

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**

Г.Н. Малюченко, В.П. Жуковский, С.В. Шанин

**МОЛОДАЯ СЕМЬЯ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ФОРМИРОВАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ**

Учебно-методическое пособие

**САРАТОВ  
2019**

УДК 37.013  
ББК 74.200.56  
М18

Рецензенты:

*А.В. Тимушкин*, декан факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности Балашовского института (филиала) ФГБОУ ВО «СГУ имени Н.Г. Чернышевского», д-р пед. наук, профессор  
*В.М. Смирнов*, доцент кафедры психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Гжельский государственный университет», канд. психол. наук, доцент

Авторы:

*Г.Н. Малюченко*, доцент кафедры консультативной психологии ФГБОУ ВО «СГУ имени Н.Г. Чернышевского», канд. психол. наук, доцент  
*В.П. Жуковский*, проректор по научно-инновационной деятельности ГАУ ДПО «СОИРО», д-р пед. наук, профессор  
*С.В. Шанин*, заведующий кафедрой профессионального образования ГАУ ДПО «СОИРО», канд. пед. наук, доцент

*Рекомендовано к печати редакционно-издательским советом  
ГАУ ДПО «СОИРО»*

**Малюченко, Г.Н.**

**М18 Молодая семья: психолого-педагогические основы формирования и поддержки : учебно-методическое пособие /**  
**Г.Н. Малюченко, В.П. Жуковский, С.В. Шанин. – Саратов :**  
**ГАУ ДПО «СОИРО», 2019. – 152 с. : ил.**  
**ISBN 978-5-9980-0443-8**

В пособии раскрываются психолого-педагогические основы формирования готовности будущих супругов к семейной жизни, а также основы комплексной поддержки молодых семей, включая ситуации нормативного и ненормативного кризисов. Теоретические и учебно-практические материалы охватывают широкий круг вопросов, связанных как с подготовкой молодых людей к семейной жизни, так и сопровождением молодых семей. Представлены авторские разработки групповых коррекционно-развивающих занятий с юношами и девушками, а также методики психологической диагностики брачно-семейных отношений. Все представленные модели и методы групповых и индивидуальных занятий могут быть успешно реализованы в рамках образовательных учреждений либо учреждений и служб, оказывающих комплексную поддержку семьям. Издание предназначено для широкого круга специалистов образовательных и социозащитных учреждений, ответственных за обеспечение компетентности молодого поколения в сфере брачно-семейных отношений.

УДК 37.013  
ББК 74.200.56

**ISBN 978-5-9980-0443-8**

© Министерство образования Саратовской области, 2019  
© ГАУ ДПО «СОИРО», 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ<br>ФОРМИРОВАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ МОЛОДОЙ СЕМЬИ.....                                      | 5  |
| ГЛАВА 1. АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ<br>ПОДГОТОВКИ К БРАЧНО-СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ .....                           | 9  |
| Введение в программу подготовки к брачно-семейным отношениям<br>через раскрытие смысла понятий «влюбленность» и «любовь» ..... | 9  |
| Содержательные аспекты проявлений человеческой любви:<br>от древности до наших дней .....                                      | 13 |
| Основные различия в отношении к любви, браку и семье у мужчин и женщин.....                                                    | 19 |
| Закономерности подготовки молодого поколения к осознанному родительству .....                                                  | 28 |
| Резюме .....                                                                                                                   | 33 |
| ГЛАВА 2. ПЕРВИЧНАЯ ПОНЯТИЙНО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА<br>К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ: СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ .....                        | 34 |
| Занятие 1 (вводное). Что такое брак и что такое семья?.....                                                                    | 35 |
| Занятие 2. Проведение парных дискуссий на тему «Нужна ли семья?» .....                                                         | 37 |
| Занятие 3. Анализ сложной ситуации личного выбора .....                                                                        | 37 |
| Занятие 4. Творческое самовыражение участников на тему «Что такое любовь?».....                                                | 38 |
| Занятие 5. В чем кроется секрет семейного счастья? .....                                                                       | 39 |
| Занятие 6. Творческие завершения высказываний на тему семьи .....                                                              | 40 |
| Занятие 7. Ролевая игра «Семейные роли/обязанности и пути их выполнения».....                                                  | 40 |
| Занятие 8. Групповая игра «Обоснование позиции супруга».....                                                                   | 41 |
| Занятие 9. Выступления в формате Stand Up на заданную тему .....                                                               | 41 |
| Занятие 10 (итоговое) .....                                                                                                    | 42 |
| Резюме .....                                                                                                                   | 44 |
| ГЛАВА 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ<br>ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК К БРАЧНО-СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ .....                 | 46 |
| Занятие 1 (комплексное групповое). Готовность к созданию семьи.....                                                            | 47 |
| Занятие 2 (комплексно-групповое). Освоение правовых норм,<br>регулирующих брачно-семейные отношения .....                      | 53 |
| Занятие 3. Практические основы формирования и планирования<br>семейного бюджета .....                                          | 56 |
| Занятие 4 (практико-ориентированное). Планирование семьи:<br>основные факторы и принципы .....                                 | 58 |

