



**АССОЦИАЦИЯ СЕМЕЙНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ
И ПСИХОТЕРАПИИ**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«Методы и приемы эффективного
семейного консультирования:
учебно-методический комплект.
Вопросы предбрачного консультирования»**

**Сластухин В.И.
Гребенщикова Ю.И.
Буркова Е.В.**

Смоленск 2026

**Василий Сластихин
Екатерина Буркова
Юлия Гребенщикова**

**Методы и приемы
эффективного семейного
консультирования: учебно-
методический комплект.
Вопросы предбрачного
консультирования**

*<https://litres.ru/74287339>
SelfPub; 2026*

Аннотация

Методическая разработка посвящена вопросам организации и проведения семейного консультирования, работы в предбрачном консультировании пар. В документе рассматриваются ключевые аспекты взаимодействия специалиста с семьями, предлагаются методики диагностики внутрисемейных проблем и пути их преодоления. Особое внимание уделено практическим рекомендациям по формированию конструктивного общения

внутри семьи. Материал будет полезен психологам, социальным работникам, педагогам и другим специалистам, работающим с семьей.

Содержание

Рецензия	5
Введение	6
Цели и задачи методической разработки	9
1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ. ПОНЯТИЕ СЕМЬИ И ЕЁ ЗНАЧЕНИЕ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ	11
1.1 Семейные кризисы	14
1.2. Факторы риска	20
1.3. Насилие в семье	26
1.4. Возможные причины роста разводов	32
1.5. Факторы, влияющие на прочность брачного союза	41
1.6. Межличностное общение в семье. Семейная коммуникация.	46
Конец ознакомительного фрагмента.	52

**Екатерина Буркова,
Юлия Гребенщикова,
Василий Сластухин**

**Методы и приемы
эффективного семейного
консультирования: учебно-
методический комплект.
Вопросы предбрачного
консультирования**

Рецензия

Введение

Семья является важнейшим институтом человеческого общества, выполняющим ряд ключевых функций, обеспечивающих социальное воспроизводство, преемственность поколений и поддержание стабильности социума. Современная семья претерпевает значительные изменения под влиянием глобализации, урбанизации, демографических сдвигов и трансформации традиционных ценностей. Сегодняшняя семья сталкивается с новыми вызовами, такими как усиление роли матери одиночки, рост разводов, изменение структуры занятости и мобильности, увеличение числа неполных семей и расширение форм партнерства вне брака.

Значение семьи определяется тем, что именно в семье закладываются базовые ценности и нормы поведения, формируется личность ребенка, осуществляется первичное освоение культурных традиций и навыков повседневной жизни. Семья также выступает местом первичной социализации, оказывает влияние на личностное развитие индивида, формирует систему морали и нравственности, регулирует поведение взрослых и детей, обеспечивая защиту, заботу и удовлетворение базовых потребностей.

Современная семья находится в условиях значительных перемен, вызванных изменениями в социальной структуре, экономическом положении и ценностных ориентациях об-

щества. Эти перемены приводят к возникновению множества проблем и сложных ситуаций, с которыми сталкиваются члены семьи. Для успешной адаптации семьи к новым условиям необходима качественная диагностика основных функций семьи, позволяющая выявить существующие проблемы и разработать меры по их устранению.

Данная методическая разработка направлена на создание инструментария для комплексной диагностики функций семьи, который помогает определить степень реализации важнейших семейных функций, таких как воспитательная, эмоционально-психологическая, хозяйственно-экономическая, медицинская, досуговая и репродуктивная. Благодаря применению предложенных методов специалисты смогут своевременно выявлять слабые места в функционировании семьи и предлагать эффективные способы коррекции.

Кроме того, внедрение предложенного подхода способствует улучшению качества услуг семейного консультирования, повышает эффективность профилактических мероприятий и снижает риск возникновения острых кризисных ситуаций в семье. Это особенно актуально в условиях сегодняшней реальности, характеризующейся высоким уровнем стресса и социальной нестабильности.

Настоящая методика предназначена для широкого круга специалистов, занимающихся проблемами семьи, включая психологов, педагогов, социальных работников и медицинских сотрудников. Она призвана стать полезным инструмен-

том в диагностике и поддержании оптимального функционирования семьи в современном российском обществе.

Цели и задачи методической разработки

Цель:

Создание комплексного методического пособия, предназначенного для качественной диагностики основных функций семьи и оказания своевременной специализированной помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Задачи:

Обобщить современные научные представления о функциях семьи, рассмотреть типы семей и факторы, влияющие на реализацию их функций.

Разработать методики диагностики основных функций семьи: воспитательной, эмоционально-психологической, экономической, медицинской, социально-статусной и досуговой.

Предложить инструменты для выявления проблем и дефицитов в выполнении функций семьи, а также разработать программы коррекционной работы и профилактику семейных дисфункций.

Создать пакет практических материалов: анкет, тестов, опросников и игровых методик, предназначенных для диагностики и поддержки семьи.

