ Кашницкий С. Е. Среди людей: Соционика — наука общения. — М.: Армада-пресс, 2001. — 416 с.

если может объяснить причину эмоций, поэтому его раздражают женские слёзы. Женщина плачет, потому что ей нужны утешение, защита, уверенность; ему нужна ясность, в слезах он видит манипуляцию, стремление чего-то от него добиться.

Мужчина раздражается, когда поступают «нелогично», когда мешают, учат жить; когда кто-то лучше (особенно женщина). Мужчина испытывает интерес, если появляются красивая женщина, перспектива, возможность успеха. Испытывает нежность, если можно оказать покровительство; радость, если победа влияет на события; удовольствие от секса, еды, похвал. Мужчины предпочитают сообщать факты, обдумывают их и дают совет.

Женщина передает в речи не столько информацию, сколько отношение, она рассуждает вслух. Она проявляет больший интерес к людям и ценит взаимоотношения. Ей часто не нужен совет, а нужно сочувствие. В общении важно поделиться эмоцией. Мужчина счастлив, если может поделиться делом. Если мужчина что-то делает для женщины, для дома, он этим проявляет свою любовь. Материальные усилия мужчины — лучшее свидетельство сохранности его чувств. Женщина неразговорчивость мужчины часто принимает за охлаждение к себе.

В исследовании кафедры психологии МГУ выявлялись различия в страхах мужчин и женщин. Выявлено, что женщины больше боятся одиночества, быть покинутыми; утратить привлекательность; стать жертвой насилия; боятся мести и поэтому избегают ссор, в споре испытывают угрызения совести; боятся испортить отношения, винят себя в разладе.

Мужчины, по данным этого же исследования, боятся беспомощности, физической слабости; проявить свои чувства, нежность, любовь (это слабость); сильных женщин, женщин-начальников, зарабатывающих больше или стоящих выше по службе; боятся упасть в глазах женщины, им необходимо быть всегда сильной личностью; боятся провала на работе или в постели¹. Если вы находите у себя те или

¹ См.: Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д. Как женщине лучше понять мужчину, или Мужественные всегда побеждают. — СПб. : Речь, 2014. — 208 с.

иные личностные качества или опасения, то можете судить об уровне развития в себе мужских и женских качеств.

В целом отношения в дисфункциональных семьях могут быть налажены, но лишь на ранних этапах развития семьи и при обоюдном желании супругов сохранить семью.

5.2. Насилие в семье и его профилактика

Проблема домашнего насилия остро встала в общественном сознании и правозащитной деятельности в последние десятилетия, причем во всем мире. Насилие в семье было распространено и раньше, но с распадом патриархальной модели семейных отношений оно получило широкое распространение. Главная особенность патриархальной семьи — единоначалие мужчины в решении всех вопросов жизнедеятельности семьи. Для таких семей характерно главенство мужчины в доме, преобладание интересов семейного клана над интересами отдельного человека, совместное проживание родителей и их взрослых, состоящих в браке детей, почитание старших, многодетность, осуждение разводов. Основной фактор, меняющий характер современной семьи, — это возрастание экономической независимости женщин. Отношения в семье с конца XIX века и до сих пор все больше переходят от экономической основы к морально-правовому союзу мужчины и женщины.

Однако стереотипы, закрепленные столетиями, порождают (особенно у неразвитых людей, для которых характерна слабость духовно-нравственных ценностей) стремление к власти и полному контролю в семейных отношениях. Насилие проявляется в разных формах (это могут быть оскорбления, запугивания, угрозы, принудительные сексуальные отношения, экономическая зависимость). Оно может быть совершено на всех уровнях организации жизни человека (материальном, телесном, социальном, психическом и духовном). Суть насилия — это ограничение или лишение человека свободы воли.

Насилие проявляется по отношению к разным членам семьи:

- со стороны одного супруга по отношению к другому;
- со стороны родителей по отношению к детям;

— со стороны детей и внуков по отношению к престарелым родственникам.

Опрос, проведенный по запросу Государственной Думы по субъектам Российской Федерации, показал, что «каждый 40-й опрошенный в течение последнего года страдал от насилия, которое было применено членами семьи, две трети насилия в семье приходится на супружеское насилие и почти 16 % опрошенных положительно ответили на вопрос о насилии в детском возрасте. Не менее чем в 70 % случаев жертвами насилия в семье становятся женщины. При анализе практики обращения в правоохранительные органы жертв домашнего насилия установлено, что 7 из 10 заявлений о факте насилия отзываются»¹.

В то же время в России не ведется официальной статистики о численности потерпевших конкретно от домашнего насилия, данные о преступлениях в семейно-бытовой сфере носят разрозненный характер и не систематизированы.

Важно понимать, что домашнее насилие не ограничивается только фактом физического насилия. К нему относят также эмоциональное, психологическое, финансовое и сексуальное насилие в семье; такие формы насилия часто остаются неучтенными, не получая должного реагирования со стороны полиции в силу несовершенства законодательства, с одной стороны, и недостатков профессиональной подготовки сотрудников — с другой.

Существенным препятствием для решения задач по превенции домашнего насилия могут служить установки, стереотипы и модели поведения, устоявшиеся в среде сотрудников полиции. Изучение отношения сотрудников полиции к домашнему насилию важно потому, что полиция первой реагирует на инцидент. Реакция сотрудников полиции на заявления потерпевших и решения о том, как действовать дальше, отчасти зависят от того, как они воспринимают жертв, а также от того, какую значимость придают домашнему насилию как виду

¹ Опрос показал, сколько случаев домашнего насилия приходится на супругов // РИА Новости. Вып. 21.01.2019. URL: <https://ria.ru/20191021/1560024159.html> (дата обращения: 08.01.2025).

преступления. Сотрудники полиции иногда проявляют невежество, не считая домашнее насилие настоящим преступлением и/или реагируя на него с враждебным или благожелательным сексизмом, демонстрируя низкий уровень эмпатии к жертвам. Многие полицейские не имеют полного представления о природе, причинах и последствиях домашнего насилия, не понимают причин, по которым некоторые жертвы предпочитают примириться с насильником. Эксперты также критически оценивают компетентность большинства сотрудников полиции в вопросах превенции семейно-бытового насилия. С учетом важности для общества и государства задач по борьбе с домашним насилием разработка и реализация отдельных модулей учебных программ или программ повышения квалификации на базе образовательных организаций МВД России представляется весьма актуальной. При разработке подобных учебных программ следует обратиться к международному опыту, который является весьма ценным и позволяет учесть передовые практики и инновации в данной области.

Реагирование полиции на факты домашнего насилия — это развивающаяся область междисциплинарных исследований и социальной политики в интересах общества. Изучение установок сотрудников полиции в отношении домашнего насилия важно, поскольку предполагается, что субъективное отношение и восприятие обуславливают качество и способ правового реагирования. Полицейские обычно являются первыми представителями правоохранительных органов, с которыми взаимодействуют жертвы, соответственно, эти взаимодействия имеют решающее значение для ощущений и впечатлений жертв от взаимодействия с правоохранительной системой в целом. Изучение отношения полицейских к домашнему насилию также позволяет определить, в какой степени они рассматривают насилие в семье как преступление, заслуживающее такой же реакции, как и другие уголовные правонарушения¹.

¹ Иванова А. М. Отношение сотрудников полиции к домашнему насилию: обзор зарубежных исследований / А. М. Иванова, Н. Н. Тавилова // Прикладная юридическая психология. 2024. № 1 (66). С. 75—76. DOI 10.33463/2072-8336.2024.1(66).073-083. — EDN YGMDRU.

Насилие в отношениях между супругами. Чаще всего под насилием понимается физическое насилие — убийство, избиение, пощечины, укусы, выкручивание рук, таскание за волосы, попытки задушить, битье ногами и т. п. Побои никогда не являются случайностью: это осознанное действие, которое направлено на установление контроля над другим человеком.

В семьях, где имеет место супружеское насилие, страх и неуверенность заменяют любовь и заботу, в которых нуждаются дети. Дети страдают, даже если сами не подвергаются насилию. Когда в доме есть насилие, дети могут жить в постоянном страхе, что близкому человеку причинят вред; это может иметь разрушительные и долгосрочные последствия для их поведения. Детская травма свидетеля насилия может проявляться следующими симптомами: 1) беспокойством; 2) агрессией и истериками; 3) проблемами с психическим здоровьем; 4) нарушением сна, кошмарами; 5) чрезмерным плачем; 6) академическими/поведенческими проблемами в школе; 7) утратой (регрессом) ранее приобретенных навыков (например, ночное недержание мочи, страх спать в одиночестве).

Практика показывает, что чаще всего от насилия страдают женщины, которые, как правило, не обращаются за медицинской помощью или в правоохранительные органы. Мотивируется это стыдом и неверием в помощь при бытовых конфликтах. Вместе с тем 75 % женщин, отбывающих наказание за убийство, убили своих насильников-мужей или партнеров. При этом большинство из них не раскаиваются в содеянном, настолько жестоким были действия мужчин¹.

Психологическое насилие — это унижение, упреки в психологической неполноценности, демонстрация умственного превосходства, пренебрежительное отношение, запугивание, неоправданная ревность. Частной формой является словесное насилие — сквернословие, крики, угрозы, оскорбления. Для многих такое поведение в семье является нормой. Однако, как всякая агрессия, оно подавля-

¹ Против насилия в семье и социального сиротства: руководство по предупреждению домашнего насилия и социального сиротства. — СПб. : Ассоциация женщин Северо-Запада, 2014. С. 13.

ет человека, на которого направлена. Психологическое насилие формирует у женщины заниженную самооценку, лишает человеческого достоинства.

Сексуальное насилие в семье до настоящего времени считается закрытой темой. Изнасилование в браке не признается. Между тем распространенность жестокости в этой сфере весьма велика. Если женщина годами подвергалась сексуальным унижениям и психологическому насилию, ей обязательно требуется профессиональная психотерапевтическая помощь. Закон не предусматривает наказаний за половую жестокость. По данным службы телефона доверия, из 300 случаев обращения за помощью по этой проблеме в суды направляется менее 1 % дел¹.

Исследования показывают, что во многих случаях супружеского насилия оскорбительное поведение проявлялось еще до брака (т. е. когда пара еще встречалась). Насилие на свиданиях обычно следует шаблону, когда насильник (абьюзер) демонстрирует ряд оскорбительных поступков с течением времени. Такое поведение может быть едва заметным, и поначалу его можно легко пропустить. Например, во время свиданий насильник может контролировать партнера, чтобы получить над ним власть. Многие жертвы вступают в брак, веря, что ситуация улучшится, но это не всегда так. На самом деле абьюзивное поведение может усилиться, если с ним не бороться, а брак может усложнить для жертвы разрыв отношений, в которых она подвергается насилию.

Домашнее насилие может казаться непредсказуемым, просто вспышкой, связанной с моментом и обстоятельствами в жизни вовлеченных людей. Однако на самом деле домашнее насилие следует типичной схеме, независимо от того, когда оно происходит и кто в нем участвует. Схема, или цикл, повторяется; каждый раз уровень насилия может возрастать. На каждом этапе цикла обидчик полностью контролирует себя и работает над тем, чтобы контролировать и еще больше изолировать свою жертву.

¹ Там же. С. 15.

Понимание цикла насилия и образа мышления обидчика помогает пострадавшим осознать, что они на самом деле не виноваты в насилии, которому они подверглись, и что ответственность за него несет обидчик.

Цикл насилия состоит из шести отдельных стадий: подготовка, насилие, чувство «вины» у насильника и его страх возмездия, его рационализация, переход к неоскорбительному и обаятельному поведению, а также фантазии и планы на следующий раз, когда он совершит насилие.

Цикл насилия способствует удержанию жертвы во власти абьюзера и может реализовываться так:

Напряжение неуклонно растет, когда обидчик начинает злиться. Коммуникация прерывается, и жертва чувствует необходимость слушать обидчика, чтобы попытаться избежать его дальнейшего гнева. По мере того, как напряжение растет, жертва чувствует себя неуютно и живет в страхе, наблюдая за каждым движением обидчика, пока пытается успокоить его. Могут иметь место физические и словесные оскорбления, такие как пощечины, толчки, крики и критика.

Затем происходит серьезный акт насилия. Он может принимать форму физического, сексуального и/или эмоционального и психологического насилия.

Некоторые абьюзеры могут чувствовать себя виноватыми за свое оскорбительное поведение и извиняться за насилие. Они также могут просить прощения. Очень часто происходит проявление любви — возможно, дарение подарков и даже обещание прекратить насилие. Иногда абьюзер предпочитает просто обвинить жертву в провокации насилия или пытается заявить, что насилие было не таким уж серьезным, а может гневно отрицать инцидент. Агрессор может использовать различные тактики для достижения своей цели (вернуть себе власть над жертвой), в том числе способен на время стать заботливым, предупредительным, обаятельным, преданным и внимательным. Часто это оказывается роковым стимулом для женщин остаться или вернуться к обидчику, потому что они верят: на этот раз он действительно изменится.

Вновь обретя власть над жертвой, абьюзер возвращается к фантазиям о насилии и к планам по его реализации. Обидчики могут тратить минуты, часы или дни на фантазии о том, что жертва сделала «неправильно» и как он заставит ее «заплатить». Чаще всего он будет фантазировать, что у нее роман на стороне. У большинства женщин, подвергшихся насилию, нет времени, энергии или интереса заводить роман на стороне. Однако это самое распространенное обвинение, которое жертва не сможет опровергнуть, какие бы аргументы ни приводила. Здесь цикл насилия замыкается.

Анализ научных публикаций по данной проблематике показывает, что системный теоретико-методологический подход к изучению социально неблагополучных семей в настоящее время отсутствует. Среди специалистов нет единого мнения относительно того, какую семью следует считать социально неблагополучной: с низким или высоким уровнем благосостояния; с полным или неполным семейным составом и т. д.

Практики отмечают, что существующие методы исследования социально неблагополучных семей, основанные на различных устных и письменных опросах, наблюдении, тестировании, разыгрывании сцен и т. д., не дают полной картины, так как присутствие исследователя вводит в них элемент сценичности, искусственности, неискренности, поэтому ни одному из этих методов нельзя отдать предпочтение. Необходима проверка полученных данных целым комплексом методик.

Еще более запутанным, а значит, и более сложным, представляется вопрос о влиянии дисфункциональности взаимоотношений родителей на процесс социализации личности ребенка.

Насилие со стороны детей и внуков по отношению к престарелым родственникам в полной мере входит в статистику и моральных, и криминальных ситуаций. Чаще всего оно связано с требованиями материального характера — освободить жилплощадь, отдать пенсию. Нередко стариков заставляют попрошайничать и приносить в дом дополнительные деньги. Пожилые люди становятся бременем или раздражающим фактором для молодых людей определенного ти-

па. Это приводит к конфликтным отношениям и криминальным действиям. Профилактика насилия по отношению к престарелым членам семьи практически не ставится как социальная проблема. Чаще всего к этим вопросам обращаются средства массовой информации, привлекая внимание к той или иной ситуации.

Насилие в отношении пожилых родственников дети начинают осуществлять в возрасте до 6 лет и продолжают эту практику после достижения 18 лет.

Вероятно, что некоторые дети, которые проявляют оскорбительное поведение по отношению к родителям, также будут оскорблять своих бабушек и дедушек, но возможно, что некоторые дети оскорбляют только бабушек и дедушек.

Довольно определенно то, что бабушки и дедушки будут испытывать те же эмоции, что и родители, если ребенок оскорбляет их (стыд, вину, беспокойство о последствиях высказывания и тревогу о том, что могут возникнуть проблемы в семье, особенно если они кажутся единственными объектами насилия). Пожилые жертвы абьюза также пытаются рационализировать осуществляемое по отношению к ним насилие, принимая вину на себя

Жестокое обращение с пожилыми людьми является глобальной социальной проблемой, и за последние пятьдесят лет исследователи, политики и практики сосредоточили свое внимание на этой проблеме. Жестокое обращение с пожилыми людьми включает в себя пренебрежение и/или жестокое поведение со стороны кого-то, от кого можно ожидать доверия (т. е. членов семьи, близких друзей и работников по уходу). Последствия жестокого обращения с пожилыми людьми хорошо задокументированы: плохое физическое здоровье (включая телесные боли и проблемы с пищеварением), плохое психическое здоровье (включая депрессию, тревогу и психологический стресс) и преждевременная смертность. Тем не менее исследования жестокого обращения с пожилыми людьми разрознены и редко изучают конкретные диады отношений. Аналогичным образом виктимологические опросы, посвященные насилию в семье, не исследуют конкретные диады отношений, различая только «насилие между интимными партнерами (или бывшими партнерами)» и «другими членами семьи». Несмотря на эти методологические ограничения, появляются новые доказательства того, что одна конкретная диада отно-

шений часто причастна к совершению насилия в семье: использование внуками насилия в отношении бабушек и дедушек.

Ряд исследований, освещающих проблему виктимизации пожилых людей, выявил, что взрослые сыновья или внуки и меньшая доля взрослых дочерей или внучек являются виновниками примерно половины всех случаев насилия в отношении пожилых людей¹. И лишь единичные исследования, посвящены насилию со стороны внуков, которым еще не исполнилось 18 лет².

Одной из причин этого, вероятно, является нежелание членов семьи, специалистов и общества в целом называть детей «виновниками» или «обидчиками». Насилие со стороны ребенка часто не менее опасно, чем со стороны взрослого, поэтому его не следует высмеивать или рассматривать как то, что у бабушек и дедушек нет достаточного «контроля» над своими внуками. Большее понимание проблемы, более открытые обсуждения и признание последствий такого рода насилия приведут к соответствующей поддержке бабушек и дедушек, которые обращаются за помощью, и большему числу таких обращений.

В то же время социальные службы призваны опекать не только одиноких престарелых, но и курировать неблагополучные семьи. В последние годы всё шире развивается сеть социальных домов и приютов для престарелых, ширится волонтерское движение помощи пожилым людям.

Насилие со стороны родителей по отношению к детям. Жестокое обращение с детьми выделяется в особую категорию ситуаций насилия. По данным уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, с 2018 года «в России наблюдается рост преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних... половина этих случаев идет из семьи, т. е. совершает-

¹ Bows H., Bromley P., Walklate S., Practitioner Understandings of Older Victims of Abuse and Their Perpetrators: Not Ideal Enough? // The British Journal of Criminology. Vol. 64. Issue 3. 2024. May. P. 620—637. <https://doi.org/10.1093/bjc/azad057>.

² Holt A. Violence against Grandparents: Towards a Life Course Approach. In H. Bows (Ed.) Violence Against Older Women: Research, Policy and Practice. 2019. P. 161—180.

ся близкими родственниками внутри семьи»¹. Согласно статистике, более 100 000 несовершеннолетних признаны потерпевшими от уголовного и более 16 000 от сексуального насилия. По данным Генеральной прокуратуры Российской Федерации, «каждое пятое преступление в отношении детей совершено членами семьи, 11 % — родителями или законными представителями, 25 % — лицами в состоянии алкогольного опьянения и лицами, страдающими психическими заболеваниями»².