|                                                                                                                                        |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Занятие 5 (групповое). Решение спорных/конфликтных ситуаций в семье .....                                                              | 59         |
| Занятие 6 (групповое). Практика конструктивного общения с родственниками .....                                                         | 61         |
| Занятие 7 (групповое). Примерка семейных ролей: проверка готовности<br>к изменениям в соответствии с требованиями семейной жизни ..... | 63         |
| Резюме .....                                                                                                                           | 64         |
| <b>ГЛАВА 4. МОЛОДАЯ СЕМЬЯ КАК СПЕЦИФИЧЕСКИЙ ОБЪЕКТ<br/>ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ .....</b>                                    | <b>66</b>  |
| Теоретико-методические аспекты психолого-педагогической поддержки<br>молодых семей.....                                                | 66         |
| Содержание социально-педагогической и психологической поддержки<br>молодой семьи .....                                                 | 73         |
| Модель организации социально-психологической поддержки<br>молодых семей в рамках специализированного центра .....                      | 82         |
| Резюме .....                                                                                                                           | 89         |
| <b>ГЛАВА 5. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ<br/>ПОДДЕРЖКИ МОЛОДЫХ СЕМЕЙ В СОСТОЯНИИ КРИЗИСА .....</b>                       | <b>91</b>  |
| Психологический подход к пониманию семейных кризисов .....                                                                             | 91         |
| Разновидности семейных кризисов: их причины<br>и психологические характеристики .....                                                  | 95         |
| Системная диагностика причин и анализ факторов возникновения<br>кризисных состояний в современных семьях .....                         | 110        |
| Комплексная психолого-педагогическая помощь молодой семье<br>в ситуации кризиса .....                                                  | 118        |
| Содержание коррекционно-развивающей работы семейного психолога<br>с детьми и родителями из кризисных семей .....                       | 123        |
| Резюме .....                                                                                                                           | 131        |
| <b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....</b>                                                                                                                | <b>133</b> |
| <b>ЛИТЕРАТУРА.....</b>                                                                                                                 | <b>135</b> |
| <b>ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>                                                                                                                 | <b>137</b> |

## **ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ МОЛОДОЙ СЕМЬИ**

---

В настоящее время практика психолого-педагогического формирования и сопровождения молодой семьи значительно опережает теорию, что выражается в отсутствии единой методологической концепции, определяющей роль и координацию образовательных организаций и социальных служб в данных процессах. При этом большая часть специалистов сходится во мнении, что современные молодые люди испытывают потребность в получении квалифицированной помощи и поддержки: прохождении специальных лекционных курсов, практических занятий и/или консультационных встреч, которые бы обеспечивали успешность их семейной жизни в будущем. В сознании большинства представителей молодого поколения переход к самостоятельной жизни связан прежде всего с понятием «финансовая самостоятельность». Однако этот вид самостоятельности становится возможен только при условии достижения социальной и личностной зрелости молодых супругов. Психологическая готовность к семейной жизни не возникает автоматически в момент ухода молодого человека из родительской семьи во взрослую жизнь. Этот переход часто протекает весьма драматично и связан с серьезными испытаниями и стрессами.

Вчерашним школьникам и студентам необходимо привыкнуть к самостоятельному существованию, к ответственности не только за свою жизнь, но и жизнь других людей. Подавляющее большинство молодых супругов становятся родителями уже в первые три года совместной жизни. Поэтому от степени осознания ими роли и значения родительства зависит судьба их детей, а в глобальном измерении и будущее общества. Вместе с тем в последние годы продолжает увеличиваться количество молодых семей с низким воспитательным потенциалом, что приводит к росту детской безнадзорности и сиротства при живых родителях. Таким образом, современное общество нуждается в методологии целенаправленного формирования готовности молодых людей к семейной жизни. А практика семейного воспитания должна быть вооружена методами психологического сопровождения молодых супругов в процессе становления их родительских установок.

Актуальность учебных материалов данного пособия заключается в том, что многим молодым людям сложно самостоятельно выстроить адекватные представления о браке и гармоничной семейной жизни, так как у них либо полностью отсутствует личный опыт переживания внутрисемейной

гармонии, либо такой опыт имеется, но весьма ограниченный и отчасти негативный. У современных юношей и девушек, как правило, недостаточно развиты представления о полоролевых моделях поведения, правилах выбора спутника жизни, о семейно-бытовых установках или принципах воспитания детей в условиях полной семьи.