Повысить квалификацию специалистов путем предоставления эффективных инструментов для осуществления качественного семейного консультирования и диагностики.

Формировать базу для принятия обоснованных решений в процессе оказания психологической и социальной помощи семье.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ. ПОНЯТИЕ СЕМЬИ И ЕЁ ЗНАЧЕНИЕ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

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

И. Кант четко, лаконично и в свойственной ему манере дал такое определение семьи: «Семья – это ведение общего хозяйства ради потенциального обладания половыми органами друг друга».

Юридическая трактовка – супруги и их родственники, живущие вместе и ведущие совместное хозяйство, зарегистрировавшие брак в установленном законом порядке.

Социологическая трактовка – группа родственников, имеющих тесные межперсональные отношения.

Исторически институт семьи и брака сложился для обеспечения физического и социального воспроизводства новых поколений в обществе. Харчев А.Г. дал такое определение «Семья есть исторически конкретная система взаимоотношений и взаимодействий между супругами, родителями и детьми в малой социальной группе, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения».

Важно, что в приведённом определении:

упоминаются две важнейшие функции семьи, репродуктивная и социализирующая («физическое и духовное воспроизводство населения»);

отмечается, что эффективная реализация семьёй указанных функций является необходимым условием успешного функционирования самого общества, что и определяет его потребность в существовании данного социального института;

подчёркивается историческая обусловленность семейной структуры;

сочетаются и не противопоставляются друг другу признаки семьи как социального института и как малой социальной группы.

На наш взгляд более полное определение семьи дает Соловьев Н.Я., 1977г. «Семья – это ячейка общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях между людьми, живущими вместе и ведущими общее хозяйство»

1.1 Семейные кризисы

Теория кризиса как самостоятельная дисциплина в психологии появилась сравнительно недавно. Значимые психологические исследования, посвященные теории кризисов, представлены работами Э. Линдерманна, Дж. Каплана, Дж. Якобсона (цит. по: Пергаменщик Л. А.).

Отличительные черты теории кризисов, согласно Дж. Якобсону, состоят в следующем:

теория кризисов относится главным образом к индивиду, хотя некоторые понятия используются применительно к семье, а также к малым и большим группам;

теория кризисов описывает не только деструктивные аспекты кризиса, но и его ресурсы и возможности в области роста и развития личности.

Кризис (от греч. *krisis* — решение, поворотный пункт) — нарушение состояния равновесия системы, резкий, крутой перелом в чем-нибудь, тяжелое переходное состояние, острое затруднение в чем-либо. Слово «кризис» несет в себе оттенок чрезвычайности, угрозы и необходимости действия. Кризис — это ситуация эмоционального и умственно-го стресса, требующая значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени.

Дж. Каплан описал четыре последовательные стадии кризиса:

1. Первичный рост напряжения, стимулирующий привычные способы решения проблем.
 2. Дальнейший рост напряжения в условиях, когда эти способы оказываются безрезультатными.
 3. Еще большее увеличение напряжения, требующее мобилизации внешних и внутренних источников.
 4. Повышение тревоги, возникновение депрессии, чувств беспомощности и безнадежности, дезорганизация личности — в случае, если все действия, предпринятые на предыдущих стадиях, оказываются тщетными.
- Кризис может закончиться на любой стадии, если опасность исчезает или обнаруживается решение.

Семейный кризис — состояние семейной системы, характеризующееся нарушением гомеостатических процессов, приводящих к фрустрации привычных способов функционирования семьи и невозможности справиться с новой ситуацией, используя старые модели поведения.

В семейном кризисе можно выделить две потенциальные линии дальнейшего развития семьи:

1. Деструктивная, ведущая к нарушению семейных отношений и содержащая опасность для их существования.
2. Конструктивная, заключающая в себе потенциальную возможность перехода семьи на новый уровень функционирования.

Динамика отношений в семье (интегрированная периоди-

зация жизненного цикла семьи)

Период ухаживания

Задачи развития семьи:

1. Формирование идентичности.
2. Дифференциация от родительской семьи и достижение эмоциональной и финансовой независимости от родителей.
3. Обретение молодым человеком адекватного возрасту статуса.

Кризис 1. Принятие на себя супружеских обязательств.

Задачи развития семьи

Адаптация супругов к семейной жизни и друг к другу:

1. Установление внутренних границ семьи и границ общения с друзьями и родственниками.
2. Разрешение конфликта между личными и семейными потребностями.
3. Установление оптимального баланса близости/отдаленности.
4. Решение проблемы семейной иерархии и областей ответственности.
5. Достижение сексуальной гармонии (сексуальная адаптация).
6. Решение жилищных проблем и приобретение собственного имущества.

Кризис 2. Освоение супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности.

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи для выполнения новых задач:

1. Уход за маленьким ребенком.

2. Перестройка структуры семьи в связи с появлением ребенка.

3. Адаптация к длительному периоду ухода за ребенком.

4. Поощрение роста ребенка и обеспечение его безопасности и родительского авторитета.