Под жестоким обращением с детьми понимаются насильственные действия или неправомерное бездействие в отношении детей в возрасте до 18 лет. Оно охватывает все виды физической и/или эмоциональной жестокости, сексуального насилия, отсутствия заботы, невнимания и эксплуатации в коммерческих или иных целях со стороны лица, выполняющего обязанности, пользующегося доверием или облеченного властью, которые приводят к нанесению реального или потенциального ущерба здоровью ребенка, его шансам на выживание, развитию или достоинству

ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ С ДЕТЬМИ

Шесть из десяти детей в возрасте младше пяти лет (400 миллионов детей в мире) регулярно подвергаются физическим наказаниям и/или психологическому насилию со стороны родителей и воспитателей.

Каждая пятая женщина и каждый седьмой мужчина пережили сексуальное насилие в детстве.

Жестокое обращение с детьми чревато пожизненными нарушениями их физического и психического здоровья, а его последствия в социальной и профессиональной сферах могут в конечном счете тормозить социально-экономическое развитие страны.

Жестокое обращение с детьми нередко является скрытым явлением. Лишь небольшая доля детей, пострадавших от жестокого обращения, получает поддержку со стороны медицинских специалистов.

Пострадавший от ненадлежащего обращения ребенок более склонен к жестокости по отношению к другим во взрослой жизни, в результате чего привычка к насилию передается от одного поколения другому

¹ По материалам СМИ: Парламентская газета. URL: <https://www.pnp.ru/social/zagod-v-rossii-soversheno-bolee-100-tysyach-prestupleniy-protiv-detey.html> (дата обращения: 28.02.2025).

² По материалам СМИ: Тасс. URL: <https://tass.ru/proisshestviya/16661015> (дата обращения: 28.02.2025).

Сотнями тысяч исчисляются дела о взыскании алиментов в пользу несовершеннолетних ежегодно. По данным Федеральной службы судебных приставов, среди должников, не принявших мер по уплате алиментов, отцы составляют 83 %, матери — 17 %. Всего в России добросовестно выплачивается чуть более 30 % назначенных алиментов¹. Пресекаются сотни дел по вовлечению несовершеннолетних в проституцию, употребление наркотиков и алкоголя.

По данным опроса ВЦИОМ², насильственные методы воспитания по отношению к ребенку считает допустимыми каждый третий родитель в России. «Ограничение просмотра телевизора/гаджетов, прогулок практикуют 31 % опрошенных родителей, постановку в угол в качестве наказания — 19 %, телесные наказания в виде шлепков, щелчков, подзатыльников — 13 %, лишение карманных денег — 8 %»³. Многочисленные исследования показывают, что жестокое обращение с детьми характерно для неблагополучных семей. Психологи выделяют две основные группы такого неблагополучия — открытую и закрытую (при большом разнообразии ситуаций в этих семьях). Первая группа — это конфликтные, проблемные семьи, асоциальные, аморально-криминальные, а также неполные семьи, где ребенка воспитывает только мать или бабушка. Статистически доказано, что в неполных семьях дети вырастают более агрессивными и часто с заниженной самооценкой. Вторая группа — внешне благополучная семья, отношения в которой жестко регламентированы, без достаточного душевного общения, тепла и доверительности. Такого рода семьи подробно рассматривались выше

¹ По материалам СМИ: Известия. URL: <https://iz.ru/1718783/iana-shturma-natalia-ilina/zhenshchin-dolzhnic-po-alimentam-17-ot-ispolnitelnykh-proizvodstv> (дата обращения: 28.02.2025).

² Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ).

³ Воспитание детей: вчера и сегодня. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/vospitanie-detei-vchera-i-segodnja> (дата обращения: 02.03.2025).

По данным опросов ВЦИОМ:

Несмотря на то, что в целом происходит изменение арсенала используемых методов воспитания, межпоколенческие практики передачи опыта воспитания детей внутри семьи остаются достаточно прочными. Если в детстве человек сталкивался с тем или иным методом воспитания, то он с большей вероятностью будет использовать его по отношению к своим детям. Те россияне, кого воспитывали через нравоучения, применяют их к своим детям в 92 % случаев (76 % от всех родителей). Столкнувшиеся в детстве с ограничениями телевизора или прогулок выбирают данный метод по отношению к своим детям в два раза чаще (62 %) (31% от всех родителей). Если человека ставили в угол или давали подзатыльники, то он будет делать также — 42—40%, что в 2-3 раза выше в сравнении со всеми опрошенными родителями (19—13 %). Наказание ремнем повышает вероятность применения данного метода к своим детям в 3,5 раза (25 %) (7 % родителей), а лишение карманных денег — в 5 раз. Если в детстве человека «наказывали рублем», он будет поступать также, воспитывая своих детей, в 43 % случаев (8 % от всех родителей). Эти усвоенные в детстве практики воспитания не только реализуются в собственном родительском поведении, они формируют представления о воспитании в целом. Даже те, у кого еще нет детей, чаще выбирают и одобряют именно те методы, которыми воспитывали их самих

Известно, что в большинстве неблагополучных семей сами родители имели негативный опыт воспитания¹. Многие из них не имели опыта родительской заботы и тепла, поскольку воспитывались в детском доме или были надолго отделены от семьи в интернате, больнице, на попечении родственников. Многие сами жили в условиях конфликтов и скандалов между отцом и матерью, переживали физическое и психологическое насилие, их родители злоупотребляли алкоголем.

Именно при таком жизненном опыте формируются «педагогические установки» типа «иногда дети по-другому не понимают», «ничего страшного в этом нет — нас в детстве били, а мы выросли порядочными людьми», «я благодарен родителям за то, что они меня тогда отлупили, зато я на всю жизнь запомнил, что так поступать нельзя» и т. п.

Жестокое обращение и насилие, совершенное по отношению к ребенку, относят к тяжёлым психоэмоциональным травмам, кото-

¹ Подробнее об этом: Воспитание детей: вчера и сегодня. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/vospitanie-detei-vchera-i-segodnja> (дата обращения: 02.03.2025).

рые повышают риск развития агрессивности, разного рода невротических расстройств, которые с трудом преодолеваются вплоть до зрелого возраста, порождая, в свою очередь, насилие над собственными детьми. Жестокое обращение с ребенком в семье — это не ситуативная характеристика. Как правило, ребенок живет под влиянием страха (озлобленности) долгие годы, причем наиболее чувствительные для становления его личности.

Конфликтные семейные взаимоотношения, как показывают многие исследователи, более всего разрушают процесс воспитания ребенка. Дети очень чувствительны к тому, как относятся родители друг к другу, как они разговаривают, какие чувства проявляют. Если родители проявляют жестокость друг к другу, это деформирующий фактор для психики ребенка. Родители жестко наказывают своих детей по двум основным причинам — в силу собственной агрессивности и незрелости либо в силу осознанных убеждений, что иначе воспитывать нельзя — ребенок должен уважать авторитет отца, матери, должен бояться и подчиняться.

Программы психологической профилактики жестокого обращения с детьми строятся на формировании позитивных установок у родителей, которые готовы учиться и хотят наладить отношения со своим ребенком без физических наказаний. За жестоким обращением с детьми всегда стоит собственный травматический опыт, который заставил закрыться, избегать привязанностей. Его осознание, проработка глубинных переживаний позволяют менять установки родителей в сфере воспитания детей.

Главная претензия родителей к своим детям — «они не слушаются» (всё делает мне наперекор, она ужасно упрямая, они меня вообще не слышат, она всё делает мне назло, он ведет себя как ему вздумается, он просто неуправляемый и т. п.). Помощь психолога состоит в рассмотрении причин такого рода ситуаций, в коррекции поведения родителей. С этой целью применяется множество упражнений и практик¹.

¹ См.: Профилактика жестокого обращения с детьми: практическое руководство / под ред. Т.В. Наконечной. — Ростов н/Д. : Феникс, 2014. — 349 с.

Что касается работы с конфликтными, асоциальными и асоциально-криминальными семьями, то профилактическая работа с ними строится по многим направлениям, апробированным как в нашей стране, так и за рубежом.

Проблемой семейного насилия озаботились специалисты в разных странах. 11 мая 2011 года в Стамбуле была принята Конвенция Совета Европы «О предотвращении насилия в семье и борьбы с насилием в отношении женщин». Данный документ раскрывает основные принципы (в преамбуле), цели, сферу действия, определения; права и обязательства со стороны государства в сфере законодательства, комплексной гендерной политики и сбора данных, финансирование, деятельность общественных организаций и координацию работы в данной сфере.

Глава III Конвенции раскрывает меры по предупреждению насилия, в частности, в сфере просветительства, образования, подготовки специалистов, профилактического вмешательства и медицинских программ, участия частного сектора и средств массовой информации. Предусмотрено, в частности, обучение ненасильственному образу жизни.

Глава IV Конвенции предусматривает меры по защите и поддержке всех жертв насилия в семье, включая информацию, общие и специализированные службы поддержки, помощь в индивидуальных и коллективных жалобах, предоставление убежища жертвам насилия, организацию горячих телефонных линий, помощь жертвам сексуального насилия, защиту и поддержку детей-свидетелей, обеспечение сообщений о насилии, в том числе от специализированных органов.

Реализация материальных прав жертв насилия предусматривает возможность гражданских судебных исков и средств правовой защиты, компенсации, права опеки, посещения и безопасности, действия при психологическом насилии и принудительных браках. Предлагается внести в законодательство стран, ратифицировавших данную Конвенцию, уголовное наказание за преследование, физическое и сексуальное насилие, калечащие операции, насильственные стерилизацию или аборт.

Отдельная глава Конвенции посвящена расследованию, судебному разбирательству, процедурному праву и защите жертв насилия и свидетелей.

Помимо данного соглашения, в России ратифицировано множество международных документов, защищающих материнство и детство. Среди них Всеобщая декларация прав человека (1948), Конвенция ООН о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин (1979), Конвенция ООН о правах ребенка (1989) и целый ряд других. На протяжении десятилетий накапливался опыт работы в этом направлении.

Важным шагом в профилактике преступных посягательств в отношении несовершеннолетних были принятие в 2023 году стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации и разработка плана её реализации¹. Сопровождением вопросов безопасности детства в России занимается в том числе и Федеральное государственное бюджетное учреждение «Центр защиты прав и интересов детей» при Министерстве просвещения Российской Федерации. Активную позицию по защите прав детей занимает Следственный комитет Российской Федерации и лично его председатель — А. И. Бастрыкин. Так, например, он высказался в поддержку законопроекта о наставничестве для детей в трудной жизненной ситуации.

Современная система профилактики криминального насилия в семье включает в себя работу по совершенствованию законодательной базы в этой сфере, разработку математических методов системной диагностики, прогнозирования и мониторинга семей группы риска. Социальные меры профилактики семейного насилия осуществляются по трем основным направлениям.

Превентивные меры направлены на социальную адаптацию семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, развитие семейного консультирования, детско-родительские тренинги, супружескую терапию.

¹ Указ Президента Российской Федерации от 17.05.2023 № 358 «О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года».

В кризисный период ситуации внутрисемейного насилия особо значимы *меры по ликвидации конфликта*, минимизации его негативных последствий и меры по восстановлению прав лиц, подвергающихся насилию. В разных регионах России организуются кризисные центры, социальные гостиницы для женщин, нуждающихся в убежище, в том числе для женщин с несовершеннолетними детьми. Функционируют центры социальной помощи семье и детям.

В случае разрешения конфликта или в посткриминальный период важную роль играет *контроль за лицами, совершившими насилие или пострадавшими от него*. С этой целью создаются службы сопровождения проблемных семей.

Рекомендации по профилактике внутрисемейного насилия включают в себя подробные инструкции для педагогов, медиков, девушек и женщин в случае кризисной ситуации. Для педагогов это подробный перечень признаков физического или психологического насилия в семье, о котором ребенок может умалчивать, а также информационный материал для психолого-педагогического просвещения подростков и юношества, в частности, правила, которые необходимо знать, отправляясь на учёбу или работу за границу. Для женщин, подвергающихся насилию в семье, даны рекомендации по правильному вызову полиции по телефону, обращению в полицию, травмпункт, составлению заявления в полицию, поведению на следственных действиях и в суде. Приводятся алгоритмы действий при семейном и сексуальном насилии¹.

Так же организована служба противодействия жестокому обращению с детьми в семье. Ежегодно в России свыше 100 000 детей получают социальную реабилитацию в стационарных условиях специализированных центров и почти 30 000 в социальных приютах. Прово-

¹ Против насилия в семье и социального сиротства: руководство по предупреждению домашнего насилия и социального сиротства. — СПб. : Ассоциация женщин Северо-Запада, 2014. С. 17—54.

дятся научные исследования и обобщается опыт организации комплексной работы по профилактике семейного насилия¹.

5.3. Созависимость в проблематике аддикций

Алкоголизм и наркомания — один из самых влиятельных факторов, разрушающих семейные отношения и искривляющих жизненный путь ребенка. Наши предки прекрасно знали о влиянии алкоголя на здоровье ребенка, поэтому традиционно жениху и невесте на свадьбе не разрешалось пить даже хмельной мед — ведь зачатие могло произойти и в первую брачную ночь, ребенок мог родиться нездоровым. Огромное количество врожденных заболеваний у современных новорожденных связано с употреблением женщинами алкоголя, курением (не говоря уже об употреблении наркотиков) до беременности и во время вынашивания ребенка. В семьях, где к рождению ребенка относятся ответственно, родители готовят себя, убирают вредные факторы из жизни женщины во время беременности.

В неблагополучных семьях родители не задумываются о последствиях употребления алкоголя или наркотиков ни до, ни после рождения ребенка. Новорожденный появляется на свет с генетической предрасположенностью к употреблению алкоголя или наркотиков. Когда медики сталкиваются с детским алкоголизмом, то важнейший вопрос — пили ли родители. В семьях алкоголиков дети часто болеют, неосознанно защищаясь от скандалов и конфликтов между родителями. Имеет значение и безнадзорность, которая свойственна пьющим семьям.

Нередки случаи, когда злоупотребление алкоголем начинается у родителей через несколько лет семейной жизни, и в этом случае формируется среда, которая способствует формированию склонности к алкоголю у ребенка. Влияние алкоголизации родителей проявляется на генном уровне — как наследственная предрасположенность — и на социальном, когда пример родителей, среда «алкогольной суб-

¹ Харламов В. С. Отечественный и зарубежный опыт противодействия криминальному насилию в семье. — СПб. : Филиал ФГКУ ВНИИ МВД России по СЗФО, 2014. С. 147—161.

культуры» формирует путь развития человека с детского или подросткового возраста. У ребенка еще не хватает жизненного опыта, чтобы защищать свою психику. Атмосфера конфликта, ссор, непредсказуемость поведения, ощущение опасности, недостаток внимания со стороны родителей — всё это является для ребенка травмой, порождая негативные последствия в дальнейшей жизни.

Известны случаи, когда в алкогольной семье дети решают не жить именно по родительской модели или берут на себя ответственность за свою жизнь, благополучие братьев и сестер. Вариантов здесь множество. Но общая и неоспоримая закономерность — алкоголизм родителей калечит судьбы детей в физическом, психическом, материальном, морально-нравственном плане.

Зависимость от алкоголя и наркотиков, возникающая у несовершеннолетних, в свою очередь, оказывается фактором, разрушающим семью. Члены семьи, вынужденные длительное время жить в одном пространстве с кем-либо, зависимым от химических психоактивных веществ (алкоголь, наркотики), испытывают постоянный стресс и страдание. Наркомания — это «первичное, прогрессирующее, неизлечимое заболевание, характеризующееся зависимостью от всех видов препаратов, меняющих сознание человека»¹. Человек входит в зависимость постепенно, «опускается на дно». При определенном лечении и психотерапевтической помощи, смене образа жизни он может вернуться в рамки человеческого бытия.

В настоящее время наиболее признанной системой борьбы с алкоголизмом является программа «12 шагов». Она разработана в конце 30-х годов XX века в Америке, и с тех пор практически не претерпела изменений. По ее подобию разработаны программы борьбы с наркозависимостью, зависимостью от еды, игр, компьютера. Программа широко известна, и с ней можно ознакомиться в интернете.

¹ Данная формулировка дана Всемирной организацией здравоохранения ещё в 1953 г. С тех пор медицина шагнула далеко вперед, тем не менее выздоровление возможно только в том случае, если человек, прошедший лечение, отказывается принимать психостимулирующие препараты. Иначе рецидив болезни, её возвращение неизбежны.

Задачи, которые стоят перед зависимыми:

1. Учиться справляться с трудными чувствами. Совладающее поведение.
2. Научиться радоваться мелочам, природе, возможности жить и общаться с людьми. Научиться быть благодарным.
3. Научиться общаться с близкими («Меня не любят», а ты любишь?). Бескорыстно, самоотверженно прощать, дарить свет, тепло, радость. Многим людям не хватает внимания, тепла.
4. Научиться достигать целей малыми шагами.
5. Научиться делать что-то для других.
6. Терпеть, не требовать немедленного удовлетворения своих желаний.
7. Заботиться о других.
8. Разочаровываться без злости.
9. Отстаивать своё мнение без агрессии.
10. Признавать свои ошибки.
11. Принимать решения и нести за них ответственность.

В целом — это осознание своей жизни, новая, осознанная модель поведения в мире. Стремление «хочу сделать», «хочу создать» — это цели развития. «Хочу иметь» — цели потребления, обладания. В процессе достижения такого рода целей развитие также возможно, однако его условия ограничены. В этом суть коррекции, а также профилактики зависимого поведения.

При работе с родителями и членами семьи, в которой есть дети, зависимые от химических веществ, их учат разрешить ребенку отвечать за последствия своего поведения, не беречь от трудностей, не решать за него жизненные задачи.

Совместная жизнь с больным алкоголизмом или наркоманией приводит к серьезным психическим нарушениям у других членов семьи. Комплекс этих нарушений получил название «созависимость». Созависимость — это самостоятельное (первичное) заболевание, а не симптом других болезней. Так же как зависимость, оно постепенно приводит к физической, психической, эмоциональной и духовной деградации личности. При отсутствии лечения это заболевание может

быть смертельным. Выздоровление требует системных изменений в личности и смены образа жизни. Если сравнить состояния и поведение зависимых и созависимых членов семьи, можно увидеть, что проявления заболевания сходные:

1. Сознание одних и других направлено в одну точку: у зависимых доминирует мысль об алкоголе (или наркотике), у созависимых — о близком, который попал в беду.

2. Утрачивается контроль над своей жизнью, локус контроля находится вне человека, в одном случае всё зависит от принятой или непринятой дозы алкоголя (или наркотика), в другом — от поведения зависимого члена семьи.