Как известно, современные семьи переживают не только трудности экономического характера, но и проблемы, связанные с воспитанием детей, освоением важнейшего социокультурного опыта. Многие родители вынуждены искать дополнительные виды заработка, чтобы обеспечить выживание своей семьи, что, в свою очередь, сокращает время и силы, а порой и желание, которые могли быть потрачены на общение с детьми, обеспечение их физического и нравственного развития. В данной ситуации на помощь родителям приходит другой важный институт воспитания подрастающего поколения – школа [8].

В воспитании будущих брачных партнеров огромную роль играют родительские семьи со всеми их домочадцами, включая бабушек, дедушек и т.д. Но не менее важная функция в ряде случаев принадлежит образовательным учреждениям. Ведь именно педагоги современных общеобразовательных организаций, учреждений среднего и высшего профессионального образования обладают соответствующими педагогическими технологиями, открывающими большие возможности для проведения систематической, целенаправленной подготовки учащихся к семейной жизни с помощью учебной и внеучебной работы. При образовательных учреждениях также можно организовать просветительскую деятельность в рамках неформальных молодежных объединений, направленную на оказание помощи молодым парам, формирование общественного мнения о высочайшей ценности семьи для общества и для каждого человека в отдельности.

Специфика конкретных задач придает определенную направленность выбору форм и содержания этой работы. Так, в старших классах рекомендуется не только подготовка и защита рефератов на заданные темы, но и проведение групповых дискуссий, ролевых игр и социально-психологических тренингов. Все это, конечно, дополняется внешкольной работой, сведениями, полученными из книг, журналов, радио- и телепередач [21, 4, 14]. Конечным результатом подготовки к браку и семейной жизни должна быть полная сформированность социально-психологической и практической готовности молодых людей к семейно-брачным отношениям.

Следует отметить, что у юношей и девушек уже к началу обучения в старших классах накапливается немало знаний о взаимоотношениях между представителями различных полов, о семье, воспитании. Однако эти знания разрозненны, отрывочны, слабо осмысленны, а личный опыт часто носит фрагментарный характер. Их нельзя считать достаточным основанием для строительства в будущем семьи. Таким образом, данное пособие объясняет важность социально-педагогической подготовки к семей-

ной жизни старшеклассников. Для более эффективного построения процесса подготовки юношей и девушек к брачно-семейным отношениям в школе следует выделить наиболее важные цели такого рода программ:

1) сформированная готовность к вступлению в брачно-семейные отношения на основе принятия нравственных идеалов высокообразованного человека, стремящегося к семейной гармонии и освоению культурного опыта;

2) сформированность у юношей и девушек четких представлений о путях построения полноценной семьи, а в более широком понимании – семьи как важнейшего элемента «родового дерева» в контексте национальной культуры родственных отношений [4, 6, 15].

При этом в рамках комплексной теоретической и практической подготовки молодых людей к брачно-семейным отношениям ставятся следующие задачи:

1) помочь молодым людям осознать свои настоящие и будущие семейные и родственные права и обязанности;

2) повысить уровень личностной зрелости в ракурсе психологической готовности юношей и девушек к браку;

3) повысить степень ответственности молодых людей перед их потенциальными брачными партнерами;

4) увеличить в представлениях молодых людей степень социальной престижности отцовства и материнства;

5) способствовать формированию адекватных представлений об интимной жизни в браке и психогигиене сексуальной жизни, основанной на взаимноответственных отношениях между супругами;

6) способствовать расширению важных знаний по уходу за ребенком, основам гигиены и поддержания здоровья детей;

7) способствовать формированию установки на здоровый образ жизни как основы благополучия семьи, в том числе посредством антиалкогольной пропаганды;

8) способствовать освоению основ рационального ведения домашнего хозяйства, эффективной и экономной организации бюджета семьи [2, 14, 21].

Для эффективного решения указанных задач в образовательных учреждениях применяются различные формы и методы теоретической и практической групповой подготовки юношей и девушек к семейной жизни.

Применение активных методов групповой работы позволяет учащимся глубже осознать свои качества и особенности поведения других людей, дает возможность обогатить их жизненный опыт, знания, умения и навыки в сфере организации семейной жизни, стимулирует процессы самовоспитания и самосовершенствования. Работа в группе дает возможность вырабатывать необходимые коммуникативные способности, включающие умение описывать поведение, передавать свои чувства, навыки рефлексивного и неререфлексивного слушания, предоставления обратной связи и конфронтации.