5. Согласование личных и семейных целей.

Кризис 3. Включение детей во внешние социальные структуры детский сад, школа

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи для выполнения новых задач:

1. Перераспределение обязанностей в семье в связи с поступлением ребенка в детский сад или школу.

2. Проявление участия при наличии проблем с выполнением сложных моментов, дисциплиной, учебой и др.

3. Распределение обязанностей по помощи ребенку при подготовке домашних заданий.

Кризис 4. Принятие факта вступления ребенка в подростковый период, экспериментирование с его независимостью.

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи для выполнения новых задач:

1. Перераспределение автономии и контроля между родителями и детьми.

2. Изменение типа родительского поведения и ролей.

3. Подготовка к уходу подростка из дома.

Кризис 5. Выросший ребенок покидает дом.

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи для выполнения новых задач:

1. Сепарация ребенка от семьи.
2. Корректный уход из дома.
3. Поступление в учебное заведение, на военную или иную службу.

Кризис 6. Супруги вновь остаются вдвоем.

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи для выполнения новых задач:

1. Пересмотр супружеских взаимоотношений.
2. Перераспределение обязанностей и времени.
3. Адаптация к уходу на пенсию.

Кризис 7. Принятие факта смерти одного из супругов.

Задачи развития семьи

Реорганизация семьи:

1. Адаптация овдовевшего партнера к одиночеству.
2. Поиск новых связей с семьей.
3. Принятие ухода и помощи от членов семьи или социального окружения.

Семья в своем развитии проходит ряд этапов, каждый из которых включает в себе как кризисы, так и возможности личностного роста членов семьи и развития семейной системы в целом. С переживанием кризиса связан риск неопределенности будущего, естественный для любого развития, и столь же естественное стремление избежать этого риска.

Если семья как система пытается избежать изменений, обусловленных ее естественной динамикой, то это может стать источником возникновения негативной симптоматики у ее членов — психосоматических, сексуальных, эмоциональных расстройств.

1.2. Факторы риска

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

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

2. Психологический уровень. В семье создается нездоровый климат, проявляющийся в постоянных ссорах, взаимных придирках,

раздражительности, которая зачастую вымещается на детях.

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

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

Причины, вызвавшие конфликт на том или ином уровне, могут быть самыми разнообразными. Но по времени возникновения их можно разделить на две большие группы. Это

причины, возникшие непосредственно во время брака, во время совместной жизни и общего ведения хозяйства, и причины, которые объективно существовали до момента создания семьи. Последнюю группу причин называют факторами риска, так как наличие их в период добрачного знакомства уже таит в себе опасность будущего развода.

Факторы риска связаны как с личностью человека, его происхождением, воспитанием, так и с условиями заключения брака. К факторам риска относятся:

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

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

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

среднего уровня.

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

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

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

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

Конечно, все три группы факторов тесно переплетаются

друг с другом. Так, измена может быть следствием невнимания, грубости, а грубость – результатом хозяйственных неурядиц и т. п.

Благополучные и неблагополучные семьи.

В. Сатир отмечает, что достаточно точно можно охарактеризовать любую семейную систему, используя для этого четыре параметра:

- самооценка участников семейного процесса;
- коммуникация;
- семейная система (свод норм);
- социальные связи (взаимодействия с внешним миром).

В зависимости от сочетания особенностей каждого параметра семья может быть охарактеризована как благополучная или неблагополучная. В. Сатир называет следующие деструктивные представления, которыми люди руководствуются в неблагополучных семьях:

отношения должны регулироваться страхом наказания или силой;

всегда есть кто-то, кто знает, что тебе необходимо;

люди по природе злые и поэтому должны находиться под контролем;

только человек, обладающий властью, знает, как правильно жить.

В таблице приведены представления В. Сатир о том, как функционирует закрытая система в неблагополучных семьях и открытая – в благополучных.

Таблица 1

Функционирование различных систем в благополучных и неблагополучных семьях

Фактор

Благополучная семья

Неблагополучная семья

Самооценка

У всех членов семьи высокая

У всех членов семьи низкая

Коммуникация

Честная, открытая, ясная, адекватная, прямая

Нечеткая, запутанная, неопределенная, неадекватная

Семейная система

Правила гибкие, при необходимости меняющиеся; полная свобода любых обсуждений; допускается автономия

Правила скрытые, жесткие, неизменные; мелочная опека и контроль; запреты на любые обсуждения

Социальные связи

Многообразные социальные связи; семья открыта для внешних контактов

Страх перед социумом, закрытость; отсутствие социаль-

ных связей (либо замыкание перед социумом)

Таким образом, дисфункциональная семья, по В. Сатир, – это замкнутая система, которая держится на жестких, бесчеловечных правилах, исключающих честное самораскрытие и личностный рост. Общение является косвенным и неопределенным, а социальные связи осуществляются с позиций страха, заискивания или обвинения.