3. Отрицание ситуации: «я не много пью; захочу — брошу; другие пьют больше; я не больной» и т. п. У созависимого — «никакой я не больной, я не пью, у меня с этим нет проблем».

4. У обоих самооправдательная позиция: «меня друг пригласил, а так бы я не пил; я просто расслабиться захотел; мне друзья предложили покурить; кругом все курят» и «я веду себя так, потому что сын пьёт; у меня нет другого выхода; мне не повезло; это его друзья уговорили».

5. Постепенно нарастает словесная и физическая агрессия. Требования с обеих сторон всё более напряженные.

6. Преобладают отрицательные чувства: у зависимых — душевная боль, вина, стыд, страх, которые скрываются от себя и от других; у созависимых — вина, стыд, боль, негодование, отчаяние, ненависть.

7. Увеличивается переносимость: у зависимых — требуется всё большая доза психоактивного вещества, у созависимых — растёт выносливость к эмоциональной боли.

8. Возникает синдром похмелья: зависимому для облегчения состояния требуется новая доза вещества; созависимый даёт обещание не помогать, не приносить алкоголь, не давать денег, но вновь вступает в деструктивные отношения.

9. Снижается самооценка, допускаются саморазрушение и у одного, и у другого.

10. Страдает физическое здоровье: у зависимых страдают печень, желудок, почки, сердце. У созависимых наблюдаются повышение давления, головные и сердечные боли, онкологические заболевания.

11. Психические заболевания — депрессивные состояния — характерны для тех и других.

12. Возникает перекрестная зависимость от других веществ: зависимые начинают добавлять в алкоголь таблетки, одеколон, различные вытяжки, транквилизаторы. Созависимые начинают употреблять транквилизаторы, снотворное, часто алкоголь.

13. Отрицательно относятся к лечению (те и другие отказываются от помощи).

14. Условия выздоровления: для зависимых отказ — от психоактивных веществ, знание механизмов болезни, долгосрочная реабилитация; для созависимых — понимание того, что больной должен сам захотеть или не захотеть выжить, справиться с болезнью. Важно смириться с риском потери, но при самостоятельности шанс реабилитироваться есть; если больного опекать, как прежде, риск гибели увеличивается.

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризуйте семью как систему.
2. Перечислите наиболее частые причины конфликтов в семье. Сформулируйте общие рекомендации по предупреждению и профилактике семейных конфликтов.
3. Охарактеризуйте известные вам стратегии и способы разрешения конфликтов с позиции их эффективности и частоты использования.
4. Перечислите особенности дисгармоничных семей разных типов.
5. Назовите характерные черты поведения созависимых.

ТЕМА 6

НАРУШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ: ПРИЧИНЫ, ТИПЫ, НОСИТЕЛИ. РАЗВОД И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ

- 6.1. Этапы развития семьи.
- 6.2. Кризисы семейных отношений.
- 6.3. Развод и его последствия.

6.1. Этапы развития семьи

Виды семей многообразны, поэтому этапы, которые проходят разные семьи, в большой степени зависят от того, есть ли в семье дети или нет, один ребенок или их несколько, первый ли это брак или повторный, имеются ли в повторном браке дети каждого из супругов, живет ли молодая семья самостоятельно или вместе с родителями мужа или жены, отдельное ли у них хозяйство или в нем принимает участие тёща (свекровь), насколько молодые супруги независимы финансово.

Наиболее часто исследователи¹ выделяют этапы развития семьи, вехами которых является изменение ролей мужчины и женщины в связи с рождением ребенка или нескольких детей. То есть в основе этих этапов лежит детоцентристский подход (его описала В. Сатир). Действительно, рождение детей существенно меняет расстановку отношений в семье, появляются новые обязанности, нагрузки; ребенок требует от женщины много внимания; иное отношение к молодой семье возникает у бабушек и дедушек. Однако чтобы лучше понять

¹ См.: Сатир В. Как строить себя и свою семью. — М. : Педагогика-Пресс, 1992. — 192 с.; Векилова С. А. Психология семейных отношений: конспект лекций. — М. : АСТ, 2005. — 128 с.; Бердникова Ю.Л. Семейная жизнь на пять с плюсом: Гармония семейных отношений. Жизненные циклы семьи. Семейные конфликты и пути их разрешения. — СПб. : Наука и Техника, 2008. — 224 с.; Прохорова О.Г. Любовь, брак, семья: жизнь без ошибок. — СПб. : КАРО, 2008. — 336 с.; Гаранина Е. Ю., Коноплева Н. А., Карabanова С. Ф. Семейведение : учебное пособие. — М. : Флинта, 2013. — 384 с. и др.

сущность каждого нового этапа в семье, этот подход следует значительно расширить.

Этапом можно считать переход семейных отношений в новое состояние, когда супруги должны адаптироваться к принципиально новым условиям. Такими новыми условиями являются, например, отделение молодых людей от родительской семьи; окончание вуза в студенческой семье; потеря работы или, наоборот, устройство супругов на работу; появление детей, их взросление; переход супругов в более зрелые возрастные категории, этапы их личностного созревания; отделение взрослых детей от родительской семьи, появление внуков, болезнь или уход из жизни одного из супругов. В каждом случае всем живущим вместе в одной семье приходится привыкать к иным связям и отношениям.

Очень важно понимать, что в новых обстоятельствах по-разному меняются интересы и заинтересованность, энергетические затраты, уровень понимания, возможности, ответственность, распределение обязанностей и множество других характеристик, влияющих на отношения между супругами. В совместном существовании приходится согласовывать свои предпочтения с интересами и потребностями рядом живущего. При этом мы неоднократно говорили о необходимости свободы в семейных отношениях, но свободы, основанной на любви.

Рассмотрим вначале более подробно этапы, базирующиеся на ролевой основе, в том числе в связи с рождением детей.

Этап, непосредственно предшествующий созданию семьи, мы подробно обсуждали, рассматривая готовность к браку. Как и в строительстве, это «нулевой цикл». Период, когда двое принимают решение быть вместе долгое время, жить в одном доме, оформить свои отношения. Традиционно это был этап (нередко — продолжительный период), включавший сватовство, помолвку (оглашение намерения), обручение (когда-то это был церковный обряд, от которого сохранился обычай дарить избраннице кольцо в знак предложения руки и сердца) непосредственно до свадьбы.

В современных условиях этот период может быть и очень кратким, и многолетним. Такое явление сохраняет в себе множество черт, накопленных человечеством на протяжении многих веков. Всё зависит от уровня зрелости молодоженов. Отношения до брака позволяют лучше узнать друг друга.

Первый этап — это формирование молодой семьи (от момента, когда двое принимают решение о вступлении в долговременные отношения на основе взаимной любви, ответственности и помощи). Молодой, как уже говорилось, считается семья от начала совместного проживания (независимо от того, зарегистрированы отношения официально или нет) и до рождения первого ребенка. Другой критерий — два года жизни в супружестве.

Два года взяты за отсчет потому, что именно в течение этого периода ослабевает новизна сексуального влечения, за которым влюбленность переходит в любовь, дружбу, привычку. На этом этапе мужчина и женщины осваивают роли мужа и жены.

Часто говорят «молодой муж», «молодая жена», подразумевая при этом некоторую неопытность в построении новых отношений и выполнении семейных обязанностей.

В период развития молодой семьи происходит адаптация молодоженов к новым условиям совместной жизни: сужается личная, в том числе интимная, территория. Часто меняются структура свободного времени, дружеский круг. Супруги видят друг друга, общаются и взаимодействуют не только в парадном (как при свиданиях), но и повседневном виде. Появляются бытовые обязанности, которых могло не быть в родительской семье (чтобы не было путаницы, вслед за психологами будем называть ее прародительской).

В этот период происходит столкновение идеальных (сформированных в детстве, в прародительской семье или под влиянием художественных произведений) представлений о семейной жизни и реальных моделей поведения молодых супругов. Причем если в первые месяцы многое не замечается из-за, как правило, высокого сексуального влечения, то по мере привыкания различия во взглядах на семейный быт усиливаются. Поэтому, в частности, так важен период

добрачного узнавания друг друга, обсуждения фундаментальных основ семьи, строительство которых обсуждалось в предыдущей теме.

В целом, как отмечает Ю. Л. Бердникова, «главная задача этого периода — переход от состояния личной независимости к состоянию взаимозависимости супругов. В это время решается также задача дифференциации от прародительской семьи, если это не произошло раньше. Устанавливаются новые границы общения с друзьями и родственниками, разрешаются конфликты между личными и семейными потребностями»¹.

Второй этап в развитии семьи связан с зачатием и появлением первого ребенка. В. Сатир считает, что именно решение о зачатии ребенка является истинным началом семьи. Длится этот этап около шести лет, до того, как ребенок пойдет в школу. Несомненно, что рождение ребенка существенно меняет расстановку сил в семье, перенаправляет энергетические потоки в ней. В период беременности жена с необходимостью сосредотачивает больше внимания на себе самой, собственном состоянии и самочувствии. Ей хочется большего внимания со стороны мужа, гормональные перестройки меняют её вкусы и предпочтения. Муж не получает привычного внимания. При неосознанности, психической незрелости формируются подсознательные недовольства и напряжения.

Это нередко происходит, даже если ребенок в семье желанный. Уже в период беременности важно формирование ролевого поведения матери и отца. В настоящее время повсеместно организуются курсы, семинары, тренинги, в процессе которых молодые супруги учатся осознавать изменения, происходящие в организме женщины, в семейных отношениях, и формируется конструктивное поведение.

В еще большей степени взаимоотношения в семье меняются с рождением ребенка, который в первые месяцы жизни требует от матери постоянного внимания.

¹ Бердникова Ю. Л. Семейная жизнь на пять с плюсом: Гармония семейных отношений. Жизненные циклы семьи. Семейные конфликты и пути их разрешения. С. 184.

И здесь благополучие молодой семьи в большой мере зависит от того, насколько молодая мама остаётся женщиной, любящей женой, хранительницей очага, а также от того, насколько отец осознает происходящие во взаимоотношениях перемены и готов вместе с женой нести возникающие бытовые трудности и заботы. Если в семье нет детей, молодая семья также проходит этапы развития, о которых будем говорить подробнее в разделе о кризисах семейных отношений.

Третий этап в детоцентристской периодизации начинается, когда дети достигают школьного возраста. Ребенок начинает осваивать роль школьника. Для него большим авторитетом становится учитель в школе. У родителей появляются новые обязанности. В семье снова изменяются установившиеся условия: ребенку нужно помогать с учебной, отводить его в школу, встречать, взаимодействовать с учителями, ходить на родительские собрания и пр. Кроме того, начальная школа является своеобразной проверкой того, насколько ребенок социализирован, т. е. насколько его родители успешно справлялись с его воспитанием, подготовкой к самостоятельной деятельности. Нередко неуспехи или недисциплинированность ребенка в школе становятся причиной дополнительных напряжений во взаимоотношениях между родителями.

Четвертый период проходит семья с ребенком подросткового возраста, длится он вплоть до взросления и ухода его из родительской семьи. Подростковый возраст — это период взросления человека, становления его личности. Он становится неуправляемым, если родители не меняют стиля своего отношения с ним, не учитывают его потребности в самоутверждении в среде сверстников. Как пишет С. А. Векилова, с подростком в дом «врываються» новая мода, новая музыка, новый стиль поведения. Этот период становится для родителей проверкой на открытость новизне. Лояльное поведение родителей становится гарантом восстановления отношений с подростком к концу школьного периода¹.

¹ Векилова С. А. Психология семейных отношений: конспект лекций. — М. : АСТ, 2005. С. 73.

Пятый этап проходит семья, когда повзрослевшие дети её покидают. Это может быть отъезд в другой город на учебу или работу, на службу. Этот этап бывает особенно сложным для родителей, в системе ценностей которых ребенок (или дети) стоят на первом месте. Многолетняя жизнь в такой «детоцентристской» позиции приводит к вмешательству родителей в жизнь самостоятельных детей. В психологической литературе тяжелые эмоциональные переживания родителей по этому поводу получили специальное название — «синдром опустевшего гнезда». Чем больше родители стремятся опекать своего взрослеющего ребенка, тем больше он стремится вырваться из-под родительской опеки, в том числе рано вступая в брак, уезжая на учебу в другой город и т. п.

Кроме того, если родители были сконцентрированы на детях, то с их уходом нужно фактически заново выстраивать отношения между мужем и женой. На этом этапе происходит множество разводов в благополучных, на первый взгляд, семьях. Более легко проходит этот этап, если родители с удовольствием принимают роли бабушки, дедушки, расширяют свои связи с родственниками своей невестки или зятя.

Шестой этап в развитии семьи связан с наступлением второй зрелости супругов. Часто это выход на пенсию. Это может быть очень интересный период личностного развития, возможность «пожить для себя», путешествовать, узнавать новое. При низком уровне психической и духовной зрелости этот период может быть и тягостным, связанным с осознанием потери своей привлекательности, сил, здоровья. Однако осознанное отношение к этому этапу жизни может поменять ее качество весьма существенно.

Седьмой этап — завершение жизненного цикла семьи — это смерть одного из супругов, опыт вдовства. Этот этап важен и для покинутого супруга, поскольку период третьей зрелости при определенных условиях можно прожить вполне достойно и счастливо. Но важен он и для становления личности детей и внуков. Дети приобретают опыт ухаживания за пожилыми родителями в случае их болезни.

Внуки встречаются со смертью, и происходит их осознание этого факта в жизни человека.

Таким образом, как и отдельный человек, семья как целое проходит несколько этапов в своём развитии. Их осознание позволяет не только конструктивно управлять событиями в каждый из периодов, но, как и в случае с человеком, продлевать активное и комфортное время совместного бытия в семейной жизни.

6.2. Кризисы семейных отношений

На каждом из рассмотренных этапов развития семьи все, кто в нее включен, постоянно сталкиваются с новыми условиями, с необходимостью менять своё поведение, привычки, обязанности, ответственность. Неосознанное прохождение этих этапов приводит к кризисам в семейных отношениях. Важно понять, что основная причина любого кризиса заключается в том, что старые формы, старые методы, старая тактика, прежний образ жизни не соответствуют требованиям нового времени, изменившимся условиям. А это означает, что причина кризисов, в том числе и в семейных отношениях, находится не вне человека, а внутри него — в его сознании, ценностях, стремлении сохранить однажды пережитое счастливое или спокойное состояние.

Именно с этих позиций полезно рассматривать разного рода типы кризисов, которые изучены современным семейноведением.

В психологии различают несколько видов семейных кризисов. Те, которые связаны с неумением супругов адекватно перестроиться при переходе с одного этапа развития семьи на другой, **называют нормативными (горизонтальными) кризисами**. Они фактически полностью соответствуют вышеперечисленным этапам, если молодые супруги, например, не смогли преодолеть трудности адаптации в условиях вновь образованной семьи, оказались неготовыми к выполнению ролей мужа и жены, хозяина и хозяйки, невестки или зятя, отца и матери и т. д.

Каждый раз при переходе от одного этапа к другому, когда должны поменяться привычки, собственный «Я-образ», самооценка,

ответственность — семья оказывается под угрозой кризиса. Отношения между мужчиной и женщиной ухудшаются. Уходят добровольность и свобода в отношениях.

Дальше прочность семейной жизни будет зависеть не от внутренней потребности супругов, а от вынужденности внешних обстоятельств — общая жилплощадь, дети, чувство долга и т. д. Каждый кризис — это «слабое звено», которое может привести к разрыву отношений и распаду семьи.

Так же действуют и **вертикальные кризисы**. Они не связаны так тесно с рождением детей, проявляются в бездетных семьях или в отношениях, которые не являются детоцентрическими, а отражают установки супругов относительно друг друга. Понятно, что горизонтальные и вертикальные кризисы могут совпадать, но их отличие заключается в основной причине, вызывающей напряжения в отношениях.

При вертикальных кризисах основой являются установки, ментальные конструкции о том, как должны вести себя жена или муж в «нормальной семье». Эти установки формируются в детском (дошкольном) возрасте как бессознательно усвоенная модель поведения родителей и далее подкрепляются информацией из собственного опыта. Часто это бессознательные требования.

Жена постоянно сравнивает отношение мужа к ней с поведением собственных родителей, особенно отца, если он любил дочь самоотверженно. Муж, в свою очередь, может сравнивать заботливость, хозяйственность жены с теми же качествами матери. Такая неосознанность ведет к недовольствам и напряжениям, что естественно «разъедает» качество отношений.

Известно, например, что девочки, выросшие в семьях, где отец пьянствовал, сознательно хотят иметь непьющего мужа, однако, даже создавая относительно благополучную семью, разводятся и связывают свою жизнь с мужчинами пьющими. Это объясняется, в частности, потребностью в эмоциональных напряжениях, которые запечатлелись в детском возрасте и ушли в подсознание. Совместная жизнь в ровных отношениях подсознательно воспринимается как «пресная».

Помимо двух названных, встречаются и так называемые **качественные (ненормативные) кризисы**, которые зависят от степени психологической совместимости, общности интересов, от умения и желания супругов строить свою жизнь с учетом интересов своего партнера, спутника жизни.

Возникновение ненормативного кризиса возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием негативных жизненных событий (таких, как отсутствие собственного жилья, работы; болезни, измены, разного рода стрессовые ситуации).

Преодолению возникающих напряжений способствуют, с одной стороны, качества мужчины и женщины, благоприятные для брака (о них говорилось выше), с другой — осознание ценности семьи в собственной жизни, стремление ее сохранить, понимание, что любые конфликтные ситуации можно обсуждать и при обоюдном желании спокойно проходить.

Как уже отмечалось, первый критический период в семейных отношениях наступает по мере снижения влюбленности, когда сексуальное влечение перестает быть основой взаимодействия. В свои права вступает повседневность, бытовые обязанности и привычки.

Удовлетворение семейной жизнью до первого кризиса может длиться от нескольких дней до нескольких лет. Тому свидетельство быстрые разводы. Всё зависит от степени сексуальной, психологической и социальной зрелости молодых людей, уровня их осознанности и элементарной грамотности в вопросах семейного строительства.

В среднем такой кризис наступает через полтора-два года совместной жизни. Несколько притупляется новизна отношений, секс становится привычным, в нем остается меньше места для нежностей и поцелуев. Поскольку околосексуальные отношения больше важны для женщин, то они чаще начинают тревожиться о том, что муж «разлюбил», и в связи с этим постепенно нарастают напряжения. Безусловно, пары, которые строят свои отношения осознанно или бессознательно, но при высоком совпадении эроса, сердца и ума (т. е. сексуального влечения, сходства ценностей и сознательного учета интересов другого человека), проходят этот кризис незаметно.