Успешность овладения этими навыками способствует повышению культуры межличностных отношений юношей и девушек, накоплению школьниками аналогов межличностного взаимодействия в семье [2, 18, 21].

Использование активных методов групповой работы в процессе подготовки старшеклассников и студентов к семейной жизни способствует формированию у них более адекватного представления о браке и факторах, влияющих на стабильность семейно-брачных отношений. Готовность молодого человека к организации в будущем самостоятельной семейной жизни – это прежде всего его готовность к гармоничным супружеским отношениям, в рамках которых он может успешно спланировать и реализовать все свои жизненные цели и задачи. Как следствие – несовершенство в работе социальных институтов и государственных служб, призванных оказывать содействие процессу создания и устойчивого развития молодых семей, дестабилизирует все общество. В задачи соответствующих специалистов входит вооружение подрастающего поколения достаточными теоретическими сведениями о морально-нравственных основах отношений между мужчинами и женщинами, а также содействие формированию у молодых людей позитивного опыта ответственных добрых отношений.

Таким образом, подготовка юношей и девушек к семейной жизни должна стать одним из важнейших направлений работы образовательных и социозащитных учреждений. Эта работа представляет собой целенаправленный процесс, включающий как теоретические, так и практические аспекты социально-психологической и педагогической подготовки. Важнейшими его компонентами являются формирование у молодого поколения позитивных представлений о браке и семейной жизни, социально-психологической установки на обеспечение устойчивости отношений в браке, выработку навыков ответственного родительства, освоение всех прав и обязанностей супругов в современной семье.

Как показывает психолого-педагогический анализ содержания всех известных на сегодня программ подготовки молодежи к брачно-семейным отношениям, наиболее оптимальным является построение по принципу «от теории к практике». При этом не менее важным является принцип компоновки «от простого к сложному» [8, 4, 19]. Ведущие таких программ должны активно применять педагогические методики подачи учебных материалов и психологические технологии их освоения, тематические лекции, интерактивные презентации, дискуссии, деловые игры, тренинговые упражнения и иные специальные групповые задания, обеспечивающие как теоретическую, так и практическую подготовку. По тем же принципам должна проводиться работа специалистов с уже состоявшимися молодыми семьями: многие из них часто ищут пути получения индивидуальных консультаций, направленных на коррекцию межличностных отношений в паре и формирование систематических знаний, умений и навыков, обеспечивающих успех в повседневном воспитании детей.

# ГЛАВА 1

## АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ К БРАЧНО-СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ

---

### **Введение в программу подготовки к брачно-семейным отношениям через раскрытие смысла понятий «влюбленность» и «любовь»**

Программы подготовки молодежи к семейной жизни открывают ей возможности для личностного роста и развития целого ряда важных социальных компетенций. Вместе с тем перед молодыми людьми встает необходимость более глубокого понимания любви и всех тех чувств, которые сопутствуют созданию брачной пары. Следует отметить, что представления о любви, которые навязываются массовой культурой подрастающему поколению, зачастую поверхностны и стереотипны. Так, например, основной посыл значительной части художественных фильмов «про любовь» заключается в идее о том, что настоящая и вечная любовь – это некий случайный «счастливый билет», который по неизвестным причинам удастся получить не многим из живущих. При этом должным образом не рассматриваются внутриличностные особенности и индивидуальные факторы, которые позволяют человеку получить и сохранить этот «дар истинной любви». Молодые люди должны уяснить, что для сохранения такого дара каждому человеку приходится работать над собой, корректировать свою личность, свое восприятие других людей, а также многих социальных институтов, включая семью и брак. Ибо таким образом постепенно достигаются гармония и мир в душе человека. Только зрелая личность может переплавить неизбежные кризисы и испытания в брачных отношениях в духовный опыт и тем самым сохранить эти отношения на долгие годы.

Современная массовая культура в принципе не может дать ответов на многие вопросы о любви. Молодому поколению через глобальные массмедиа навязываются искаженные стандарты красоты и ложные представления о брачно-семейных отношениях с ориентацией на высокие запросы к материальной обеспеченности и акцентом на совместном проведении досуга, отдыха и удовольствий. А ведь значительная часть семейной жизни состоит из забот о детях, совместного ведения хозяйства и поисков гармонии в решении текущих жизненных проблем. Не удивительно, что в наше время многие молодые люди быстро разочаровываются в семейной жизни,

постоянно обманываются в своих избранниках, а затем влюбляются и «перевлюбляются» вновь и вновь, тем самым только приумножая свои жизненные ошибки. Поэтому в рамках программ подготовки к брачно-семейным отношениям следует особое внимание уделить такой теме, как раскрытие и преобразование чувства влюбленности, возникающего в предбрачный период между мужчиной и женщиной, в ответственную любовь, созревающую в рамках семьи.