1.3. Насилие в семье

Под словом “насилие”, если обратиться к словарю русского языка С.Н. Ожегова, понимается:

применение грубой физической силы к кому-нибудь;
принудительное действие в отношении кого-нибудь, нарушение личной неприкосновенности;
притеснение, беззаконие.

Следовательно, под насилием в любом случае понимается действие, связанное с причинением прямого физического, психического и нравственного ущерба другому лицу или с угрозой такого причинения с целью принуждения его к определенному поведению.

Домашнее насилие является формой деструктивного социального взаимодействия в семье, отражает ее общее неблагополучие и нарушения в ценностно-нормативной сфере образующих ее индивидов. Оно становится фактором социального риска, провоцирует углубление социально-психологической и нравственной разобщенности, ослабление взаимного доверия и развитие враждебности по отношению к членам семьи, грубость и жестокость в общении с другими людьми.

Семья обычно рассматривается как социальный институт, в котором изобилуют любовь и теплые взаимоотношения. Однако противоположное тоже часто оказывается истиной,

ибо насилие широко распространено в семьях и становится трагедией для многих людей.

Формы насилия в семье могут различаться по целому ряду оснований — по субъектам взаимодействия (взрослых по отношению к детям, детей и взрослых по отношению к престарелым, отношения между взрослыми членами семьи, мужа по отношению к жене и т.д.), по характеру и содержанию взаимодействия — физическое насилие, психологическое (оскорбление, грубость, угрозы, создание постоянных стрессовых ситуаций и т.д.), интеллектуальное насилие (навязывание установок и ценностей через процесс логического убеждения софистическими средствами, т.е. безотносительно к их истинности)

Выделяют следующие типы насилия в семье:

- родителей по отношению к детям;
- одного супруга по отношению к другому;
- одного ребенка по отношению к другому ребенку.

При этом жестокое отношение супруга по отношению к супруге встречается значительно чаще, чем по отношению к детям.

Формы домашнего насилия в семье:

Физическое: плевки, толчки, хватания, бросание, нанесение ударов ладонью и (или) кулаком, и (или) посторонними предметами, удерживание, удушение, избивание, пинки, использование оружия, причинение ожогов, а также контроль над доступом жертвы к социальной или медицинской помо-

щи и т.п.

Сексуальное: постоянное сексуальное давление, принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование), принуждение к таким отношениям в не приемлемой для женщины форме, в присутствии других людей или третьими лицами, причинение боли и вреда здоровью посредством действий сексуального характера и т. п. Сексуальное насилие очень часто присутствует в семье. Проблема здесь так же кроется в социальных стереотипах: в России, как и во многих других странах мира, брак зачастую расценивается как наделение мужчин безусловным правом на сексуальные отношения с супругой и применение силы в случае ее нежелания вступать в контакт.

Женщины, не обладающие сексуальной автономией, часто не могут отказаться от нежелательного сексуального контакта или воспользоваться средствами контрацепции, и по этой причине возникает риск угрозы их здоровью или нежелательной беременности.

Психологическое: вербальные оскорбления, шантаж, акты насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером. Это также могут быть угрозы насилия по отношению к себе, партнеру или другим лицам; запугивание насилием над домашним животным или разрушением предметов собственности. За жертвой домашнего насилия могут быть установлены слежка, контроль ее действий, распорядка дня, круга ее общения, а также ее до-

ступа к различным ресурсам (получение социальной и медицинской помощи, медикаменты, автотранспорт, общение с друзьями, получение образования, работа и т. п.). При этом одновременно может осуществляться и эмоциональное насилие, принуждение жертвы к исполнению унижающих ее достоинство действий и т.п. Этот тип насилия также является наиболее распространенным и присутствует практически во всех случаях насилия в семье. Повторяющееся насилие ведет к значительным психологическим страданиям, посттравматическому стрессу, депрессии, непреходящему чувству страха, а иногда и к более серьезным последствиям (таким как попытки самоубийства).

К психологическому насилию можно отнести и использование детей как заложников, вовлечение их в акты физического и иного насилия над взрослой жертвой, различные манипуляции над ними, ограничение числа свиданий с матерью и т.д. Многие практические психологи, работающие с женщинами, пострадавшими в результате насилия, считают, что психологические последствия домашнего насилия гораздо серьезнее, чем переживания по поводу, например, хулиганского нападения на улице.

Экономическое: единичный контроль за расходованием денег (зависимому выдаются только определенные суммы, за которые он должен отчитаться), лишение права голоса при планировании бюджета семьи, принуждение или запрещение работать, отказ в участии по содержанию детей, утаива-

ние доходов, единоличное принятие большинства финансовых решений и т.п.

Пренебрежение: систематическое нежелание обеспечить основные потребности зависимого члена семьи в пище, одежде, медицинском уходе, заботе, защите и привязанности. Пренебрежение как форма насилия в семье наиболее часто применяется в отношении пожилых женщин или женщин инвалидов. Пренебрежение характеризуется игнорированием нужд человека и проявляется в неспособности близких людей выражать привязанность и заботу по отношению друг к другу, лишении эмпатии, игнорировании потребностей друг друга в поддержке, общении.