Как отмечают исследователи¹, осложняют прохождение первого критического периода неадекватная мотивация вступления в брак, несовместимые различия в представлениях о семейной жизни, обусловленные разницей в национальных традициях супругов, их религиозных убеждениях и культурных особенностях добрачной жизни. В случае большой разницы в возрасте супругов тоже возникает определенное непонимание. Люди одного поколения — это люди с разницей в возрасте 5–10 лет. Они, как правило, легче понимают друг друга. У них сходные взгляды, вкусы, убеждения. Если возрастная разница больше, то в семейной жизни проявляется так называемый конфликт поколений. Его можно избежать в том случае, если младший по возрасту полностью подчиняется старшему или при высокой личностной зрелости супругов, например, в повторном браке.

Кроме того, факторами риска, которые снижают способность пары благополучно проходить семейные кризисы и решать частные конфликты, исследователи называют ранний возраст молодоженов (для мужчин — до 20 лет, для женщин — 18 лет); поздний возраст первой женитьбы или замужества (в России для мужчины это 30–32 года, для женщины — 25–27 лет); превышение возраста жены относительно возраста мужа; наличие у жены более высокого образования; городское происхождение; отсутствие братьев и сестер у жены; отсутствие сестер у мужа; неустойчивость отношений до брака; отрицательное отношение родителей к браку; слишком короткий или слишком длительный период знакомства; добрачная беременность; наличие друзей противоположного пола у одного из супругов и ряд других².

Отметим при этом, что большинство приводимых в литературе закономерностей отражает средние тенденции в развитии семьи, из которых, во-первых, всегда есть исключения, а во-вторых, уровень развития супругов, их осознанности, духовного развития может менять любую ситуацию в благоприятную сторону.

¹ См.: Бердникова Ю. Л. Семейная жизнь на пять с плюсом: Гармония семейных отношений. Жизненные циклы семьи. Семейные конфликты и пути их разрешения.

² Гаранина Е. Ю., Коноплева Н. А., Карабанова С. Ф. Семьеведение. С. 196.

Второй критический период наступает между третьим и седьмым годами супружеской жизни и может длиться около года. Этому способствуют окончательная утрата романтических настроений, осознание разницы во взглядах на многие вещи и невозможность смириться с этим, неумение находить компромиссы, что приводит к недовольству друг другом и браком. Этот период также опасен в плане разводов или супружеских измен и отчуждения. Прохождение второго критического периода семьи осложняется в случае продолжающейся зависимости от прародительских семей супругов (неважно, жилищная ли, финансовая или эмоциональная это зависимость).

Третий кризисный период может возникнуть примерно между седьмым и двадцать пятым годами супружеской жизни. Как видно, это длительный период, в силу этого он не носит такого острого характера, как два предыдущих. Часто он связан с личностным кризисом «середины жизни», приближением старения, уходом из семьи повзрослевших детей, переоценкой ценностей, разочарованием в достижениях, психологической усталостью друг от друга, желанием новизны в отношениях и образе жизни. Этот период тяжелее переживают мужчины. Поговорка «седина в бороду — бес в ребро» отражает именно стремление к новизне, свежести чувств и стремление испытать и доказать свою сексуальную состоятельность, которая весьма важна для большинства мужчин.

Как и первые два, этот кризис почти не проявляется в семьях, где сохранены любовь и взаимное уважение, условия для самостоятельности и независимости членов семьи. Для преодоления этого кризиса обычно рекомендуют искать способы обновления супружеских отношений на разных уровнях, в том числе и в сексуальной сфере.

Важно осознавать, что любого рода кризисные ситуации в семье зарождаются, как правило, постепенно. Начинается все с взаимного недовольства, раздражений, мелких ссор, укоров, которые перерастают в конфликтные отношения. При их нарастании образуется кризисная ситуация, требующая от супругов осознанного решения возникшей ситуации.

Психологи выделяют не менее семи сфер, которые могут порождать конфликтные отношения в семье¹. Эти конфликты порождают:

- несогласия в распределении супружеских ролей и обязанностей;
- различия взглядов на семейную жизнь и межличностные отношения (в частности, ревность и недоверие супругов друг другу);
- недовольство и противоречия в сексуальной сфере отношений;
- несогласие в распределении власти и влияния в супружеских взаимоотношениях;
- дефицит эмоционального тепла, близости, доверительности в супружеском общении;
- разногласия и противоречия, связанные с воспитанием детей;
- разногласия, связанные с отношениями с ближайшими родственниками жены или мужа (теща, тесть, свекровь, свекор, братья и сестры);
- сложности адаптации к заболеванию мужа или жены, а также их родителей.

Так же как кризисные ситуации в развитии семьи, конфликты преодолеваются, сглаживаются при условии осознанного отношения супругов к строительству семейных отношений. Сотрудничество, компромисс и избегание являются продуктивными стратегиями в построении взаимоотношений. Соперничество и приспособление таят в себе опасность подавления конфликта, противоречие «загоняется внутрь» и нередко приводит к внезапному взрыву или заболеваниям одного из супругов. Поэтому так важно сознательно и конструктивно относиться к возникающим противоречиям, недоразумениям, собственным и чужим обидам.

Подводя итог, отметим, что и этапы становления, развития семьи, и прохождение ею кризисных точек (или периодов), и способы разрешения семейных конфликтов тесно взаимосвязаны между собой и связаны с культурой семейных отношений.

¹ Олифиревич Н. И., Зинкевич-Куземина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. С. 23—31.

6.3. Развод и его последствия

Согласно сведениям, представленным ВЦИОМ, в 2024 году Россия занимала третье место в мире по числу разводов: на десять заключенных браков приходилось восемь разводов¹.

В то время как все больше молодых людей предпочитают отложить вступление в брак или отказаться от него, те, кто вступает в союз, делают это с расчетом на то, что он продлится долго. Многие проблемы в браке могут быть связаны со стрессом, особенно финансовым. Согласно исследователям, участвующим в Национальном проекте по браку Университета Вирджинии, пары, вступающие в брак без прочной базы активов (например, дома, сбережений и пенсионного плана), на 70 % чаще разводятся через три года, чем пары с активами. Это связано с такими факторами, как возраст и уровень образования, которые коррелируют с низкими доходами².

Появление детей в браке создает дополнительный финансовый и эмоциональный стресс. Исследования показали, что браки вступают в свою наиболее напряженную фазу после рождения первого ребенка³. Это особенно верно для пар, у которых многоплодие (двойня, тройня и т. д.). У супружеских пар с двойней или тройней вероятность развода на 17 % выше, чем у супружеских пар с детьми от одиночных родов⁴. Еще одним фактором, повышающим вероятность развода, является общее снижение удовлетворенности браком с течением времени. Когда люди становятся старше, они могут обнаружить, что их ценности и жизненные цели больше не совпадают с ценностями и жизненными целями их супруга.

¹ Опрос общественного мнения // ТАСС. URL: <https://tass.ru/obschestvo/22702277> (дата обращения: 02.03.2025).

² Introduction to Sociology. 3rd Canadian Edition. 2023. <https://opentextbc.ca/introductiontosociology/chapter/chapter14-marriage-and-family/#section14.3>. (дата обращения: 08.02.2025).

³ Popenoe D. and Whitehead B.D. 2001. Top Ten Myths of Divorce University of Virginia/National Marriage Project/The State of Our Unions.

⁴ McKay, Stephen. The Effects of Twins and Multiple Births on Families and Their Living Standards. University of Birmingham. 2010. URL: <http://www.tamba.org.uk/document.doc?id=268> (дата обращения: 08.02.2025).

Считается, что развод имеет циклический характер. Вероятность развода у детей разведенных родителей на 40 % выше, чем у детей состоящих в браке родителей. А если мы рассмотрим детей, родители которых развелись, а затем вступили в повторный брак, вероятность их собственного развода возрастает до 91 %¹. Это может быть результатом того, что в обществе сложилось мнение, что распавшийся брак можно заменить, а не восстановить. Это мнение также отражено в выводе о том, что, когда оба партнера ранее были разведены, вероятность того, что их брак закончится разводом, на 90 % выше².

На психологическом уровне и для мужчины, и для женщины процесс распада семьи, как правило, связан с ухудшением отношений, неудовлетворенностью, унижающими оценками, претензиями с обеих сторон, что негативно сказывается на самочувствии обоих супругов и требует определенного периода восстановления.

Исследователи выделяют социальные и психологические причины разводов. К социальным относят городскую жизнь с её соблазнами и анонимностью, профессиональную занятость и финансовую свободу супругов, с одной стороны, либо наоборот, плохие условия быта — безработицу, бытовую неустроенность, стесненность жилищных условий, очень ранний или поздний срок вступления в брак.

Психологическими причинами развода чаще всего являются супружеская неверность, характерологическая и сексуальная несовместимость и конфликтные отношения, «новая» любовь, бесплодие одного из супругов, употребление алкоголя и наркотиков, осуждение и тюремное заключение одного из супругов. Нередко к разводу супругов подталкивают родители (в особенности, тещи и свекрови), которым не нравится выбор их любимого чада.

Перечисленные причины лежат на поверхности. А в глубине каждой ситуации можно найти подавление потребностей одного из супругов или того и другого одновременно. Больше всего эта потребность касается внимания, понимания, принятия, поддержки, помощи.

¹ Wolfinger N. Understanding the Divorce Cycle. New York: Cambridge University Press. 2005. P. 180.

² Там же.

Каждому в семье этого хочется, и поначалу добрые отношения, близость кажутся возможными. Но со временем возрастают взаимные претензии, возрастает неуважение друг к другу, в человеке начинает раздражать каждая мелочь.

Безусловно, влияние на психологическое состояние мужчины и женщины оказывает уровень первоначального благополучия или неблагополучия семьи. Если изначально отношения не наладились, ссоры, конфликты, выяснение отношений постепенно усиливалось, то развод для обоих супругов может быть выходом из положения. В то же время развод в семьях с агрессивными отношениями, рукоприкладством может быть очень тяжелой травмой и для супругов, и для детей.

Болезненно переживается развод в ситуациях, когда семья относительно благополучна, супруги живут долгое время, но один из них решает уйти из семьи. Как правило, это связано с возникновением новых отношений, «новой любовью»; прежние отношения становятся скучными, тягостными, неинтересными. Женщины, вкладывая много энергии в заботу о доме, детях, о муже, перестают быть привлекательными и женственными, перестают говорить своим мужьям слова восхищения и уважения (обратный вариант также встречается нередко). Развод — это нарушение привычного мира супругов, и обычно он переживается глубоко, независимо от того, кто был инициатором расторжения брака.

Распад эмоциональных отношений происходит постепенно. Неудовлетворенность возрастает, постепенно зреет решение о желательности, потом необходимости прекратить жизнь, полную негатива. Иногда такие решения созревают несколько лет. Наконец такое желание озвучивается, и в зависимости от реакции отношения могут либо еще продолжаться, либо наступает бесповоротный разрыв. Решение сообщается всем членам семьи, и начинается период самооправдания. По данным исследователей, на этот процесс в среднем уходит до двух лет.

Изучение самочувствия супругов после развода показало, что личные проблемы резко возрастают, особенно в первое время воз-

никают трудности, о которых раньше и не подозревали. Снижаются доходы, социальное самочувствие, возникают новые обязанности. Развод связан с ощущением провала, утратой достоинства, виной и сомнением, можно ли создать другую семью. Разведенные составляют группу риска с точки зрения состояния здоровья и продолжительности жизни.

Развод, как правило, инициируется одной стороной брачных отношений. Другая чаще всего — это женщины, особенно те, кто остается в одиночестве и с детьми. Сосредотачиваясь на ребенке в ущерб своей собственной жизни, женщины часто становятся источником давления, даже подавления своего ребенка. Особенно это касается сыновей. Их либо заласкивают, балуют при высоком контроле, либо воспитывают излишне строго, чтобы была модель «отцовского» поведения. Но мать по своей природе призвана защищать своего ребенка. Отцу позволено устанавливать внутреннюю справедливость. Дети, которые живут без выраженной материнской ласки, взрослеют более суровыми, без отцовского надзора — более самостоятельными.

Влияние развода родителей на детей. Распадающаяся семья негативно влияет на развитие ребенка в любом случае — сохраняются ли конфликтные отношения «ради детей» или родители расстаются. Данные, полученные в процессе психотерапевтической работы с детьми 5–7 лет, показывают, что болезненная реакция начинается с момента, когда ребенок осознает, что родители развелись, и он не видит отца или мать в течении долгого времени, хотя продолжает ждать и любить их обоих.

Реакции ребенка на развод могут быть скрытыми или демонстративными. Он может стать старательно хорошим или, наоборот, грубым, враждебным, агрессивным, яростным в адрес любого из супругов. Нередко ребенок переживает чувство вины, считая, что родители развелись из-за него. Если травма была слишком сильной, то возможны психотические срывы, которые проявляются в упрямстве, боязни находиться одному, резкая и многократная смена настроений в течение дня. В разводный и послеразводный период для ребенка важна поддержка близкого человека. Особенно тягостно положение,

когда мать порочит и унижает своего бывшего мужа, настраивает ребенка против отца. Травматична и та ситуация, когда «из большой любви» ребенка начинают перетаскивать из семьи в семью, увозить его с помощью обмана или шантажа. Это свидетельствует скорее об эгоизме и неразвитости бывших супругов (нередко в этом процессе участвуют бабушки и другие родственники).

Если выяснения отношений происходят в присутствии ребенка, то он быстро понимает угрозу раздора. Не стоит думать, что ребенок ещё мал и слабо понимает, что происходит. Важно спокойно и честно объяснить ему, что теперь папа и мама будут жить отдельно, но он их сын (дочь), они его любят, всегда будут заботиться и защищать.

Наиболее продуктивный вариант развода — когда родители осознанно договариваются о прекращении отношений, сохраняют дружеские чувства и благодарность к своим «бывшим», благодарят их за жизненный урок и договариваются о вариантах встречи с ребенком, времяпрепровождении с ним, материальной помощи. Чем более развиты и образованы люди, тем чаще они, расставаясь, сохраняют добрые отношения.

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризуйте основные этапы семейного развития и задачи супругов на каждом этапе.
2. Опишите различия между горизонтальными, вертикальными и качественными кризисами в семейных отношениях.
3. Каковы наиболее общие условия для формирования и развития благополучной семьи?
4. Охарактеризуйте основные типы семейной иерархии и пути ее согласования.
5. Каковы последствия развода для бывших супругов? Как правильно строить отношения бывших супругов после развода?

ТЕМА 7

ВОСПИТЫВАЮЩАЯ СЕМЬЯ, СИСТЕМА ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ УСЫНОВЛЕНИЯ ПРИЕМНЫХ ДЕТЕЙ

- 7.1. Система детско-родительских отношений.
- 7.2. Семья как развивающая среда для ребёнка.
- 7.3. Усыновленные и приемные дети в семье.

7.1. Система детско-родительских отношений

Качество отношений между родителями и детьми в самой большой степени влияет на удовлетворенность жизнью в семье, определяет радость общения и взаимодействия, а также условия психического развития и социализации ребенка. Важность этой составляющей семейных отношений связана с тем, что родители и дети связаны между собой теснейшим образом. Эта взаимосвязь является настолько значимой, что иногда составляет смысл семьи и даже жизни. Особенно это касается матери. Когда взаимоотношения нарушаются, не удовлетворяют основных ожиданий родителей или потребностей детей, обстановка в семье становится очень тяжелой, тем более что до определенного возраста (а иногда и всю жизнь) «развестись» со своим ребенком нет возможности.

Для понимания качества (или характера) детско-родительских отношений принимают во внимание следующие показатели:

- насколько родители принимают, любят ребенка, насколько ребенок привязан и открыт родителям;
- какими были мотивы родительства и какие модели воспитания сформированы у матери и отца;
- насколько родители вовлечены в детско-родительские отношения;
- насколько потребности ребенка удовлетворяются на каждом этапе его развития, какой уровень заботы и внимания проявляют к нему родители;

— каков стиль общения и взаимодействия с ребенком, как проявляется родительское лидерство;

— как разрешаются конфликтные ситуации; имеет ли ребенок относительную автономию в семье;

— особенности социального контроля: содержание и количество требований, запретов, их жесткость; насколько постоянно и детально родители контролируют поведение и стремления ребенка;

— последовательность или противоречивость в требованиях родителей; единство требований со стороны всех членов семьи.

Отношения родителей и детей на протяжении многих веков развития семьи не остаются одинаковыми. В разное время устанавливаются свои нормы и понимание правильного, принятого и неправильного, непринятого по отношению к детям. В патриархальной семье ребенок никогда не был центром, вокруг которого вращается семейная жизнь. Такое положение стало складываться с конца XIX века, когда быстро развивающаяся промышленность востребовала женский труд и многодетные семьи стали редкостью. В середине XX века рождение только одного-двух детей в семье стало нормой. Вокруг ребенка сосредотачивались интересы родителей, бабушек, дедушек и других родственников. Такую семью стали называть детоцентристской. Со временем стало ясно, что положение ребенка как центра семьи искажает его жизненные ориентации, формируется позиция эгоиста и потребителя.

Понимание ведущего «правила» взаимоотношений постепенно менялось. Естественно, что в каждый период были отклонения от установленных норм, однако общая тенденция прослеживается явно. Она заключается в отказе от отношений собственности и власти над ребенком, в постепенном формировании способности родителей не столько тревожиться за судьбу своего чада, сколько распознавать и удовлетворять его склонности, интересы и способности, возрастные потребности и векторы развития. Вместе с тем в этом процессе много субъективного. Родители могут быть уверены, что они все силы отдают воспитанию, окружают ребенка вниманием и заботой, а младший ощущает себя при этом покинутым, ненужным, малоценным.

Самовосприятие и самооценка ребенка зависит от того, как его воспринимают родители. Здоровая и сильная самооценка имеет решающее значение для детей. Сильная самооценка побуждает нас преодолевать трудности, пробовать новое и верить в себя. Самооценка оказывает большое влияние на то, как мы видим себя, формирует наше поведение и определяет принятие решений.

Даже любящие родители иногда могут непреднамеренно ранить самооценку своего ребенка: порой мы совершаем ошибки, когда дело доходит до того, что сказать и как себя вести.

Угрозу психологическому благополучию ребенка, его самовосприятию и самооценке несут следующие типы родительского поведения:

1. Жесткая критика. Критика со стороны родителя может быть эмоционально сложной, особенно если она делается в резкой или унижительной манере. Большинство критически настроенных родителей борются со своими тревогами, которые выходят наружу и подавляют их детей. Критические комментарии могут подорвать самооценку ребенка и чувство собственного достоинства и могут вызвать чувства грусти, гнева или разочарования. Эти резкие упреки также могут привести к снижению мотивации ребенка и неуверенности в своих способностях.

2. Чрезмерная опека. Постоянная защита ребенка от проблем и препятствий может помешать ему развить уверенность и чувство компетентности. Хотя родители могут хотеть сделать все возможное, чтобы их дети не страдали в жизни, по иронии судьбы они душат своих детей, будучи слишком контролирующими. Чрезмерная опека также может ограничить возможности ребенка исследовать, учиться и совершать ошибки, которые важны для его роста и развития.