Рассмотрим более детально специфику молодежного восприятия содержательно-смысловых аспектов понятий влюбленности и любви. Раскрывая тему влюбленности и любви, необходимо учитывать психологические особенности подросткового и юношеского возраста, влияющие на восприятие и понимание таких тем, как влюбленность и любовь в рамках семейной жизни.

Как известно, многие молодые люди проявляют максимализм в оценках других людей и социальных институтов и вместе с тем неустойчивую самооценку и порой предельную самокритичность. На их восприятие институтов семьи и брака влияет стремление к постижению законов мира через переоценку многих традиций, возникших в старших поколениях. При этом установка молодых людей на сверхкритичное восприятие «готовых рецептов» от родителей и учителей парадоксальным образом сочетается с открытостью их сознания влиянию со стороны массмедиа, так называемых «лидеров мнений» и всевозможных субкультур. Тем не менее для молодых умов свойственны поиски альтернативных точек зрения на многие аспекты человеческой жизни, что может и должно быть использовано при проведении специальных образовательных программ, направленных на формирование позитивного отношения к семье и браку [4, 14, 18].

Значительные трудности возникают у многих молодых людей при попытках самостоятельного осмысления закономерностей возникновения влюбленности и любви. По этой причине им бывает весьма интересно и полезно изучить многовековой опыт всестороннего осмысления проявлений влюбленности и любви, как для разрешения текущих проблем их личной жизни, так и для создания и сохранения их будущих семей. И часто случается так, что не родители, а именно педагоги как представители старших поколений имеют возможность доступным языком раскрыть молодым людям накопленную веками мудрость в понимании всех закономерностей сложной динамики отношений в паре «мужчина – женщина», возникающих на основе влюбленности и любви.

В рамках специально организованных лекций и семинаров понятие «любовь» для начала вполне обоснованно может быть рассмотрено в предельно расширенном ракурсе – как некая великая сила, вдохновляющая людей на подвиги, стихи и порой безумные поступки. Также следует отметить, что в современном мире это понятие часто умаляется и редуцируется

до биологических инстинктов, что, по мнению современных ученых, привело к его постепенной девальвации. Сегодня педагоги располагают необходимыми методиками и техническими средствами, позволяющими на конкретных примерах показать молодому поколению, что любовь может и должна восприниматься как многогранная духовно-психическая сила, двигающая во все времена огромными массами людей и лежащая в основе эволюции человеческого рода и человеческой культуры.

Возникающее чувство любви, как правило, воспринимается молодыми людьми лишь как яркое событие в их жизни. Но педагоги могут помочь им увидеть в этом событии частное проявление всеобщего эволюционного закона и универсального процесса, который влияет на жизненные цели и систему убеждений каждого индивида. Довольно часто близкие отношения в паре начинаются с влюбленности, первоначальной увлеченности друг другом. Чувство такого рода подразумевает сильное желание сблизиться с другим человеком и стремление выразить свои эмоции и сексуальную симпатию. Возникшее любовное увлечение может быть волнующим и радостным переживанием, однако и у этой медали есть обратная сторона. Влюбленность может окрылять человека, но может и заставить страдать, если возлюбленный не отвечает взаимностью на сильные чувства.

В тех случаях, когда люди испытывают взаимную влюбленность, они стремятся проводить как можно больше времени вместе. Постепенно в их отношениях исчезают обычные социальные барьеры, и они более чувствительно реагируют друг на друга. Со временем разделенное взаимное чувство становится более глубоким, и в конечном счете между людьми могут возникнуть по-настоящему близкие отношения. В моменты предельной близости и гармонии влюбленные люди остро осознают ценность таких отношений, у них возникает глубокое желание сохранить их в будущем. Все чаще и чаще им кажется, что их влюбленность переросла в нечто большее – глубокое чувство искренней, взаимной любви. И вот наступает момент, когда партнеры дают обещания друг другу: «Я буду всегда любить тебя», «Я никогда не покину тебя» или «Я никогда не обижу тебя». Однако в действительности эти партнеры еще продолжают переживать стадию влюбленности. В одних парах эта стадия может продлиться полгода, в других – три года и более, но раньше или позже она завершается частичным или полным охлаждением чувств. Иногда специалисты-психологи называют это явление «сворачиванием чувств», то есть переходом их во внутриспсихический план, что проявляется через отдаление, более сдержанные проявления симпатии и сопутствующих эмоций, в переориентации отношений и поведения партнеров на более формальные и даже деловые аспекты [8, 13]. К сожалению, нередко вместе с влюбленностью заканчиваются и близкие отношения в паре. Возможно, поэтому в нашем обществе многие молодые люди так часто ошибочно называют настоящей любовью лишь то, что происходит или происходило с ними на стадии влюбленности.