Мотивы вступления в брак в дисфункциональных семьях

Исследование мотивов вступления в брак в дисфункциональных семьях провели отечественные семейные психотерапевты Э.Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис. Им удалось выявить следующие мотивы:

бегство от родителей;

долженствование (вступление в брак из чувства долга);

одинокость;

следование традициям (инициативе родителей);

любовь;

престиж;

поиск материальных благ;

месть.

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

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

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

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

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

1.4. Возможные причины роста разводов

Перечислим причины роста разводов:

- изменение функций семьи, а именно, хозяйственной (экономической) стороны. Женщина может зарабатывать больше, чем мужчина, и становиться как бы более независимой;
- успехи в борьбе за равноправие полов (феминизм);
- отсутствие негативных стереотипов у разведенных;
- освобождение от классовых, религиозных и национальных предрассудков;
- изменение темпа и стиля жизни в урбанизированном обществе;
- дифференцированность жизненного цикла;
- рост продолжительности жизни;
- усиление миграционных процессов;
- еще одна причина – снижение влияния родителей на выбор супруга.

Следствием чего является большое количество «ранних», поспешных браков. Причинами развода могут быть не только напряженность отношений и тревожность в определенные кризисные периоды, но также много и других как прямых, так и косвенных (казалось бы, не имеющих к. распаду

семьи никакого отношения) проблем. Перечислим наиболее распространенные факторы, входящие в группу риска разводов и увеличивающие вероятность распада брачно семейных отношений:

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

- употребление алкоголя и наркотиков.

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

1. Перегрузки и физическое истощение. В этом кроется серьезная опасность. Особенно это касается тех молодых людей, которые только начали свою профессиональную или академическую карьеру. Опасно браться за все сразу: учиться в институте, работать полную рабочую неделю, нянчить детей (один – грудной младенец, другой – только начал ходить), ремонтировать квартиру и заниматься бизнесом. Злоупотребление кредитом и ссоры по поводу денежных трат.

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

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

4. Нереальные ожидания. Некоторые люди на пороге брака ожидают чего-то поистине необыкновенного: коттеджи в розах, прогулки по дорожкам, усыпанным цветами, - ничем

не нарушаемая идиллия. Неизбежное разочарование – это эмоциональная ловушка.

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

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

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

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

Говоря также о причинах разводов, необходимо различать их мотивы и мотивировки. Как правило, исследователи проблемы развода апеллируют именно к мотивировкам — рефлексии супругами причин развода. Перечислим, на наш взгляд, основные.

- Утрата и недостаток любви, взаимного уважения, доверия и взаимопонимания. Поскольку основой современной семьи и заключения брака является любовь, утрата чувства любви рассматривается как достаточная причина для развода.

- Неверность супругов, супружеская измена, сексуальные отношения вне брака, ревность. Более 50% разводящихся

пар обвиняли партнера в супружеской измене. Правда, в этом случае трудно говорить о том, являлась ли супружеская измена причиной развода или естественным следствием произошедшего ранее отчуждения супругов и фактического распада семьи. Супружеская измена посягает на любовь как основу брака, разрушает целостность семьи, затрагивая все сферы семейного функционирования; наносит ущерб Я-концепции личности, представляет угрозу самопринятию, чувству собственного достоинства обманутого супруга.

Именно поэтому аффективный комплекс чувств, возникающий как реакция на супружескую измену, включает переживание ревности, обиды, одиночества, предательства, утраты стабильности и чувства безопасности (метафора «разрушенного дома»). Можно выделить следующие причины супружеской измены: новая любовь; месть за неверность супруга (по принципу око за око, зуб за зуб); взаимность, неразделенность любви в супружеских отношениях и стремление реализовать потребность в любви с другим партнером, способным дать переживание полноты интимности отношений; гедонистический поиск новых любовных наслаждений; компенсация дефицита любви в силу ограничения супружеских отношений (хроническая болезнь, длительные командировки, вынужденная разлука); случайные обстоятельства (опьянение, «удобный случай», настойчивость сексуальных домогательств партнера и пр.). В последнем варианте измена носит разовый, нерегулярный характер. Рев-

ность может быть определена как реакция на угрозу распада партнерства в условиях реального или мнимого соперничества. А.Н. Волкова выделяет четыре критерия классификации реакций ревности: «норма — патология»; содержательный критерий (аффективные, когнитивные и поведенческие реакции ревности); тип переживания (активные и пассивные); интенсивность переживания.

- Алкоголизм и неумеренное употребление спиртных напитков супругом. Как правило, такая мотивировка используется преимущественно женщинами: 58% женщин и только 29% мужчин назвали злоупотребление алкоголем причиной развода.