Более того, чрезмерная опека детей может привести к возникновению у них чувства тревоги и неуверенности, поскольку они могут не чувствовать себя готовыми к самостоятельной встрече с миром. Это также может создать чувство зависимости и беспомощности, что может стать проблемой, когда дети вступают во взрослую жизнь.

Родители должны найти баланс между защитой своих детей и разрешением им рисковать и сталкиваться с трудностями, чтобы помочь им развиться в уверенных, самостоятельных личностей. Поощрение независимости, воспитание самоуважения и обучение навыкам решения проблем могут помочь смягчить негативные последствия чрезмерной опеки.

3. Внушение чувства вины. Одно дело спросить ребенка, как бы он себя чувствовал, если бы оказался на вашем месте или на месте кого-то другого в данной ситуации. Однако слишком часто родители доводят это до предела и пытаются заставить своих детей чувствовать себя виноватыми из-за своих мыслей, чувств или действий. Родители, которые используют чувство вины, чтобы контролировать своих детей, рискуют оттолкнуть их.

4. Говорить с сарказмом. Вы используете сарказм, если говорите то, чего не имеете в виду, и подразумеваете противоположное тому, что говорите, своим тоном голоса. Использование сарказма причиняет боль детям, потому что он вызывает чувство стыда. Родители, которые расстроены, могут в конечном итоге говорить таким деструктивным, обидным образом. К сожалению, унижение ребенка с помощью сарказма создает препятствие для попыток эффективного общения.

Снижение самооценки может привести к росту неповиновения. В результате воздействия родительского поведения, описанного выше, дети могут позже выплеснуть эмоции, которые будут ранящими и расстраивающими. Это может включать истерики, высказывание обид, частые споры и игнорирование разумных просьб, как реакция на причиненную родителями боль.

В практике детско-родительских отношений выявленные типы могут проявляться частично, отдельными чертами. Это связано с тем, что один из родителей или бабушки и дедушки, братья и сестры, другие родственники могут давать ребенку недостающее внимание.

Для развития детей в семье имеет значение порядок их рождения¹. Впервые на эту связь обратил внимание австрийский психиатр и психолог А. Адлер. В дальнейшем его теория была развита и обогащена в многочисленных исследованиях. Показано, например, что старшие дети более ответственны, традиционны и честолюбивы, чем последующие, поскольку от своих первенцев родители многого ожидают, возлагают на них особые надежды. У них высока мотивация достижения. В то же время появление второго ребенка может привести к психологической травме, связанной с уменьшением внимания со стороны родителей. А. Адлер называл это «детронизацией», т. е. свержением с трона. У старших детей сохраняется потребность быть единственными, первыми и главными, поэтому они отличаются более высокой конкурентоспособностью в течение самостоятельной жизни. Вместе с тем они получают ранний опыт заботы о младших, опыт лидерства и помощи.

Средний ребенок в большей степени находится в зависимости от других, находится в тени старших. Средние дети более чувствительны к несправедливости, нечестности, к ошибкам, которые совершают другие и особенно — по отношению к ним. Они более коммуникабельны, хорошо работают в группе, нередко достигают прочного успеха в собственном деле.

Младшие дети в семье (особенно девочки) привыкают, что о них все заботятся, за них всё решают, поэтому у них долго сохраняется ощущение всеобщего любимца. У них преобладают позитивные эмоции, развито чувство юмора. Психологи отметили два сценария их развития во взрослой жизни: они либо вступают в конкуренцию со старшими, могут достигать ярких успехов; но часто, привыкая быть любимцами семьи, столкнувшись с трудностями взрослой жизни, становятся «неудачниками», алкоголиками. Они наименее успешны в брачных отношениях. Девушки долго чувствуют себя принцессами, что редко способствует прочности жизни в семье.

¹ Позиция рождения (первый, второй, третий ребенок) называется сиблинговой позицией (от англ. sibling, sibs — братья и сестры в одной семье).

Согласование позиций в восприятии родителей и ребенка важно для взаимопонимания, сотрудничества, гармоничного развития детей в семье. Особенно это важно для подросткового и младшего юношеского возраста. Работа по семейному консультированию показывает, что восприятие в детско-родительских отношениях может быть взаимным, симметричным, комплементарным, враждебно-отчужденным, властно-доминантным, поисковым, кооперативно-направленным. Ассиметричные образы обычно бывают искаженными.

Например, для враждебно-отчужденного типа отношений характерно восприятие другого как эмоционально отвергающего, незаинтересованного. Подростки мало включены в жизнь и заботы взрослых, воспринимают родителей как «чужих людей»; демонстративно отказываются от общения с родителями, протестуют против контроля, скрывают свои проблемы и планы, уходят из дома. Родители часто эмоционально холодны, предпочитают младших детей, открыто осуждают подростков как «неблагодарных и бесчувственных», обвиняют их в прагматизме и корысти.

Для властно-доминантного типа отношений характерно стремление к взаимодействию с обеих сторон (родителей и подростка), но каждому из них важно навязать свое мнение, решение, волю, господство. Поведение подростка определяется желанием доказать свою взрослость, независимость. Родители боятся потерять контроль над ситуацией, опасаются негативных последствий самостоятельного поведения ребенка.

Исследования отношений родителей и подростков показывают, что в их взаимодействии главное место занимает эмоциональная сфера — это принятие и эмоциональная близость. От них зависят авторитетность родителей в семье и удовлетворенность ребенка своим положением в ней.

Если родители не принимают подростка с его возрастными особенностями и стремлениями, в семье превалирует строгость установлений, жесткость наказаний и дисциплины. Это ведет к потере дружеских отношений, доверительности, снижает авторитет взрослых. И, наоборот, высокий уровень принятия, гибкая и более мягкая позиция

родителей в воспитании способствует установлению согласия между родителем и подростком.

Эмоциональная близость означает сопереживание, определяет тип семейного воспитания и его гармоничность, формирует чувство единения и психологической защиты. Авторитетность родителя в глазах младших подростков основывается не только и не столько на компетентности в деловом сотрудничестве, умении согласовывать действия и организовывать совместную деятельность, сколько на эмоциональной отзывчивости, сензитивности к чувствам и переживаниям ребенка и их понимании. Сама же удовлетворенность детско-родительскими отношениями оказывается обусловленной эмоциональной близостью, принятием подростка родителем и отсутствием строгих санкций и жёсткой дисциплины. Эмоциональный, а не деловой аспект детско-родительских отношений оказывается в младшем подростковом возрасте стержневым для обобщенной оценки их гармоничности и степени удовлетворенности этими отношениями¹.

Чем старше ребенок в семье, тем важнее для него опыт самостоятельного решения жизненных задач. Отсутствие такой самостоятельности приводит к тому, что, создавая семью, молодые супруги с трудом переходят от роли «сын/дочь» к роли «муж/жена», тем более что часто встречаются ситуации, когда матери вмешиваются в жизнь взрослых детей. Разумные, всё понимающие, убеждённые, что детям нельзя мешать строить собственную жизнь матери — из благих побуждений — неодобрительно относятся к потенциальной невестке или зятю. Этому есть множество объяснений.

Конечно, взрослому человеку, знающему недолговечность и слепоту юношеской влюбленности, построенной на гормональных взрывах и потребностях, яснее представляется картина будущего собственного ребенка. Родителям взрослых детей не нужно проходить первый фильтр в оценке отношений (физическая привлекательность), они сразу оценивают претендента по социально-демографическому фильтру. Что касается третьего — психологической совместимости

¹ Карабанова О. А. Психология семьи и основы семейного консультирования. — М. : ГАРДАРИКИ, 2005. С. 78—86.

и сходства ценностей, то — поскольку второй фильтр часто кандидатуру не пропускает, то третий становится для родителей не таким важным. К этому добавляется повсеместная неграмотность в сфере отношений, когда о параметрах психологической совместимости в лучшем случае читают в популярных журналах.

Можно возразить на это, что всё-таки есть немало родителей, которые поступают мудро, давая своим детям приобрести опыт самостоятельности, взросления, ответственности. Это бывает бессознательно, когда оценки и решения рассудка дополняются, уравновешиваются сердечностью. Уже с подростком полезно обсуждать такого рода темы. Матери и отцу одинаково важно говорить об отношениях мужчины и женщины и с девочкой, и с мальчиком-подростком, позже — с юношей и девушкой. Полезным такой разговор будет, если он отвечает на потребности и запросы взрослеющего сына или дочери, а не на опасения и тревоги матери, для которой важно, чтобы чадо успешно закончило школу и поступило в институт, а потом удачно составило «приличную» партию.

Основная сложность здесь в том, что у молодого человека и у его родителей разные критерии благополучия, счастья. Фраза «ты потом мне сам (или сама) спасибо скажешь» очень справедлива. Может быть и скажет, когда достигнет возраста своих родителей. Но через двадцать лет в современном мире многое изменится, в том числе и критерии благополучия, а переживание влюбленности, попытка строить собственную жизнь самостоятельно является бесценным душевным опытом для большинства молодых людей.

Особенно трудно разумным и образованным родителям смириться с самостоятельным выбором своих детей при их финансовой зависимости от родителей, а тем более, когда молодая пара живет совместно с прародительской семьёй.

Если личностная зрелость недостаточна, молодая семья формируется с разного рода сложностями, и нередко проблемы молодоженов решают родители и родственники. Весьма часто само стремление создать семью определяется подсознательным или сознательным желанием обрести независимость от родителей, избавиться от их опеки.

В этом случае возникает эмоциональная зависимость от партнера, который, со своей стороны, может оказаться неготовым к ответственности за другого человека. Здесь особенно важно, чтобы родители помогали молодоженам осознавать новые роли, обязанности, ответственность, показывали молодым людям, что семейные отношения во многом определяются соблюдением принципа честности, искренности и доверия. Недопонимания в отношениях идут от того, что партнеру приписывают собственные мотивы и оценки, выстраивают за него модели поведения, а потом расстраиваются, раздражаются, что партнер не соответствует этим моделям.

7.2. Семья как развивающая среда для ребёнка

Решение супругов о рождении ребенка — важнейший этап как в жизни мужчины и женщины, так и семьи в целом. Никто не станет спорить с тем, что это большая ответственность, но и радость — дать жизнь новому существу, породить новую жизнь. И здесь очень важно, как супруги готовят себя к этому событию. При самом серьезном отношении такая подготовка начинается за год до зачатия малыша. Важно подготовить организм и мужчины, и женщины к этому событию. Желательно очистить организм от алкогольных и табачных токсинов. Важно настроить и психику на сотворение новой жизни, на желание привести в этот мир нового человека, в пространство любви. Качество этого пространства тоже нужно осознавать и заботиться о его повышении. Конечно, такое отношение к зачатию новой жизни — еще довольно редкое явление, и всё-таки примеров существует немало. По крайней мере, можно осознать, как это происходит в жизни каждой супружеской пары.

С момент зачатия женщина живет с ребенком единым целым. Широко известно, что питание женщины в этот период, вещества, которые попадают в ее кровь, проходят через формирующийся организм плода. Поэтому так важно не курить и не употреблять алкоголь. У эмбриона нет защиты от токсинов, которые циркулируют в крови женщины. Это было известно с древнейших времен. Недаром жениху и невесте на старинных свадьбах не разрешалось даже пригубить

хмельной напиток, чтобы возможное зачатие не происходило под влиянием вредных веществ.

Вполне понятно, что эмоциональное состояние женщины также влияет на развитие будущего ребенка, потому что любая эмоция — и положительная, и отрицательная — связана с выбросом в кровь гормонов и всякого рода нейропептидов, которые вырабатывает мозг человека.

Однако современные исследования специалистов по перинатальной физиологии и психологии (перинатальный — относящийся к дородовому периоду, родам и первому времени после них) свидетельствуют о более глубоких связях между женщиной и ребенком на этапе беременности. Не только еда и эмоции, но и мысли матери влияют на его развитие. Зарубежные и отечественные учёные доказывают, что чувства ребенка, его мозг начинают работать очень рано. Долгое время акушеры считали, что плацента матери защищает ребенка от вредных веществ в её организме. Современные исследования говорят, что плацента не изолятор, а скорее передатчик всех состояний матери.

Врачи приводят неоспоримые доказательства, что эмоциональное, психологическое и интеллектуальное развитие человека начинается во внутриутробном периоде. Неродившийся ребенок способен видеть, слышать, переживать и на примитивном уровне даже обучаться. Многолетние наблюдения учёных-перинатологов подтверждают, что ребенок становится счастливым или несчастным, агрессивным или мягким, спокойным или раздражительным в своей последующей жизни во многом в зависимости от того, какие сигналы плод получал в утробе. К 12–14 неделям внутриутробного развития у ребёнка формируются все органы и системы жизнедеятельности, и для него уже важно, в каком состоянии духа находится мать (это относится и к отцу, который непосредственно влияет на состояние женщины)¹.

¹ Перинатальная психология и медицина. Профилактика, психокоррекция, психотерапия нервно-психических расстройств: сборник по материалам II научной конференции — СПб., 2003. С. 19—20.

Кроме того, имеются данные, которые говорят, что состояние женщины во время беременности влияет на формирование половых органов ребенка. Существуют критические периоды, когда любые, особенно гормональные сверхвоздействия отрицательно сказываются на дальнейших психосексуальных характеристиках гендерного поведения ребенка¹. Это может быть одной из существенных причин искажения половой ориентации человека в дальнейшей его жизни.

О влиянии состояний матери и отношений в семье в целом на формирование ребенка хорошо знали наши предки.

Подготовка женщины и мужчины к рождению малыша в славянской культуре (да и во многих других тоже) традиционно осознавалась как важнейший этап в жизни семьи, сопровождалось большим количеством обрядов, установлений. Регламентировались питание беременной женщины, виды работ (нельзя мотать нитки, вышивать и шить в определенные дни или в течение всего периода беременности) и участие в общественных празднествах. Повитуха учила мать (особенно молодую) приемам ухода за новорожденным. Особое значение имело кормление ребенка грудью, традиция предусматривала способы увеличения лактации (количества молока), формы взаимопомощи (женщина, у которой было много молока, выкармливала и ребенка соседки, если у той молока было недостаточно), ограничение сроков грудного вскармливания примерно полутора годами («три поста») и способы отучения ребенка от груди. В комплекс материнства входили и народные методы лечения детских болезней (бессонницы, дистрофии, аллергических заболеваний, а также беспокойного поведения), среди которых значились как приемы фитотерапии и массажа, так и магические действия².

Этнографы выявили, что многие обряды непосредственно перед родами муж и жена выполняли вместе (снимали с себя пояса, развя-

¹ Синягина Н. Ю. Современная молодая семья: взрослые и дети. — СПб. : КАРО, 2007. С. 79.

² Мужики-бабы: Мужское и женское в русской традиционной культуре: иллюстрированная энциклопедия / авт. Д. А. Баранова, О. Г. Баранова, Т. А. Зимина и др. — СПб. : Искусство, 2005. С. 525—531.

зывали все узлы на одежде, перешагивали трижды через верёвку и т. д.). В Орловской губернии, например, муж не только копировал поведение роженицы, но и переодевался в женскую одежду, повитуха заставляла его надеть поверх мужской одежды женскую, а на голову повязать бабий платок. Если муж не был с рожавшей женой, ему давали ложку каши, перемешанную с солью, перцем, вином и пивом, «чтобы чувствовал тяжесть жениных мук при родах». В Тверской и Смоленской губерниях в день рождения младенца или во время крестин гостям полагалось причинить его отцу боль, в частности, его тянули или «драли» за уши¹ (вот откуда идёт обычай таскать за уши человека в день его рождения).

В некоторых северных волостях на Руси настоящим отцом считался только тот мужчина, который сам принимает на свет своих детей. Такие отцы имели право становится главой рода и семьи даже при живых родителях, имели большую силу голоса при решении семейных проблем. Считалось, что только физически и духовно сильный мужчина может быть полезным при родах, а слабого туда допускать нельзя².

Обобщая практики многих народов по поведению женщины во время беременности и ее подготовки к родам, Н. П. Коваленко выделяет те общие черты, которые были свойственны большинству традиций в этой сфере:

- чистота и опрятность жилья;
- умеренное облегченное, но качественное питание;
- хорошие отношения с членами семьи и окружающими людьми;
- позитивное ожидание ребенка, с радостью и уверенностью в целесообразности его прихода в жизнь;
- умение любить и ценить силу и красоту окружающей природы — источника жизни;

¹ Мужики и бабы. Мужское и женское в русской традиционной культуре. С. 532—533.

² Коваленко Н. П. В добрый путь к успешным родам! — СПб. : Петрополис, 2009. С. 36.

— умение позитивного оформления своих мыслей и чувств посредством песен, наговоров, сказок;

— умение управлять своим телом и верить в свои физические и духовные силы;

— позитивное отношение к жизни вообще.

Все остальные условия (участие мужа в родах, позы, место родов, обряды, приметы, запреты) могут изменяться в зависимости от культуры конкретного общества и самих супругов.

Современные практики подготовки женщины и мужчины к зачатию, поведению во время беременности и родам во многом опираются на тысячелетние традиции в этой сфере, когда речь идет о пренатальной психологии и культуре обоих супругов. Большое внимание уделяется образовательным, воспитательным и оздоровительным мерам, которые готовят женщину к родам и позволяют ей правильно настраиваться в период беременности, организовывать вокруг себя комфортные цветовые, звуковые, вкусовые ощущения и режим физической активности. Женщин учат общаться с ребенком во время беременности, посылать ему любовь, позитивные эмоции ожидания и радости.

Информация, приведенная в данном параграфе, не исчерпывает того объема информации, который полезно освоить будущим родителям в период планирования и ожидания рождения ребенка. Её необходимо осваивать через книги, посещая занятия в женской консультации, специальные тренинги и семинары. Здесь необходимо лишь обратить внимание молодых родителей на важность этого периода в жизни семьи.

Наверное, многие, особенно любящие и ответственные родители, согласятся с тем, что вместе с растущим ребенком они сами по-новому осваивают мир, видя его глазами своего сына или дочери, читая ему книги или помогая делать уроки в школе. Проходя этап за этапом развитие своего ребенка, родители действительно узнают много нового о мире, о себе и о взаимоотношениях друг с другом. Однако эта тема может быть рассмотрена значительно глубже, если родители понимают, какие психологические изменения происходят

в сознании ребенка на каждом этапе его развития, и соответственно, сознательно меняются сами.

В процессе роста и взросления ребенок проходит несколько так называемых сензитивных¹ периодов, т. е. времени, когда в человеке наиболее интенсивно развиваются те или иные качества, он особенно чувствителен ко всему, что даёт «пищу» сердцу или уму. Рассмотрим их с точки зрения того, как эти периоды важны для молодых родителей, развития их собственной личности и психологической зрелости.