Если пара состоит из достаточно зрелых личностей, то начальная стадия влюбленности может смениться более устойчивыми и глубокими отношениями – стадией ответственной любви. Партнеры принимают сознательное решение оставаться вместе, даже если у них возникают разногласия по отдельным частным вопросам. Они готовы проявлять постоянную взаимную заботу и испытывают друг к другу достаточное доверие, что является прочной основой для оформления брачных отношений в загсе, в обряде венчания и т.д. Партнеры понимают, что возникшая между ними любовь значительно глубже и важнее любой мимолетной страсти, так как они планируют иметь совместных детей, растить и воспитывать их долгие годы. В психологическом аспекте они рассматривают свои отношения как процесс многоуровневой (интеллектуальной, эмоциональной, телесной) коммуникации, в ходе которого любые вопросы открыты для обсуждения и достижения компромиссов.

Иными словами, на данной стадии чувство любви, по сути, становится фундаментом для прочного брачного союза, в котором двое не на словах, а на деле выступают как единое целое, преодолевая все перипетии жизни. Кроме того, переход пары на стадию ответственной любви означает готовность не только любить другого, но и уважать, ценить его вне зависимости от индивидуальных различий и расхождений. На этой стадии партнеры непрерывно учатся воспринимать свои различия как еще один источник радости и удовольствия, а не досадную помеху [13, 15].

Таким образом, педагог должен рассмотреть со своими воспитанниками две основные стадии отношений в паре, для того чтобы выработать у них понимание верной динамики развития чувства влюбленности. После того как этот материал в достаточной мере усвоен, педагог может перевернуть внимание участников программы на взаимосвязь ответственной любви с более прозаичными материями, такими как хозяйственно-бытовые проблемы, возникающие в молодых семьях. Так, например, можно раскрыть для молодых людей значение гармоничных и взаимоответственных отношений в паре при решении совместных задач в трех типичных проблемных зонах молодой семьи:

- а) проблемы трудоустройства / поиска достойно оплачиваемой работы;
- б) проблемы обретения собственного жилья / строительства дома;
- в) проблемы рождения, воспитания и обеспечения безопасности детей.

При целенаправленной лекционной работе с молодежной аудиторией следует обращать ее внимание на тот факт, что чудесного разрешения проблем не бывает. Иными словами, большая часть проблем молодой семьи решается путем терпеливой, последовательной, порой утомительной работы и совместной деятельности, требующей от супругов постоянного развития, самосовершенствования, что удастся им только при условии перехода на стадию ответственной любви. Фактор духовной зрелости молодых супругов, их

способности к ответственной любви имеет решающее значение вне зависимости от тех стартовых условий, в рамках которых начинает свое развитие молодая семья. К сожалению, в настоящее время эти условия, то есть финансовые возможности молодой семьи, могут весьма различаться – от полного достатка до отсутствия, казалось бы, самого необходимого. Но даже если молодая пара имеет средства для удовлетворения любого жизненного запроса, духовная незрелость супругов, их неспособность к ответственной любви сводит к нулю шансы на гармоничную, стабильную и счастливую семейную жизнь. И как бы такие супруги не пытались обмануть судьбу или самих себя, обходя острые углы в отношениях, планомерный и естественный ход семейной жизни будет сталкивать их с необходимостью личностного развития, проработки своей духовной инертности и пустоты в целях постепенного преодоления причин возникающих конфликтов и освоения путей развития способности к ответственной любви.

### **Содержательные аспекты проявлений человеческой любви: от древности до наших дней**

Современные философы и ученые по сей день спорят о природе любви. Одни полагают, что проявления любви большей частью инстинктивны, так как они, скорее, элементы эволюционной биологической программы, направленной на сохранение рода. Другие доказывают, что проявления любви в человеческом сообществе определяются в большей степени индивидуальными особенностями, воспитанием и культурными традициями, чем биологией. Следует признать, что, по крайней мере, у человека любовь не проявляется обезличено и стереотипно, как некая врожденная программа поведения. Один человек под влиянием этого чувства стремится продемонстрировать свою силу, другой пишет стихи, а третий занимается активным самоанализом. Однако при всех индивидуальных различиях можно отметить и определенную универсальность, то есть всеобщность проявлений любви в социуме [4, 6, 21].