- Притязания одного из супругов на единоличное главенство, нарушение норм демократического общения в семье, авторитарный стиль руководства. Проблемы лидерства могут выступать в форме борьбы против доминирования супруга, за лидерство, «независимость», выражать протест против подчиненного положения в семье было показано, что для разводящихся семей характерна направленность на утверждение собственного единоличного главенства, в то время как для стабильных и неконфликтных типична установка на признание супруга главой семьи или признание совместного главенства.

- Несправедливое распределение домашних обязанностей, ролевая перегрузка женщин в силу трудностей совмещения производственных и семейных обязанностей. Осо-

бую значимость эта причина приобретает в семьях, где оба супруга работают, причем для жен важны профессионально-карьерные цели. Достаточно часто конфликты в семье возникают в силу отсутствия единства супругов в вопросе о том, в какой мере женщина должна посвятить себя работе, карьере и в какой — семье.

- Вмешательство прародителей в семейную жизнь молодых супругов. Поданным З. Розенталя, 8% разведившихся молодых супругов (стаж супружества до двух лет) в качестве причины развода указывали на вмешательство в их жизнь родителей, в то время как среди супругов со стажем семейной жизни более пяти лет — только 0,6%. Таким образом, с возрастанием семейного стажа указанная причина распада семьи теряет свою актуальность.

- Несогласованность и противоречивость взглядов на воспитание детей. Чаще всего разногласия между супругами возникают на 5—10-м году брака, т.е. с момента включения детей в общественную систему воспитания, требующего от отца более активного участия.

- Отсутствие общих увлечений и интересов супругов. Отсутствие общих увлечений приводит к тому, что супруги проводят досуг отдельно, тем самым увеличивая разрыв в своих интересах. Поскольку с момента рождения ребенка жена оказывается «привязана» к дому и ее возможности досуга значительно ограничиваются, возникают и усиливаются конфликты по поводу «несправедливого» распределения

свободного времени между супругами.

- Несходство характеров, несовместимость взглядов и ценностей. Чертами характера партнера, вызывающими раздражение и отчуждение супругов, признаются мелочность, нечестность, легкомысленность, непрактичность, недоверчивость, неуравновешенность.

- Неадекватность мотивов заключения брака, психологическая неготовность супругов к вступлению в брак. Как правило, в этом случае семья распадается достаточно рано и распад часто бывает связан с идеализированными представлениями молодых людей о браке и недостаточным знанием партнера. Адекватность представлений о партнере позволяет молодым супругам эффективно построить свое общение и ролевое взаимодействие, найти путь конструктивного разрешения конфликта, выработать совместные семейные ценности, нормы и «правила семейной игры» и тем самым избежать деструкции семьи и ее распада.

- Сексуальная дисгармония супружеских отношений. Признавая безусловную необходимость обращения супружеской пары к сексологу, подчеркнем, что в подавляющем большинстве случаев в основе сексуальных дисгармоний лежат психологические причины, разрешение которых с необходимостью требует участия психолога-консультанта.

- Насилие в семье, агрессивное поведение супруга, включающее все формы проявления агрессии от физического насилия до ворчливости и раздражительности.

- Принадлежность супруга к определенной профессии или включенность в виды деятельности, которые не могут быть приняты партнером в силу ценностных, религиозных, политических, этических и других убеждений и принципов.

- Совершение супругом уголовно наказуемого деяния, асоциальное и антисоциальное поведение.

- Неудовлетворенное желание иметь детей одним из супругов и отказ от разрешения проблемы с использованием современных методов медицинской репродуктологии или усыновления ребенка.

- Материальные, финансовые и жилищные проблемы семьи, неудовлетворенность низким/неудовлетворительным уровнем жизни.

1.5. Факторы, влияющие на прочность брачного союза

Перечислим факторы, влияющие на прочность брачного союза.

- Продолжительность периода ухаживания до заключения брака. Трудно говорить об оптимальном времени, поскольку решающее значение имеет не продолжительность общения, а качество отношений, их интенсивность и содержание, насыщенность жизненно важными событиями предбрачного периода, т.е. психологическое время знакомства. Статистические расчеты показывают, что, как правило, оптимальный период ухаживания составляет примерно 1—1,5 года. Период ухаживания свыше трех лет до заключения брака приводит к снижению устойчивости брачного союза.

- Инициирование брачного союза. Прерогативу здесь традиционная точка зрения отдает мужчине. Действительно, в патриархальном обществе ситуация складывалась именно таким образом — в отличие от реалий сегодняшнего дня, когда женщина все более утверждает свое равноправие с мужчиной, в частности и в семейно-брачных отношениях. В наше время трудно согласиться с мнением о прерогативе мужчин и в силу гендерных особенностей стратегии выбора брачного партнера (см. ниже). Представляется необходи-

мым различать реального инициатора заключения брачного союза, которым в равной мере могут быть как мужчина, так и женщина, и партнера, вербализующего, «озвучивающего» брачное предложение, — эта роль в нашей культуре в большинстве случаев действительно отводится мужчине. Вместе с тем в современном обществе все в большей степени легализуется право женщины на инициативу в создании брачного союза.