Ещё до рождения ребенка сознание будущих родителей значительно меняется. Уже сама беременность становится этапом формирования нового состояния в жизни женщины — чувства материнской любви. И это естественно, что она просыпается, так как женщина должна быть готова выполнить функции матери.

Лучшие художники мира изображали на своих полотнах глубину чувств, которые испытывает женщина, вынашивая новую жизнь. Одновременно это новое состояние заставляет женщину погружаться в свои ощущения, нередко плохое самочувствие. Ощущение важности предстоящего события и собственной значимости в связи с этим может изменить её поведение от женского к материнскому.

После рождения малыш нуждается не только в уходе и кормлении, он интенсивно осваивает окружающий мир, учится быть среди людей. Именно в этот период формируются многие его потребности, которые впоследствии будут определять уверенность в себе и в отношениях с окружающими. В этот период родители способны испытать неповторимые состояния. Их осознанное проживание обогащает и наполняет жизнь и женщины, и мужчины, служит их дальнейшему собственному развитию, а не только развитию ребенка. В частности, отцовство позволяет мужчине испытать чувство любви, отличающееся от любви к женщине (особенно недостаточно женственной в общении и проявлениях). Это иная эмоциональная близость, которая меняет личность мужчины, расширяет диапазон

¹ Сензитивный (от слова «сенсус» — чувства) — период наибольшей чувствительности к воздействиям внешнего мира.

его чувств и эмоций. Это особенно проявляется, когда ребенок маленький, в общении с дочерьми.

После года, когда ребёнок начинает ходить и постепенно всё больше говорить, в его жизни наступает период активного освоения мира вещей. В вещах, которые окружают ребёнка, концентрируется опыт многих поколений людей. Через вещи и предметы (одежда, посуда, мебель), а также игрушки ребёнок осваивает культурные достижения той среды, в которой он родился и, главное, развивает свои разнообразные умения. Вещи — это овестьвлённые способности человечества, а также традиции их использования. Ребёнку нужно помогать овладевать окружающими его предметами, взаимодействовать с ними. Возраст с двух до четырёх лет психологи называют периодом «я сам» и даже выделяют «кризис трехлетнего возраста». Ребёнок становится как будто неуправляемым, непослушным и капризным, множество раз повторяет одни и те же действия, в том числе и те, которые ему не разрешаются. И здесь родителям есть чему поучиться у своего сына или дочери.

Вдумайтесь: человек, которому от роду два-три года, хочет самостоятельности, хочет что-то делать сам. Он проявляет строптивость, не слушается. Он бросает игрушки, отрывает колёса у автомобиля, лапы у медведя или крылья у бабочки, топает по лужам и без конца пачкает красивую одежду. Он надевает рубашку наизнанку и застёгивает не на те пуговицы. Все эти и тысячи других действий позволяют ему осваивать мир предметов. Так развиваются его умения, способности и, главное, чувство «могу».

Это важный «урок» для любящих родителей, прежде всего матери. Дети учат её, что близкий и «подчинённый» человек может проявлять свою волю, что нужно прислушиваться к его запросам, идти вслед за его развитием, а не за собственными «правильно», «нужно», «быстро».

В дальнейшем таких ситуаций, когда ребенок (и муж) будут «не слушаться», станет всё больше. Важно понять, что послушное чадо, особенно мальчик, это очень удобно для мамы, но вредно для самого ребёнка.

Сказанное вовсе не значит, что малышу всё позволено, что для него нет ограничений и запретов. Но разрешений и свободы действия у него должно быть больше. Здесь тоже действует закон — любовь без свободы превращается в рабство. Конечно, когда речь идёт о малыше двух-трёх лет, никому в голову не придёт называть любвеобильную и «правильную» опеку матери рабством или даже подчинением. Но когда видишь, как молодая мама раздражается на маленького ребенка, стыдит его, кричит, шлёпает, то особенно ясно, что он отражает её внутреннее состояние и потому упрямится, нервничает или плачет. И маму в такой момент заботит не сам малыш, а то, что о ней скажут другие или её собственная усталость.

Учиться любить так, как это нужно другому человеку, — вот урок, который помогают освоить родителям маленькие дети.

Следующий период детского развития — с четырех до семи лет — освоение социальных ролей. Дети играют в разные ролевые игры (продавца, водителя, лётчика, врача и т. п., в зависимости от того, с чем они сталкиваются в своей жизни). Понаблюдать за детьми в этих играх, послушать, как и что они говорят, — для родителей (и всех других воспитателей) означает «посмотреть на себя в зеркало». Это период интенсивного развития сферы «хочу» в разного рода отношениях. И дети здесь копируют взрослых буквально. Родители часто смеются, услышав диалоги детей, пересказывают их своим знакомым, считая, что всё это милые детские забавы, шалости, но узнавать себя и своих знакомых в этих играх не особенно стремятся.

В этот период детям читают много сказок и историй. Обычно на ночь, чтобы ребёнок спокойно и быстро заснул. А дети нуждаются в обсуждении всех этих историй, потому что они осваивают ролевое поведение героев.

Полезно осознать и те ситуации, когда дети не умеют играть, не умеют себя ничем занять. Это часто бывает, когда родители сами не умеют интересно отдыхать. Досуг сводится к бытовым занятиям и телевизору. Если у ребенка нет друзей, в семье которых досуг организован и посвящен каким-либо занятиям, то ролевые игры ребенка обедняются.

Игры детей старшего дошкольного возраста отражают взаимоотношения родителей в семье и могут служить им «зеркалом», а также ситуациями для осознания.

На этом этапе нужно особенно отметить роль отца в воспитании и мальчиков, и девочек. В этот период отцы гораздо более охотно и часто общаются с детьми, чем это бывает в младенческом возрасте, когда ведущая роль принадлежит матери.

Выше много места уделено обсуждению уроков, которые преподносят своим родителям дети дошкольного возраста. Это не случайно. Всё, что ребенок усвоит до шести-семи лет, уходит в его подсознание и затем влияет на его взрослую жизнь. Уже в зрелом возрасте родителям приходится возвращаться в своё собственное детство, чтобы «исправлять» искривления, возникшие в тот период.

Молодых родителей учат не только маленькие дети. Каждый последующий период дает родителям возможность осознанно строить отношения с взрослеющим сыном или дочерью. Особенно это трудно для многих в подростковом возрасте, когда начинается период социального самоутверждения для ребенка. Точно так же, как матери было страшно, когда малыш стремился залезть на деревянную горку, лестницу, бегал и кувыркался, но ему нужно было дать свободу действовать, так и в этот период необходимо мудро пройти между страхом за подростка, стремящегося к самостоятельности, и необходимостью эту самостоятельность ему предоставить. Запреты, угрозы, наказания на большинство подростков слабо действуют. Помогает любовь, проявляющаяся в уважении, обсуждении ситуаций, доброжелательности, доверии при воспитанной ранее ответственности.

Урок для родителей подростка заключается в умении выстраивать отношения без сильной эмоциональной привязанности. Ссоры, конфликты с ребенком этого возраста говорят о том, что родители по тем или иным причинам ломают его личность.

Если такие конфликты есть (так же, как и ссоры с мужем, алкоголизм или измены), значит, на ранних этапах развития отношений были допущены ошибки, которые нужно осознать и менять своё соб-

ственное поведение. Нередко такое изменение меняет ситуацию в семье к лучшему.

7.3. Усыновленные и приемные дети в семье

Социально-экономические потрясения, которые наша страна пережила в конце XX века, имели значительные демографические последствия. В те годы не только снизилась рождаемость, но и подверглись разрушению многие социальные ценности (среди них — ценность семьи, материнства и отцовства). Активно насаждаемый тип человека-потребителя, индивидуалиста, удачливого игрока при расшатывании духовно-нравственных ценностей привел к ранним сексуальным связям, рождению нежелательных детей, от которых матери отказываются в родильном доме. Распространение алкоголизма и наркомании, криминального образа жизни привело к тому, что существенное количество родителей оказывались лишенными родительских прав или были отправлены в места лишения свободы, умирали в молодом возрасте.

Количество сирот, безнадзорных и беспризорных детей в начале 90-х годов оказалось даже большим, чем после Великой Отечественной войны. Для того, чтобы справиться с этой проблемой, государству понадобилось больше десяти лет. Открывались детские дома, интернаты, приюты, центры временного содержания несовершеннолетних правонарушителей. Широкое распространение получили усыновление и опека несовершеннолетних. Через несколько лет такой работы выяснилось, что жизнь в детских организациях, даже при достаточном материальном обеспечении, не создает условий, жизненно необходимых каждому ребенку. Дети не получают достаточной индивидуальной любви и внимания. Живя долгое время на государственном обеспечении, они не получают самостоятельного опыта ведения хозяйства, включения в заботы семьи, знакомства с экономикой и строительством семейного быта и обязанностей.

С середины первого десятилетия в 2000-е годы активно стали развиваться семейные детские дома и детские деревни. Суть их заключалась в том, что малодетная (или многодетная) семья брала на

воспитание детей-сирот так, чтобы в семье воспитывалось 10–15 детей, а родители получали заработную плату как служащие в детской организации. Детские деревни включали несколько таких семей (иногда они организовывались как единая коммуна), которые вели натуральное хозяйство. Опыт семейных детских домов был как положительным, так и отрицательным. Всё зависело от регулярности его финансирования и, в первую очередь, от искренности и опыта приемных родителей.

Усыновление — это специальная мера защиты ребенка, при которой юридически устанавливаются родственные связи между ребенком и человеком или супружеской парой, не являющимися его родными отцом и матерью.

Детско-родительские отношения при усыновлении — одногодних или нескольких детей в семью — часто складываются непросто. Усыновление (сюда же относится и удочерение) — это отношения, построенные не на кровном родстве. Оказалось, что трудности, с которыми сталкиваются родители, с родным ребенком переживаются иначе, чем если ребенок неродной. Это связано с тремя основными факторами.

Во-первых, если супруги решаются на усыновление ребенка, их мотивация, как правило, очень высокая. Обычно это муж и жена, которые не способны иметь детей (по причине бесплодия, позднего возраста, гибели собственного ребенка). Включая в свою семью маленького, они стараются создать ему самые комфортные условия, нередко балуют, потворствуют капризам, опасаясь, что ребенок будет чувствовать себя неродным. Или наоборот — воспитывают строго, чтобы «он не проявил природных склонностей». Определенные трудности возникают во взаимоотношениях, если в семье уже есть кровные дети.

Во-вторых, планируя усыновление ребенка, родители рисуют в своем воображении некие картины «счастливой жизни», надеются, что ребенок поможет преодолеть негативные ситуации, назревающие в бездетной семье. Если новые отношения не соответствуют ожиданиям (а в реальной жизни так почти всегда и бывает), наступают

разочарование, напряжения, конфликты, нередко угроза развода или охлаждения отношений между супругами.

В-третьих, это особенности самого ребенка. Даже если его взяли в приемную семью в самом раннем возрасте, он может иметь опыт «пренебрегающего вынашивания», когда будущая мать не желала этого ребёнка, курила, употребляла алкоголь, жила в страхе и напряжении. Все эти факторы обязательно влияют на состояние здоровья и нервную систему малыша. Имеют значение и возможные наследственные болезни. В исследованиях по психогенетике неоднократно доказывалась генетическая обусловленность психологических характеристик. Так, в середине XX века в США было обследовано 300 семей, усыновивших одного или двоих детей вскоре после их рождения. В выборку вошли только представители белой расы среднего класса (к ним относились и биологические матери). Средний возраст усыновленных и родных детей при первичном обследовании интеллектуальных и личностных характеристик равнялся восьми годам. Повторное исследование, проведенное через десять лет, показало статистически значимые результаты: сходство характеристик усыновленных детей и биологических матерей было существенно выше, чем с социальными родителями по всем измеренным психологическим показателям¹.

Перечисленные сложности являются причиной высокого процента отказов от приемных детей, их возвращения в детские организации или жестокого обращения с детьми, их подавления и частых наказаний.

Государственное попечение призвано создать детям-сиротам благоприятные условия для их воспитания и развития. Для этого отдельной строкой государственного бюджета финансируется содержание и психолого-педагогическое обеспечение специализированных детских организаций: детских приютов, домов ребенка, детских домов, школ-интернатов. Также осуществляется финансовая поддержка детей, помещенных во временную или приемную семью.

¹ Равич-Щербо И. В. Цит. по: Векилова С. А. Психология семейных отношений : конспект лекций. — М. : АСТ, 2004. С. 115–117.

Ребенок, оставшийся без попечения родителей, может попадать в разные типы приемных семей (опекунская семья или семья усыновителя). Разница между ними заключается в том, что в первом случае для ребенка находят людей, с которыми он связан родственными узами, во втором роль семьи выполняют люди, не имеющие родственных связей с ребенком.

Опекунская семья, таким образом, предполагает родственные связи (прямые или косвенные) ребенка с опекуном. Определяют опекуна органы опеки и попечительства на основании решения суда. В задачу опекуна входят воспитание и развитие ребенка, защита его прав. Опекун осуществляет контроль за сохранением и использованием имеющегося у несовершеннолетнего ребенка движимого и недвижимого имущества, но сам не имеет права распоряжаться этим имуществом.

Еще одна разновидность приемной семьи — временная приемная семья. Ее деятельность необходима тогда, когда дети в срочном порядке изымаются из семьи в силу различных обстоятельств, таких как кризисная ситуация в родной семье, болезнь, смерть или отсутствие родителей. Деятельность временной приемной семьи предполагает пребывание ребенка в ней до решения его дальнейшей судьбы (возвращения в родную семью, направления в детский дом, интернат или другое учреждение). При возвращении ребенка в родную семью предполагается устранение тех условий, при которых ребенок ранее был изъят из неё (лечение родителей, реабилитация кризисной семьи и др.).

Усыновление и принятие в семью приемного ребенка (в первом случае тайна усыновления обычно скрывается, во втором — открыта для него) порождает множество сложностей в адаптации к новым условиям жизни всех членов семьи. В последние годы с супругами, намеренными усыновить ребенка или взять его на попечение, проводится предварительная работа по психолого-педагогическому просвещению. На занятиях будущим родителям рассказывают о сложностях детской психологии, трудностях установления взаимоотношений, способах разрешения конфликтов. Це-

лью такой работы является создание условий для нормального воспитания и развития ребенка в семье.

Этап подбора детей для усыновления предполагает сбор сведений не только о жилищных условиях, материальном положении, мотивации усыновления, но и о психологических особенностях родителей, для того чтобы подобрать ребенка по возможности психологически совместимого с приемными родителями.

Супруги, подавшие заявление на усыновление, заполняют множество опросных листов, где дают личностную самооценку, описывают историю семьи, характеризуют свой образ жизни, религиозную принадлежность членов семьи, состояние здоровья супругов, материальное состояние, мотивы приема детей в семью и другие данные. Выбор данных зависит от типа приемной семьи (опекунская, семья усыновителя или временная приемная семья).

Контрольные вопросы:

1. Какие показатели определяют качество детско-родительских отношений?
2. Каковы различия в мотивации материнства и отцовства в молодой семье?
3. Дайте характеристику тех умений, которыми важно овладеть родителям на разных этапах строительства отношений с собственными детьми.
4. Какие факторы влияют на сложности отношений с усыновленными и приемными детьми?
5. Какие меры принимаются государством для социализации и благополучного развития детей-сирот и детей в приемных семьях?

ТЕМА 8

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

8.1. Методы семейной терапии.

8.2. Цели и методика семейного консультирования.

8.1. Методы семейной терапии

Начиная курс семейной психологии, мы отмечали, что исследователи большее внимание обращают на семьи неблагополучные (деструктивные, дисфункциональные), пытаюсь понять, какие объективные и субъективные факторы, условия разрушают семейные отношения. Многие из этих факторов и условий мы рассматривали в предыдущих темах. Одновременно с изучением семьи практические психологи на протяжении XX столетия постоянно искали эффективные пути помощи семьям, которые испытывают трудности, находятся в кризисе, но хотели бы сохранить и улучшить семейную ситуацию. Рассмотрение истории развития семейной терапии на протяжении XX века показывает, как постепенно, шаг за шагом, теория за теорией накапливались знания, которые в наше время работают как комплексные, системные техники.

Прежде всего, разберемся в некоторых понятиях, которые используются в практике семейной терапии и консультации. Коррекционная работа с семьей началась в рамках медицины. Психиатры и психотерапевты, работавшие с больными детьми, первыми обратили внимание на влияние семейных взаимоотношений на психику ребенка. И, по воззрениям первых специалистов, помочь таким больным можно было лишь изолировав ребенка от влияния семьи. Такого подхода придерживался, например, З. Фрейд, а в 1930-е годы — К. Роджерс, основатель клиент-ориентированной терапии. Считалось, что помощь возможна, если клиент освобождается от своих страхов, осознает причины своих трудностей. Семья «мешает» в этом процессе, поэтому терапия велась как индивидуальная.

Лишь в 50-е годы XX века стали высказываться мнения о том, что семью можно лечить как целостный организм (целостную систе-

му), тогда и дети будут быстрее выздоравливать, к тому же возвращаться в нормальные, нетравмирующие условия. В 1950-е годы коррекционная работа с семьей стала рассматриваться как самостоятельная задача, которую можно решать психологическими методами. В теорию и практику вошли понятия «психотерапия» и «терапия семьи». Терапия — это лечение. В отличие от психиатра, который занимается в основном органическими изменениями в психике и лечит лекарствами, психотерапевт занят лечением хронических способов реагирования человека на те или иные ситуации. Психолог (в процессе психологической консультации) изменяет отношение человека к себе, другим людям или отношение к ситуациям, событиям, поступкам. Деятельность психотерапевта и психолога близка тем, что они используют в качестве средства воздействия слово. Как правило, изменить ситуацию психолог не может, но изменить отношение к ней вполне возможно.

Помощь в трудных жизненных ситуациях стала рассматриваться по двум основным направлениям. Индивидуальная терапия помогала клиентам осознавать происхождение трудностей, с которыми они сталкиваются в жизни и семье. Семья понимается как среда, создающая эти трудности. Если меняется человек, меняются отношения в семье.

Семейная терапия рассматривает семью как доминирующую силу в жизни людей; если изменить организацию семейных отношений, меняется поведение человека. Практически любые проблемы поддаются лечению в процессе и индивидуальной, и семейной терапии. Однако трудности во взаимоотношениях с детьми, недовольство браком, семейная вражда, семейные кризисы продуктивнее решает работа с семьей как целостным организмом.

Свое начало семейная терапия берет с середины 1950-х годов¹. В 1951 году научная группа Г. Бейтсона в Филадельфии получила грант на исследование коммуникаций, которые изучались на малых группах, включая семью. Оказалось, что сбой в семейных коммуни-

¹ Николе М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепция и методы / пер. с англ. 5-е междунар. изд. — М. : Эксмо, 2004. — 960 с.