На протяжении многих веков мыслители собирали и обобщали факты, свидетельствующие о самых разных проявлениях любви в мире людей. При этом еще в конце XX века социологами было установлено, что чем более человек социализирован, чем более он образован и личностно зрел, тем более широкий спектр проявлений любви он может продемонстрировать. А сравнительный анализ этнографических сведений показал, что между существующими в разных культурах представлениями о любви, сексе и близости наблюдается заметное сходство, в то время как индивидуальные различия выражаются посредством формирования основополагающих установок человека в отношении к жизни в целом и объектам любви в частности [2, 13].

Иными словами, индивидуальный опыт человека оказывает на его поведение куда более значительное влияние, чем культурная среда. В дальнейшем эти ключевые тезисы были также подтверждены результатами исследований в области генетики поведения. Если такое человеческое качество, как стыдливость, представляется детерминированным отчасти генетически, то между стилем любви и генетическими факторами столь явной связи обнаружить не удалось. По всей видимости, стиль любви зависит, скорее, от широты познаний, глубины осознания переживаний и жизненного опыта. Современные психологи также отмечают, что на проявления любви человека и формы его поведения в любви влияет уровень развития эмоционального интеллекта [21]. Это вполне закономерно, так как переживание любви проявляется через целый спектр основополагающих человеческих эмоций: от радости, восторга и эйфории до тоски, печали, обиды и разочарования.

Одна из наиболее обстоятельных и подробно описанных градаций проявлений любви заимствована из древнегреческой философии, в частности из трудов таких великих мыслителей, как Сократ, Платон и Аристотель. Обобщенная картина, составленная на основе их размышлений, выразилась в достаточно убедительных и детальных описаниях *семи элементов человеческой любви*. Особо отметим, что в эмоционально-чувственной сфере каждого конкретного человека могут быть проявлены многие или даже все из описанных выше элементов. Но, как правило, в зависимости от ситуации, уровня осознанности и духовного развития человека явно выражены будут только не более двух-трех из описанных ниже элементов.

**Эрос.** Восторженная, пылкая влюбленность, основанная в первую очередь на преданной чувственной привязанности и сексуальном влечении к любимому. При такой любви влюбленный порой начинает почти поклоняться возлюбленному (-ой). При этом появляется ревностное желание полностью обладать своим (-ей) избранником (-цей). На пике своего проявления эротическая любовь, по сути, близка к полной психической зависимости и порождает идеализацию любимого. Девиз пребывающих в объятиях чувственной любви можно сформулировать как «Мой любимый (моя любимая) и я созданы друг для друга!». Но человек не может вечно пребывать в «состоянии эроса», рано или поздно наступает период, когда у любящего (постепенно или вдруг) открываются глаза: он становится более критичным к любимому, после чего происходит полное или частичное разочарование. Данный вид любви на определенном этапе может стать разрушительным для обоих партнеров. Если человек заиклен на поиске исключительно чувственной любви, то неизбежно повторение циклов: после наступившего разочарования начинается поиск нового партнера.

**Людус.** Любовь, основанная прежде всего на половом влечении и направленная исключительно на получение удовольствий. По сравнению

с эросом, это значительно более потребительская любовь. При выраженности людуса в человеке он настроен больше получать, чем что-то давать своему партнеру. Чувства, сопутствующие людусу, больше похожи азарт, порождаемый спортивными играми и состязаниями. Переживаемые 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, новых отношений. Но при этом параллельно могут сохраняться отношения и со своим постоянным партнером. Девиз тех, у кого превалирует людус, можно сформулировать как «Мне нравится играть в любовь со всеми». Все их чувства изменчивы, недолговечны, поскольку живут до появления первых признаков пресыщения и скуки, когда партнер перестает быть интересным объектом.

**Сторге.** Представляет собой любовь, основанную на глубоких и чистых чувствах, часто выраженную в теплоте отношения, заботе, нежности и искренней дружбе. При данном виде любви партнеры являются одновременно и друзьями. Их любовь основывается на теплых дружески-партнерских отношениях. Древние греки связывали с элементом «сторге» прежде всего любовь, основанную на сильной и прочной дружбе. В случае брачных отношений этой любви подойдет девиз «Мой любимый (моя любимая) – мой лучший друг!». Данный вид любви, как правило, возникает уже в более поздних возрастах, после многолетней проверенной дружбы или многих лет совместного брака.

**Филия.** Так называемая платоническая любовь, названная так потому, что именно этот вид или, точнее, элемент любви превозносился Платоном как единственно настоящая, чистая любовь. Так как филия основана прежде всего на духовном притяжении, при такой любви происходит полное принятие любимого, уважение и понимание. Это любовь к родителям, детям, лучшим друзьям и даже к музе. В лексиконе древних греков слово «филия» использовалось для обозначения безусловной и бескорыстной любви. Такая любовь, как правило, возникает у матери к своим детям, а затем у детей к родителям. Однако при условии достаточной духовной зрелости супругов этот элемент может стать преобладающим и в брачно-семейных отношениях.