•Время обдумывания брачного предложения, наличие ритуала помолвки (когда официальное согласие партнеров на брак уже дано, но само его заключение отложено в связи с необходимостью завершения образования, достижения необходимой ступени социальной и статусной зрелости и пр.).

•Ситуация оформления брака. Здесь необходимо учитывать фактор «вынужденности» его заключения и стоящие за ним мотивацию и личностный смысл для каждого из партнеров. Специального внимания заслуживает ситуация ожидания ребенка, стимулирующая заключение брака, однако-воздействие ее на развитие семьи носит неоднозначный характер, часто выступает как фактор риска для молодой семьи, поскольку резко сокращает продолжительность стадии «семья без детей» и ограничивает во времени период взаимной адаптации и формирования семейной системы. К воздействиям «вынужденного» фактора заключения брака относят также переезд на постоянное или временное место жи-

тельства одного из партнеров; уход в армию молодого человека, когда брак выступает гарантией верности партнеров; резкое изменение уровня и образа жизни, при котором заключение брака является единственно возможным способом сохранить прежний уровень отношений.

- Особенности сексуальных отношений партнеров до брака. В настоящее время сексуальный дебют не связывается с заключением брака, даже у женщин. Либерализация сексуальных отношений как тенденция современного общества делает достаточно частым явлением более или менее продолжительное сожительство партнеров, предшествующее заключению брака, что позволяет рассматривать этот период как период взаимной адаптации партнеров и выработки совместной системы семейных ценностей и семейного уклада.

- Отношение родителей к партнеру (положительное, отрицательное, амбивалентное, индифферентное). Специфической культуральной особенностью российского общества является характер отношения родителей молодого человека к его потенциальному брачному партнеру, обусловленное значительной зависимостью (экономической, территориальной, психологической, эмоциональной) поколения двадцатилетних от родителей. Психологическая задача молодого взрослого в предбрачный период состоит в том, что он должен приобрести степень автономии, необходимую для создания собственной семьи, и в то же время перестроить отношения с родителями, сохранив взаимное доверие и близость. В неко-

торых культурах делается попытка решить эти две во многом противоположные задачи — отделения молодого взрослого и сохранения близости с родителями — через предоставление родителям права самим избирать брачного партнера своему ребенку. Немалое значение для решения таких задач новой семьи, как установление системы отношений с расширенной семьей, принятие прародителей в роли бабушек и дедушек, реализация задач заботы и ухода за прародителями и пр., имеют особенности отношения родителей к потенциальному брачному партнеру их ребенка и перспективам заключаемого брака.

- Особенности отношения родителей, друзей к решению партнеров заключить брак.

- Переживание партнерами на протяжении периода ухаживания стрессогенных и фрустрирующих событий (смерть близкого человека, конфликты и серьезные неудачи в профессиональной и учебной деятельности и пр.). Исследования особенностей выбора брачного партнера позволили выделить следующие психологические условия принятия решения о заключении брака: регулярность контактов и установление отношений между партнерами; взаимное удовлетворение потребности партнеров в любви и эмоциональной поддержке; комплементарность потребностей партнеров; внешняя физическая привлекательность партнеров; сходство социально-экономического статуса, мировоззрения, ценностей, принадлежность к одной культуре; предска-

зуемость поведения партнера; получение от партнера подтверждения принятия собственных мнений, ценностей, идей и интересов; соответствие партнера образу и моделям поведения родителя противоположного пола.

1.6. Межличностное общение в семье. Семейная коммуникация.

В работах Л.А. Петровской, Г.М. Андреевой, Э.Г. Эйдемиллера, К. Вацлавика, В. Сатир, К. Роджерса, Т. Гордона выделены условия эффективного межличностного общения в семье, включающие как общие принципы организации успешной коммуникации, так и специфические нормы, и правила, устанавливаемые применительно к семье:

- открытость коммуникации;
- высокая активность коммуникации, обеспечивающая интенсивное обсуждение значимых для членов семьи проблем. Регламент семейной жизни должен предусматривать специальное время и создание ритуалов для возможности такого обсуждения — вечернее совместное чаепитие, разговор с детьми перед сном и т.д.;
- необходимая 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;
- сенситивность к высказываниям партнера, использова-

ние 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. Семейный словарь включает особые имена, прозвища, символы значимых событий (годовщины знакомства, первого свидания, объяснения и пр.), шутки, остроты, дразнилки, «приколы», семейные рассказы. Существует согласованный язык взглядов, мимики, жестов, поз. Семейные реликвии — предметы, связанные с определенными «знаковыми» событиями семьи, — также выполняют важную функцию стабилизации семейного общения, взаимодействия и формирования семейного самосознания, задающего нормативность жизни семьи.