кациях приводит к нездоровому поведению членов семьи, особенно детей, и такое поведение — это адаптация человека к нарушению отношений. Исследователи обратили внимание на руководство и подчинение в семье, нарушение отношений в ситуациях, когда кто-то не желает подчиняться руководящим указаниям. Семейная стабильность достигается при помощи обратной связи, которая регулирует поведение членов семьи. Например, при ссоре родителей ребенок может заболеть или капризничать, чтобы объединить родителей, т. е. отклонение сохраняет равновесие.

Последователи Г. Бейтсона предложили множество техник для восстановления равновесия отношений (гомеостаза) в семье. Главной из них был анализ коммуникаций. Впервые были применены методы краткосрочной терапии семейных отношений — за один-два сеанса, в то время как психоанализ требовал множества сеансов, которые длились месяцами. Внимание терапевта направлялось на контекст отношений в семье и то, какую функцию в ней играет пациент. Психолог обращал внимание пациента на сущность ситуации и говорил, как нужно вести себя правильно. Например, в ситуации «я боюсь делать ошибки» следовала рекомендация — «делай ошибки специально». Такой прием вошел в технику работы с клиентами. Еще один прием — работа не только с диадой (мать — ребенок, муж — жена), но и с триадами (мать — ребенок — бабушка; муж — жена — ребенок). В триаде отношения более сложные.

В. Сатир добавила в теорию семейной коммуникации понятия чувств и семейных ролей. В книге «Вы и ваша семья» (1972) автор рассматривает роли, которые встречаются в семейных отношениях: жертва, миротворец, адвокат, бунтарь, обвинитель и др. Члены семьи принимают на себя эти роли, привыкают к ним, их трудно переменить. Но застревание в одних и тех же ролях делает семью ригидной, затрудняет взаимодействие. Роли ограничивают отношения и подрывают самоуважение. Соответственно, коррекция строилась на прояснении типа коммуникаций в семье и её перестройке на основе установления правил в отношениях, а также умения выражать свои чувства. Принятие другого и дружелюбие — основа благополучной семьи.

В 1960-е годы в США понятие «семейная терапия» получило распространение и широко внедрялось в практику работы терапевтов и психологов. Специалисты впервые сконцентрировались на оценивании и изменении интеракций (взаимодействия, взаимовлияния). Одновременно апробировалось множество практических видов терапии — проблеморешающая, системная (семья — единый организм), психоаналитическая (поиск начальных точек конфликта), стратегическая (работа с парадоксальными заданиями в семье), сетевая (работа со всеми родственниками, соседями, где анализировались конфликтные точки, находился компромисс), групповая (одновременно работа с 4–6 семьями, имеющими сходные проблемы), множественного воздействия (собирались семьи из всего штата, и шло просвещение по определенным вопросам семейного взаимодействия). Терапевт в этой работе лидировал, предлагая «здоровый», «правильный» тип отношений. Позже наметилась тенденция отдавать поиск гармоничных отношений самим членам семьи, а терапевт, психолог лишь помогал в этом процессе.

Особенно активно семейная терапия развивалась с начала 1970-х годов. Возникло несколько научно-практических школ, которые готовили специалистов в этой сфере. Предлагались всё новые техники работы с семьей. Сложилось несколько устойчивых моделей, которые распространились по всему миру. Широко известной стала школа С. Минухина, который разработал последовательную «структурную» модель работы с семьёй и организовал обучение специалистов со всего мира. В 1970 году Филадельфийская детская клиника стала лидирующим мировым центром семейной терапии и обучения. Книги С. Минухина «Семья и семейная терапия» (1974) и «Лечение семьи» (1993) стали самыми популярными книгами по этим вопросам, предлагая простую и ясную модель действий психолога.

Техники структурной семейной терапии сводились к двум общим стратегиям. Во-первых, терапевт должен приспособиться к семье, чтобы присоединиться к ней и убрать сопротивление, выявить структуру семьи; во-вторых, вести пошаговую работу по реструктуризации отно-

шений. Использовались активные приемы, разрушение дисфункциональной структуры путем укрепления размытых границ семьи.

Однако применение структурной модели в конкретных социокультурных условиях в разных странах привело к размыванию методов, разработанных в клинике С. Минухина. Методы индивидуальной и семейной терапии стали смешиваться, обогащаться техниками психотерапевтической работы с личностью. Интегративная семейная терапия использовала экспрессивные методы, построение «семейной скульптуры». Экзистенциально-гуманистическая терапия в индивидуальной работе опирается на разрешение внутреннего конфликта с реалиями существования — смерть, свобода, изоляция, бессмысленность. Цель жизнеизменяющей психотерапии — помочь клиенту почувствовать себя способным на большее в своей жизни. Такое самовосприятие позволяет видеть выбор там, где жизнь воспринимается как вынужденная и несвободная.

В 1990-е годы доминирующим направлением в практике помощи семье стал социальный конструктивизм. Это направление работы с личностью и семьей строится на идее, согласно которой наш опыт есть функция способа, которым мы мыслим о нем. Иными словами, «как думаешь, так и живешь», в каком свете рассматриваешь свою жизнь, в таком она и организуется. В этом же русле строится нарративная терапия, ведущая техника которой — это повествование о собственной жизни¹. Любую историю можно рассказать с разных точек зрения. Многие люди воспринимают свою жизнь, подчиняясь множеству социальных стереотипов. Опираясь на эти стереотипы, человек излагает события окружающей его жизни и свою роль в ней. Анализ вариантов такого рода повествований является содержанием работы терапевта с клиентом.

В России исследования по семейной психотерапии активно стали разворачиваться в конце 60-х годов XX столетия, но основоположником этого направления считается И. В. Маляревский, который в 1882 году открыл первое в Санкт-Петербурге детское лечебно-воспитательное заведение. Обладая опытом педагога и психиатра (он

¹ Англ. narrative — история, повествование.

основал уникальный журнал «Медико-педагогический вестник»), он разработал учение о «семейном лечении» психических расстройств детей и подростков, в связи с чем проводил изучение условий жизни ребенка в семье и просветительскую работу с родственниками больных детей.

Так же, как на Западе, становление отечественной семейной психотерапии проходило в рамках исследования психопатологий детей и изучения, в связи с этим, семейных условий, в которых проходит их развитие. В Психоневрологическом институте имени В. М. Бехтерева проводили исследования и практическую работу с семьями такие ученые, как А. Е. Личко, Э. Г. Эйдемиллер, А. И. Захаров, Т. М. Мишина, В. К. Мягер.

В развитии отечественной семейной психотерапии выделяется три основных этапа¹.

Первый этап — «психиатрический» — утверждал представления о семье как взаимодействии нескольких индивидуальностей. Знание их особенностей позволяло специалисту дать рекомендации по улучшению качества жизни семьи в целом и каждого в отдельности.

Второй этап назван «психодинамическим» (психоаналитическим). В центре внимания специалистов — сформированные в детском возрасте неадекватные модели поведения, переносимые впоследствии личностью в супружеские и детско-родительские отношения в собственной семье. Терапия заключалась в выявлении этих моделей, работе по анализу и осознанию травм, нанесенных в детстве, и освобождению взрослого человека от стереотипных реакций на травмирующие ситуации.

На третьем этапе стала развиваться системная семейная психотерапия. В её основе лежал синтез системного подхода и психологии отношений, разработанной в нашей стране известным психологом В. Н. Мясищевым.

Рассмотрение семьи с точки зрения системных отношений позволило Э.Г. Эйдемиллеру разработать оригинальную концепцию па-

¹ Эйдемиллер Э. Психология и психотерапия семьи: монография / Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. 4-е изд., перераб. и доп. — СПб. : Питер, 2009. — 672 с.

тологизирующего семейного наследования. Ведущим принципом семейной психотерапии, развиваемой в рамках этого направления, является принцип взаимного принятия (акцептации) психотерапевта и семьи как целого. При этом условии в работе терапевта устанавливается взаимное доверие, повышается мотивация работы членов семьи по гармонизации семейных отношений и взаимодействия.

Несмотря на различия концептуальных и методологических подходов к психотерапии семьи, разнообразие методов и технологий коррекционной работы с семьёй, можно выделить то общее, что объединяет специалистов-практиков — все они обращаются к семье как к целому, как к единому организму, составные части или элементы которого тесно взаимосвязаны, а нарушение функционирования любого из них неизбежно приводит к разрушению всей семейной системы.

8.2. Цели и методика семейного консультирования

Консультационная работа с семьёй по сравнению с семейной психотерапией представляет собой относительно новое направление оказания психологической помощи семье. Своим рождением (или институализацией) семейное консультирование обязано ряду событий, изменивших устоявшуюся практику коррекционной работы с семьёй. Среди таких знаковых событий следует отметить переориентацию психоанализа на работу с семьёй как в форме детско-родительских отношений, так и в форме совместной супружеской терапии в 1940-х годах; начало разработки системного подхода Н. Аккерманом; создание Дж. Боулби теории привязанности; распространение бихевиоральных методов диагностики и терапии на работу с семьёй и создание совместной семейной психотерапии В. Сатир.

Реляционный подход Н. Аккермана (ARA) — это реляционно-системный подход к консультированию и психотерапии, который фокусируется на помощи семьям и парам в поиске способов понять, восстановить или реструктурировать наиболее важные для них отношения. Разработанный в Институте семьи Н. Аккермана в Нью-Йорке, ARA предназначен для укрепления и прояснения отношений

между членами пары или семьи и для предоставления им возможности создавать безопасные, заботливые и поддерживающие отношения; АРА направлен на устранение или уменьшение симптома или проблемного поведения с одновременным улучшением межличностных отношений в семье или паре. Это требует процесса терапии, в ходе которого члены семьи или пары привлекаются к активному решению существующей проблемы и сотрудничеству друг с другом и терапевтом.

Разработчик подхода Н. Аккерман отказался от доминирующего в середине XX века взгляда на семейную терапию как факультативную по отношению к индивидуальному психоанализу, назвав семейную терапию основным инструментом в лечении детей. Н. Аккерман первым ввёл практику аудиовизуальной документации клинической работы, которая стала краеугольным камнем в обучении семейных терапевтов. Многие из подходов и методов, которые в настоящее время считаются основополагающими процедурами в области семейной терапии, были разработаны и практиковались Н. Аккерманом в годы его работы в Институте семьи в Нью-Йорке.

Авторы теории привязанности Дж. Боулби и М. Эйнсворт утверждали, что паттерны поведения, сформировавшиеся в раннем детстве во взаимодействии матери и ребенка, переносятся нами во взрослую жизнь и проявляются в романтических отношениях с партнером определенным образом (табл. 5).

Исследования выявили четыре различных стиля привязанности у взрослых, каждый из которых соответствует детским стилям привязанности и влияет на то, как мы: 1) воспринимаем и управляем эмоциональной и сексуальной близостью; 2) сообщаем о своих эмоциях и потребностях и прислушиваемся к нашим партнерам; 3) реагируем на конфликт; 4) формируем внутренние рабочие модели наших ожиданий относительно партнера и отношений.

Паттерны привязанности и особенности их проявления

Тип привязанности	Условия и особенности проявления в детстве	Особенности проявления в отношениях с партнером
Тревожно-избегающий тип привязанности	Такие мамы, как правило, нечувствительны к эмоциональным состояниям и потребностям ребёнка. Чтобы успокоить малыша они предпочитают игрушки, а не телесный контакт, в дополнение к этому, склонны избирать действия, неадекватные ситуации (игнорируют плач, слишком старательно утешают, или не утешают вовсе и т. д.)	Во взрослом возрасте люди с данным типом привязанности испытывают сложности в установлении собственных границ и имеют низкую самооценку. С одной стороны, они могут закрываться от других людей, и даже с близкими людьми контакты могут быть холодными и весьма отчужденными. С другой стороны, из-за недостаточного внимания со стороны матери такой человек может компенсировать потребность в любви, через растворение собственных границ, т. е. впускать в свое пространство любого в надежде быть любимым, что небезопасно. Люди этого типа очень критичны к себе и окружающим
Тревожно-амбивалентный тип привязанности	Для мам этого типа свойственно непредсказуемое поведение. То она ласковая, то холодная, при этом связи с самим ребенком в таком поведении, нет никакой. Потребности малыша игнорируются, а из-за непоследовательных действий ребенок никак не может адаптироваться к поведению мамы	Люди с этим типом привязанности склонны гиперболизировать проявление своих эмоций, так это единственный путь, чтобы получить предсказуемую, т. е. понятную реакцию. Во взрослом возрасте они очень болезненно воспринимают разрывы, плохо понимают свои эмоции, границы и других людей. Склонны делить мир на «чёрное» и «белое»

Тип привязанности	Условия и особенности проявления в детстве	Особенности проявления в отношениях с партнером
Дезорганизуемый тип	Этот тип привязанности формируется тогда, когда сама система привязанности была разрушена. Например, если мама отреагировала на психотравмирующее событие до или после рождения ребенка тяжелой депрессией	Поиск близости и привязанности обычно заканчивается у такого типа насилием или травмой. Поэтому дезорганизованный человек, ища близких отношений, постоянно ожидает, что его обидят и отвергнут. Личные границы очень закрытые и непроницаемые. Люди с этим паттерном обычно состоят в отношениях с людьми с таким же типом привязанности. И это похоже на постоянную борьбу на грани безумия. Непрекращающиеся конфликты, физическое насилие и взаимные угрозы становятся обычным распорядком дня
Надежная, безопасная привязанность	Данный тип привязанности формируется, когда мама чувствительна и эмпатична к потребностям ребёнка, она последовательна в своих действиях и предсказуема для ребёнка, поддерживает активность ребенка и его стремление к независимости и автономии	Во взрослом возрасте это люди, которые хорошо знают свои границы, они самостоятельны и автономны. Они умеют доверять людям, принимать и отдавать заботу и тепло, адекватно реагируют на стрессовые ситуации.

Автор теории привязанности Дж. Боулби признавал, что, хотя изменить модели привязанности во взрослом возрасте трудно, но это возможно. Модель терапевтических изменений Дж. Боулби была «основана на помощи клиенту в понимании его накопленного и часто забытого или неправильно понятого опыта привязанности»

и в конечном итоге на преобразовании ненадежных рабочих моделей в более надежные¹.

Важнейшим аспектом терапии, основанной на теории привязанности, является обеспечение надежной основы для идентификации, прояснения, постановки под сомнение, пересмотра и преобразования существующих моделей в более адаптивные. Для этого клиент должен заняться сложным самоисследованием, чтобы раскрыть (частично или полностью) скрытые воспоминания и столкнуться со сложностями, которых он ранее избегал. При всесторонней поддержке открывается возможность пересмотреть привычные паттерны поведения. Обширные эмпирические исследования² подтверждают, что эффективная терапия отношений действительно может трансформировать ориентации привязанности.

Будучи одним из пионеров семейной терапии, В. Сатир оставила неизгладимый след в истории семейной системной терапии, а также в ее нынешней практике и развитии. От встречи с первыми семьями в 1951 году до проведения и организации семинаров для десятков тысяч семей и отдельных лиц по всему миру и написания многочисленных книг, которые были переведены на различные языки, вклад В. Сатир в эту область огромен. За свою карьеру, охватывающую четыре десятилетия, В. Сатир участвовала не только в обучении практиков своему методу и разработке программ поддержки их обучения, но и играла роль в решении более крупных социальных проблем того времени.

Модель В. Сатир гуманистична в том смысле, что ее создатель верила, что люди стремятся к росту, и ценила использование терапевтом себя как средства моделирования конгруэнтного поведения и коммуникации. Эта модель является системной в том смысле, что она не возлагает вину на отдельного клиента, а видит проблему, возникающую из сложной семейной системы. Работая с эмпирическими

¹ Bowlby J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4). P. 664—678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>

² Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. Guilford Press, 2016. — 690 p.

методами В. Сатир, клиент может проработать свои проблемы таким образом, чтобы охватить всего человека — когнитивно, эмоционально и соматически.

В. Сатир известна «магией», которую она создавала в своих тренировочных группах и на занятиях с семьями. Как личность она проявляла близость и теплоту; глубоко уважала каждого человека, считая его уникальным и важным, частью человеческой семьи. Основными целями для ее отдельных клиентов и их семей были повышение самооценки и содействие принятию, признательности и здоровому общению в семье. Для достижения этих терапевтических целей исследователь поощряла заботу, уважение, безопасность и надежду. Она использовала прикосновения, интуицию, эмоции, личное раскрытие, сотрудничество и духовность, чтобы добиться изменений. В. Сатир задействовала все аспекты личности клиента в направлении изменений, и позже в своей карьере именно этот фокус она развила, чтобы помочь своим клиентам и их семьям двигаться к индивидуальной и системной самоактуализации¹.

Что касается современной практики модели семейной терапии В. Сатир, то и обзор литературы, и интервью с экспертами отражают акцент на глубоких системных трансформационных изменениях, духовности, конгруэнтности терапевта и позитивном подходе, а не на патологии.

Повышение уровня организации и продуктивности научных исследований в области проблем семьи, сопровождающееся интенсивным развитием практики психологической и социальной помощи, привело к выделению самостоятельной особой психологической дисциплины — психологии семьи. Становлению семейного консультирования как особого вида профессиональной деятельности психолога также способствовали достижения в области сексологии.

¹ Erker J. Satir Around the Globe A Summary of a Qualitative Study of Satir Family Therapy: Theoretical and Practical Developments over the Past 30 Year. 2017. URL: <https://www.semanticscholar.org/paper/Satir-Around-the-Globe-A-Summary-of-a-Qualitative-%3A-Erker/0bafc034e72c8d560b7d971e269c790b3f42d1ef> (дата обращения: 02.03.2025).

Отличие семейного консультирования от семейной психотерапии заключается в том, что если консультирование направлено в основном на проблемы межличностного взаимодействия внутри семьи, то психотерапия сфокусирована на внутриличностных проблемах членов семьи. Психотерапевт рассматривает семью как причину наблюдаемого патогенеза личности клиента и одновременно как ресурс её устойчивости и жизнестойкости. Семейный консультант создает условия для повышения личностного потенциала клиента, способствует ориентировке клиента в проблемной семейной ситуации. Объединяющим же признаком семейной психотерапии и семейного консультирования является общение специалиста с клиентом, реализуемое через установление терапевтической связи, помощь в исследовании проблемы и поиске путей ее решения, где мера активности специалиста значительно варьируется в зависимости от теоретической модели механизмов терапевтического воздействия. Ответственность за принятие решения и его реализацию составляет прерогативу самого клиента, способствуя его личностному росту, жизнестойкости его семьи¹.

Важным положением, вошедшим в практику современной семейной терапии, семейной консультации, индивидуальной работы с личностью является положение о том, что психотерапевт, психолог, консультант является не «руководителем» ситуации, устанавливающим, почему и как клиенту нужно поступать. Клиент, пациент должен самостоятельно найти решение своей проблемы в процессе обсуждения сложившейся ситуации. Клиент должен понять, чего именно он хочет, что можно сделать для нормализации отношений или разрешения конфликта, какие выгоды извлечь из своих горестей (одиночества, развода, конфликтов, болезней). В этом состоит сущность психологического консультирования — повысить осознанность человека, пришедшего на консультацию, и обсудить с ним варианты выхода из создавшейся ситуации.

¹ Семья: психология, педагогика, социальная работа / под ред. А. А. Реана. — М. : АСТ, 2010. С. 456—458.

Другое важное положение, на которое опирается практика современной семейной консультации, заключается в том, что, если клиент хочет изменить отношения с другими людьми, в том числе и семейные, он должен измениться сам, изменить свое поведение, оценки, отказаться от претензий к окружающим, понять, что односторонней правоты не бывает. В столкновении интересов (позиций, мнений) у каждого есть свои резоны, аргументы, мотивы. Конфронтация, как правило, отнимает у спорящих много сил, энергии и обычно не приносит удовлетворения, даже в случае мнимой победы.

В приложении приведено несколько примеров работы психолога в процессе семейной консультации.

Контрольные вопросы:

1. В чем сходство и различия семейного консультирования и семейной психотерапии?
2. Приведите краткую характеристику основных моделей психологической работы с семьей.
3. В чем состоят задачи психологического семейного консультирования?
4. Охарактеризуйте стратегию психологического консультирования по поводу супружеской измены.
5. Какова последовательность основных этапов семейного консультирования?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мы завершили изучение курса «Психология семьи». В нем рассматривались самые разные вопросы, связанные с целостным пониманием семьи и направлениями ее исследования, основами семейных отношений, общения и взаимодействия в семье, особенностями воспитания в семье, нарушениями отношений между супругами, детьми и родственниками, а также проблемами помощи в процессе семейного консультирования.

Однако за пределами данного пособия оказалось множество вопросов, которые имеют значение для понимания психологии семьи, её строительства и развития. Во-первых, это здоровье и семья. Здоровье супругов и детей является важным показателем качества жизни человека. Важно разобраться в мировоззрении здоровья, понятии психологического здоровья и семейной психогигиены, взаимосвязи отношений членов семьи и их самочувствия. Сюда же относится организация здорового образа жизни, свободного времени, питания, водного режима. Особый вопрос — семейная гигиена: культура половых отношений, сохранение репродуктивного здоровья; аборт (традиции и здоровье женщины).

Тема здоровья связана и со строительством семейного очага. Дом — это энергетическое пространство. Чем являются для нас разного рода правила и рекомендации — это помощники, мода или программирующие установки? Каковы энергообогащающие условия жизни, как влияют на нашу жизнь материалы при строительстве жилого дома, как организуется гармония жилого пространства, роль животных и растений в доме.

Самостоятельная тема — это искусство в семье как разнообразие впечатлений и отдыха. Умения читать символы и понимать разные языки искусства являются ступенями душевного развития, проникновения в духовные основы жизни предков. Этим языкам полезно учиться. Как живопись в доме, её колорит создают и меняют настроение, какова роль цветовой гаммы в разных помещениях дома. Как скульптурные формы в доме помогают гармонизировать пространство, учат выражать и понимать чувства других. Какая музыка звучит

в доме; учитесь ли вы воспринимать тональности, темпы и ритмы (они тоже являются средством гармонизации отношений и развивают способности понимать состояние другого человека).

Ещё одна тема для семейного просвещения — это разнообразие семейных отношений, ревность и измена, развод и одиночество как форма развития семьи и личности. Особый вопрос — отношение к нетрадиционным бракам, смешанные национальные семьи, различия и возможности согласования культурных стереотипов и традиции разных культур.

Не менее важная тема — это семья во второй зрелости. Здесь возникает множество вопросов, связанных с повторными браками, их причинами и уроками прохождения; отношениями супругов со значительной (более 20 лет) разницей в возрасте. Не менее важно осознать развитие семьи в возрасте третьей зрелости. Сейчас происходит демографический сдвиг в сторону увеличения количества людей этого возраста. Важно менять стереотипы его восприятия как «доживающего», поскольку есть множество возможностей активной и радостной организации этой поры в жизни семьи.

Важно обсудить и перспективы развития семьи в новую эпоху. Изменение общественного сознания и повышение ценности семьи являются основой благополучия и развития человека.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные правовые акты

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года; с изм., одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года).
2. Семейный кодекс Российской Федерации от 29 декабря 1995 года № 223-ФЗ.
3. Федеральный закон от 29 декабря 2006 года № 256-ФЗ «О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей».
4. Указ Президента Российской Федерации от 14 мая 1996 года № 712 (с изм. и доп.) «Об основных направлениях государственной семейной политики».
5. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
6. Указ Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 года № 358 «О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года».
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 года № 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года».
8. Приказ МВД России от 27 августа 2024 года № 500 «Об утверждении положения о порядке организации морально-психологического обеспечения деятельности органов внутренних дел Российской Федерации».

Основная литература

1. Сатир В. Психотерапия семьи : учебник. — Санкт-Петербург: Питер, 2023. — 288 с.

2. Семьеведение: теория и практика : учебник для вузов / О. Г. Прохорова [и др.] ; отв. Ред. О. Г. Прохорова, Е. И. Холостова. 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 379 с.

3. Сусллова Т. Ф. Психология семьи с основами семейного консультирования : учебник и практикум для вузов / Т. Ф. Сусллова, И. В. Шаповаленко. — Москва : Юрайт, 2023. — 343 с.

Дополнительная литература

1. Аргентова Л. В. Психологические проблемы неполных семей разного типа и их психолого-педагогическое сопровождение : электронное учебное пособие. — Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2017, — 144 с.: — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481421> (дата обращения: 14.02.2025).

2. Гейжан Н. Ф., Иванова А. М. Психология семьи : учебно-методическое пособие. — Санкт-Петербург : СПбУ МВД России, 2017. — 65 с.

3. Змановская Е. В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии : учебное пособие. — Москва : ИНФРАМ, 2019. — 378 с.

4. Иванова А. М. Социальная психология : учебное пособие. — Санкт-Петербург : СПбУ МВД России, 2020. — 157 с.

5. Основы психологии семьи и семейного консультирования : учебник для вузов / под общ. ред. Н. Н. Посысоева. 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 266 с.

6. Шнейдер Л. Б. Семейная психология : учебник для вузов / Л. Б. Шнейдер. 6-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2021. — 503 с.

7. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. — Санкт-Петербург : Питер, 2015. — 672 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Ситуация «треугольника». К психологу обратился мужчина 32 лет, состоящий в повторном браке 6 лет, в семье хронически больной ребенок, жена ждет ещё одного. Параллельно уже 4 года он состоит в любовной связи с женщиной старше его на 10 лет. Много раз пробовал уйти из семьи, на чем настаивает и любовница, но жалеет своих жену и ребенка. Мужчина запутался в своих отношениях, тем более что жена с некоторых пор перестала проявлять покорность (о связи на стороне она знала давно, но каждый раз прощала мужа, принимала обратно) и попросила его о разводе. Развода мужчина не хочет. В жене его раздражают покорность и бессловесность, хотя выбрал он ее в противоположность своей первой супруге — непостоянной и несколько истеричной. Любовница как раз обладает чертами яркости, непредсказуемости поступков и действий, в том числе в сексуальной жизни. Но создавать с ней семью мужчина не хочет.

Беседа с любовницей, на которую она согласилась с охотой, так как тоже тяготится сложившейся ситуацией, показала, что она хотела бы разорвать отношения, понимает отсутствие в них перспективы для себя, но эмоциональная зависимость толкает их обоих друг к другу. Справиться с собой молодая женщина не может (у нее тоже имеется неудачный опыт замужества и 10-летняя дочь от первого брака).

Телефонный разговор с женой показал, что она находится в депрессивном состоянии, обсуждать ситуацию не хочет, от психологической помощи отказывается.

Содержание работы консультанта состояло в выявлении истинных желаний каждого из участников этого «треугольника» (в который включены дети, но их состояние учитывается лишь на уровне любви/жалости), их видения дальнейшего развития ситуации и — очень важно — причин, по которым создаются и развиваются отношения двух женщин и мужчины, либо двоих мужчин и женщины. Исследования показывают, что более 60 % пар сталкиваются с про-

блемой треугольника; каждая третья пара из-за этого распадается¹. В консультативной работе с такими парами можно исходить из разных психологических концепций (и всегда, в любой психотерапии важно, на какую из них опирается психолог). Но в любом случае встанет вопрос, в какую сторону должен измениться, развиваться каждый из участников ситуации. Её распространённость говорит не только о том, что в семье не удовлетворяются какие-то важные для человека потребности, но о том, что каждому нужно взглянуть на себя с иной точки зрения, не просто понять ситуацию как критическую, но и как развивающую. Меняя свое поведение, изменишь поведение другого в желательном направлении. Менять себя непросто, поскольку себе всегда есть оправдание, но ответственность за свою судьбу, судьбу детей и близких является хорошим мотиватором. Если плыть по течению, жизнь все равно создаст сложные ситуации (и в третьем, и в четвертом браке или отношениях «на стороне»). В данном случае обсуждались вопросы возникновения черт характера мужчины в его родительской семье (мать была подавляема и испытывала насилие со стороны отца); психологическая поддержка жены со стороны мужчины в его семье; ресурсы разрыва отношений любовницы с мужчиной, который не стремится создать с ней семью. В конечном итоге отношения в семье восстановились после рождения второго ребенка, хотя полной удовлетворенности в семье нет, и угроза развода существует.

Ситуация подозрения в измене, ревность. *Женщина 45 лет, успешная в карьере, привыкшая командовать подчиненными. Много времени отдает работе. Стала подозревать своего мужа (оба в повторном браке 8 лет) в измене. Начала контролировать его времяпрепровождение, досуг, переписку и общение в интернете, телефонные звонки и сообщения. В отношениях начались напряжения и ссоры, количество которых возрастает. Женщина страдает от собственной зависимости и от опасений, связанных с уходящей молодостью.*

Как известно, ревность — одно из чувств, не поддающихся регуляции разума. Поэтому работа психолога заключалась в том, чтобы

¹ Некрасов А. А. Любовный многоугольник. — М. : Амрита-Русь, 2007. С. 6.

помочь клиентке осознать причины сложившейся ситуации. Среди них главной была потеря женственности в отношениях с мужем. Она постепенно привыкала руководить им, и забота ее была не столько женской, сколько материнской. А матери тоже «всегда знают», что будет лучше их детям. Анализ мужского, женского и материнского типов поведения, следствия из него для семейных отношений были предметом долгих обсуждений с данной клиенткой; ей были даны рекомендации по работе со своей внешностью, манерой поведения, речи, командным тоном (он, например, проявился, когда в процессе консультации раздался звонок от мужа).

Ситуация доминирования женщины и материнского поведения в семейных отношениях. *Клиентке 42 года. Прожили с мужем более 20 лет. Сын вырос, создал свою семью. Оказалось, что с мужем теперь не о чем разговаривать. Его любимое занятие после работы — лежать на диване, пить пиво, смотреть спортивные передачи. Женщина чувствует себя вполне молодой, ей хочется, по её словам, интересной, активной жизни, путешествий, а муж — человек домашний, «ничего ему не нужно».*

Рассмотрение причин такого положения позволило вместе с клиенткой сделать вывод о том, что на протяжении долгого времени она в семье была в основном матерью. Она так и говорила, «у меня на руках два ребенка — сын и муж». Мужчину это вполне устраивало, тем более что он сам вышел из семьи, где мать держала все бразды правления в своих руках.

Работа консультанта в этой ситуации заключалась в обсуждении с клиенткой различий в женском и материнском поведении и помощи в составлении плана постепенного изменения собственного поведения в семье.

Ситуация созависимости в семье. *Женщина 52 года, сыну 29 лет, из них он более 8 лет страдает алкоголизмом. С отчимом сын в напряженных отношениях; мать принимает сторону сына. В результате муж уехал в другой город. Он не против, чтобы жена жила вместе с ним, но требует прекращения отношений с пасынком. В родном го-*

роде живет и родной отец женщины, за которым требуется уход по старости (есть опасение, что он оставит завещание на посторонних людей). Женщина в полном отчаянии — она не хочет оставить больного сына и отца, ей не хочется оставлять мужа, с которым уйдет накопленный за жизнь материальный достаток, который к тому же растрачивается сыном, и под угрозой получение наследства.

Это непростая для консультации ситуация, потому что в основе принятия решения не только материнские, дочерние и супружеские чувства, но и нежелание потерять хоть что-то из материального благополучия. Женщина пришла к психологу для того, чтобы за нее решили ее проблему. Меняться и пересматривать собственные ценности она была не готова. Работа консультанта в данном случае строилась по трем направлениям. Во-первых, рассматривалась её жизнь с точки зрения созависимости от алкоголизма сына, разрушающего ее собственное и семейное существование. Обсуждались варианты поведения созависимых родителей. Во-вторых, анализ отношений с мужем показал, что добрых чувств очень мало, а в основе — боязнь потерять накопленное. В-третьих, рассмотрение отношений в семье позволило женщине осознать, что ее доминантный стиль общения с мужчинами создает те ситуации в жизни, которые она вынуждена в данный момент переживать. Взглянуть на себя с другой точки зрения женщине было непросто, она считала свое поведение нравственным и жертвенным. Она обращалась к психологу еще два раза. В конечном итоге приняла решение переселиться к отцу.

Ситуация развода. *К психологу обратилась женщина 26 лет, которую оставил муж после 5 лет совместной жизни. Женщина чувствовала себя несправедливо обиженной, строила разнообразные планы мести, среди которых часто повторялось предложение «ну уж сына-то он не увидит». Её запрос к психологу состоял в том, чтобы помогли успокоиться, потому что она «места себе не находит, всё время думает — за что?». Начали работу со слов «за что?», переводя их в вопросы — почему это случилось, когда нача-*

лось охлаждение? Выяснилось, что до брака мужчина не хотел создавать семью, хотя отношения были для него привлекательными. Женщина забеременела в надежде привязать этим мужчину к себе, и он согласился зарегистрировать отношения, однако обеспечивать семью материально не особенно стремился. У клиентки было твердое убеждение, что мужчина должен содержать её и ребенка, постепенно ссоры на эту тему стали усиливаться, муж ушел к другой женщине, подав на развод.

Самоанализ семейной жизни позволил женщине увидеть и свою долю ответственности в сложившейся ситуации.

Вторая часть работы была не менее сложной. Ее задача заключалась в том, чтобы помочь увидеть развод как жизненный урок, правильное прохождение которого позволит в дальнейшем построить более гармоничную жизнь и для себя, и для сына. Если принять данную ситуацию как закономерную, обучающую строить добрые отношения, в душе разведенной женщины не образуется рубцов «брошенности». Бывшие отношения обоих научили узнавать себя, изменять себя. Важно поблагодарить бывшего супруга за опыт, радость любви, сына и искать для себя свою истинную половину. Если каждый из разведенных супругов будет счастлив в новой семье, ребенок имеет шанс видеть опыт двух семей с благополучными отношениями, с добрыми чувствами. Говорить плохо об отце ребенка, лишая их возможности видеть друг друга, проявлять мстительные действия, конфликтовать — «пусть и ему будет плохо» — означает учить своего сына дурным моделям отношений мужчины и женщины.

Ситуация односторонней любви. *За помощью обратилась женщина 27 лет, имеющая ребенка 6 лет от первого брака, во втором браке живет 3 года. Вышла замуж за мужчину, который обеспечил ей материально благополучную жизнь. Через два года совместной жизни стала страдать от постоянного раздражения на мужа, уклоняется от сексуальных отношений. О муже отзывается хорошо, но не чувствует радости в жизни с ним. Главный запрос — нужно ли второй раз разрывать семейные отношения. В процессе*

беседы выяснилось, что в родительской семье к ней относились как к принцессе, сформировался тип умной, но эгоистичной женщины, привыкшей получать больше, чем отдавать. Будучи очень красивой, образованной, имея высокую самооценку, оправдывает свои действия, обвиняя других и не заботясь об их самочувствии. Ситуация в первом и втором браках развивалась сходным образом: первоначальная сексуальная привлекательность не подкреплялась деятельной любовью. На вопрос, как бы она сама хотела видеть развитие ситуации, ответила: «не хочу так, как сейчас». Какими должны быть возможные новые отношения, представляет абстрактно («должна быть любовь»).

Отдельная беседа с мужем показала, что он сильно привязан к жене, понимает, что она живет с ним из благодарности за удобные условия жизни. Расставаться с женой не хочет, но понимает, что ситуация не приносит радости обоим. О самочувствии ребенка в семье оба не задумываются. Рассмотрение ситуации с мужем выявило его низкую мужскую самооценку, которая не имела под собой объективных оснований. Но мужчина, воспитанный в родительской семье под сильным авторитарным давлением матери, выбирает женщин, властвующих над ним, которые любят его меньше, чем он сам (таков же был и его первый брак).

С мужем проведено несколько занятий, в том числе с элементами телесной психотерапии, направленной на повышение и закрепление его мужской самооценки. На занятиях он настаивал сам, активно разбирался в этом вопросе, читал рекомендованную литературу. Как только он начал в семье вести себя более независимо, уверенно, твердо, жена стала меньше капризничать и раздражаться. Прослеживание через год показало, что оба супруга увлеклись сначала семинарами по личностному росту, затем занятиями дайвингом. Отношения стабилизировались.

Обсуждая примеры из семейных консультаций, следует отметить, что само по себе содержание консультативной работы описать кратко довольно сложно. Каждый раз важно понимать, из какой кон-

цепции действовать, какая основная болевая точка есть у клиента, в чем истинные причины сложившейся ситуации. Её рассмотрение в каждом конкретном случае имеет множество нюансов, ходов, которые зависят от ответов клиента, способности понять, принять ту или иную информацию. Часто приходится менять первоначальный план разговора в процессе беседы. В научно-популярной литературе последнего десятилетия существует множества примеров ситуаций, с которыми мужчины и женщины обращаются к психологу, а также способы решения жизненных задач и пути психологической помощи¹.

¹ Свияш А., Свияш Ю. Советы брачующимся, замужним и страстно желающим замужиться; Некрасов А. А. Поиск половинок — миф и реальность. 6-е изд. — М. : Амрита_Русь, 2009. — 240 с. и др.

Для заметок

Для заметок

Учебное издание

Гейжан Наталия Федоровна,
*доктор педагогических наук, профессор,
заслуженный работник высшей школы Российской Федерации;*
Иванова Александра Михайловна,
кандидат психологических наук, доцент

ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ

Учебное пособие

Редактор *Корчуганова И. А.*
Компьютерная верстка *Душкова А. Ю.*

ISBN 978-5-91837-980-6



EDN: LKBFOL



Подписано в печать 05.05.2025. Формат 60×84¹/₁₆
Печать цифровая. Объем 12,0 п. л. Тираж 70 экз. Заказ № 8/25

Отпечатано в Санкт-Петербургском университете МВД России
198206, Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, д. 1