Нарушения межличностного общения — одна из наиболее актуальных проблем семейного функционирования. Можно выделить следующие виды нарушений межличност-

ной коммуникации в семье:

- 1) противоречивость вербальной и невербальной коммуникации;
- 2) возникновение коммуникационных барьеров;
- 3) манипулирование партнером в процессе коммуникации, злоупотребление управлением коммуникацией (Э. Берн);
- 4) нарушение и искажение передачи чувств (В. Сатир);
- 5) «отклоненная» коммуникация;
- 6) парадоксальная коммуникация;
- 7) «замаскированная» коммуникация — мистификация (Р. Лэнг);
- 8) борьба за коммуникационный канал.

Трудности в общении часто возникают из-за низкой коммуникативной компетентности супругов и использования ими высказываний типа коммуникационных барьеров, затрудняющих процесс эффективного общения. Типы неэффективных высказываний включают: приказания, прямое инструктирование; предостережения, угрозы; нотации, морализаторство; советы и разъяснения; логическую аргументацию; прямую негативную оценку; высмеивание, навешивание ярлыков; похвалу; интерпретацию поведения, постановку диагноза; расследование, допрос; утешение, успокаивание; отвлечение внимания, уход от проблемы. Причинами нарушения межличностного общения в семье также высту-

пают перегруженность информационного канала и требование учета системы опосредующих образов, неадекватность самих опосредующих образов, личностные особенности супругов.

Если трудности общения приобретают хронический характер, возникает так называемая «коммуникационная проблема», связанная с существованием актуальной потребности одного из членов семьи в помощи или содействии партнера и неадекватностью способа передачи информации. Э.Г. Эйдемиллер выделяет три этапа развития коммуникационной проблемы: информационно-дефицитный, этап замещающе-искаженного коммуницирования и поведенчески-коммуникационный. В супружеских отношениях достаточно часто дефицитной информацией, т.е. информацией, передача которой оказывается затруднена, является просьба о подтверждении любви, обращение за эмоциональной поддержкой и сопереживанием. Например, муж испытывает потребность в выражении любви, поддержки со стороны жены, однако обращение с подобной просьбой не согласуется с его представлениями о маскулинности и о себе как сильной личности. На первом, информационно-дефицитном этапе реальная коммуникация заменяется воображаемой, частично невербальной — поведение мужа представляет собой молчание, «сверлящий» и умоляющий взгляд вслед уходящей жене, мысленные призывы. На следующем этапе происходит замещение и искажение информации, поскольку непосред-

ственное выражение супругом своих потребностей диссонирует с его ожиданиями и предписанным сценарием ролевого поведения («когда приходится, быть сильным, а хочется быть слабым...»). Например, муж, вместо того чтобы сказать: «Побудь со мной, мне не хватает твоего внимания, и вообще я сегодня устал и чувствую себя жалким», говорит: «Что-то я плохо себя чувствую...» Жена, бросая все, мчится в аптеку и, возвращаясь, обнаруживает «тяжелобольного», почти умирающего полчаса назад мужа развалившимся в кресле перед телевизором. Скандал. Наконец, на поведенческом этапе начинается манипулирование партнером с целью заставить его делать то, что желает носитель «дефицитной информации». В нашем случае муж использует любые средства для того, чтобы заставить жену все время проводить дома рядом с ним (упреки, использование мнения родственников в целях давления и пр.). Отношения катастрофически ухудшаются, наблюдается потеря взаимного доверия, эскалация конфликта. Исходная потребность так и не удовлетворена, более того, шансов на эмоциональную поддержку и взаимопонимание уже почти не осталось.

«Отклоненная» коммуникация представляет собой односторонний процесс, в котором один из партнеров, по сути, занимает позицию изоляции и молчаливого отказа от коммуникации. Внешне такая коммуникация выступает как монолог вместо диалога, в общении партнеров отсутствует зрительный контакт. Блестящей иллюстрацией отклонен-

ной коммуникации может стать картина совместного ужина, изображенного на картине В. Ван Гога «Едоки картофеля». Вечер, крестьяне собрались за столом за скудным ужином. Казалось бы, совместная трапеза объединяет, едоки вроде глядят друг на друга, однако продолжение линии взгляда легко обнаруживает, что на самом деле ни один из них не смотрит на сотрапезника, взгляд каждого из них устремлен в никуда — коммуникация разорвана!

Парадоксальная коммуникация представляет собой передачу по коммуникационному каналу одновременно двух взаимоисключающих сообщений, каждое из которых должно быть воспринято партнером как истинное. Противоречивое сообщение подкрепляется еще и запретом его замечать или комментировать. Например, супруг, вернувшись домой, застаёт заплаканную жену и встревоженно спрашивает: «Что случилось?». Следует ответ со слезами на глазах: «Все в порядке, у меня все хорошо!»

«Замаскированная» коммуникация, или мистификация, часто используется супругами в условиях актуального или хронического семейного конфликта и представляет собой маскирование и затушевывание противоречий и конфликтов в отношениях с целью сохранить статус-кво, не объективировать конфликтную ситуацию. Мистификация состоит в том, что один член семьи отвергает адекватную интерпретацию семейной ситуации, своих чувств и переживаний, предлагаемую партнером.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.