Следует отметить, что наряду с основными четырьмя элементами любви древние греки выделяли еще три проявления любви, которые появляются в результате сочетания описанных выше основных.

**Мания.** Данный вид любви является комбинацией эроса и людуса. Древние греки также называли его «безумием, посланным богами». Иными словами, манию считали и до сей поры считают неким наказанием для человека. В основе мании – состояние одержимости, которое заставляет страдать влюбленного человека. Но мания приносит страдания и преследуемому объекту страсти. Маниакально любящий стремится все время быть

рядом с возлюбленным, пытается контролировать его, испытывая безумную страсть и ревность. Мания заставляет любящего человека постоянно испытывать душевную боль, смятение, психическое напряжение, неуверенность и тревогу. Все его мысли сфокусированы и зациклены на объекте обожания. И вследствие такой безумной любви встревоженный объект обожания начинает избегать маниакально влюбленного в него человека, делает попытки разорвать отношения, исчезнуть из его жизни и всячески оградить себя от одержимого страстью. Мания как вихрь безумной любви несет разрушение как влюбленному, так и возлюбленному, она может иметь некую «взаимность» только при садомазохистских отношениях.

**Агапэ.** Данный вид любви является сочетанием эроса и сторге. Это преданная и бескорыстная любовь. Любящий готов к самопожертвованию во имя счастья другого человека, но, в отличие от «чистого эроса», его чувства более чистые, а мысли более просветленные. В такой любви возникает не только полная самоотдача, но и полное принятие и уважение любимых. Агапэ сочетает в себе милосердие, нежность, надежность, преданность и «высокую страсть». Партнеры совместно развиваются, становятся лучше, избавляются от эгоизма, стремятся больше отдавать, чем что-то брать в отношениях. Надо отметить, что этот вид любви можно встретить и у близких друзей, но в таком случае будет отсутствовать сексуальное влечение, все остальное сохраняется. О такой любви говорится в христианстве – жертвенная любовь к ближнему своему. Она сохраняется в сердце человека всю жизнь, но встречается очень редко.

**Прагма.** Данный вид любви является комбинацией людуса и сторге. Это рациональная, рассудочная любовь или любовь по расчету. Она возникает не от сердца, а от ума, то есть она рождается не от чувств, а от осознанно принятого решения любить конкретного человека. И данное решение основывается на доводах рассудка. Например, «он меня любит, обо мне заботится, он надежный и потому достоин моей любви» и т.п. Прагматичная любовь часто имеет корыстные мотивы, но при этом она может сохраняться всю жизнь, и пара при таком виде любви вполне может быть счастлива. Также бывают случаи, когда прагма со временем перерастает в другой вид любви.

Представленная выше градация проявлений любви раскрывает многомерность проявлений человеческих чувств. Она наглядно показывает, что отношения в паре, как правило, не стоят на месте, а в чувствах со временем могут меняться акценты, что требует осознания и принятия со стороны партнеров. Однако далеко не всегда такое принятие становится возможным, так как ожидания любящих людей, их установки по отношению друг к другу бывают излишне жесткими и бескомпромиссными. При этом ожидания и установки мужчин и женщин могут иметь достаточно серьезные отличия. Так, например, согласно результатам проведенных исследований, привлека-

тельность мужчины в глазах женского пола зависит от внешних признаков его зрелости, крепкого здоровья и прежде всего его статуса, социальной влиятельности. А факторы привлекательности женщин в основном связаны с их физической привлекательностью, молодостью и внешними признаками наличия достаточного количества женских половых гормонов.

За последние десятилетия в науке появилось немало более или менее удачных типологий, так или иначе связанных с проявлениями любви в отношениях людей. Это свидетельствует о чрезвычайной актуальности для каждого нового, молодого поколения такой темы, как понимание многомерности человеческой любви и сопутствующей ей динамики чувств, психологических установок и форм выражения.

Важно донести до молодежной аудитории, что взаимосвязь проявлений любви, близости и сексуальных отношений составляет своеобразную головоломку, которую веками пытаются разгадать ученые, поэты, богословы и философы. Ведь далеко не всегда любовь порождает сексуальное желание, также как и сексуальные отношения не гарантируют возникновение чувства близости и любви. Более того, во многих случаях преждевременно начатые сексуальные отношения могут повредить развитию чувства любви. В рамках подготовки молодых людей к брачно-семейным отношениям необходимо провести как минимум одно специальное упражнение, посвященное глубинному осмыслению вопроса приемлемости и целесообразности добрачных сексуальных контактов. В целях стимуляции молодых людей к продуктивным размышлениям на эту тему можно предложить им для группового обсуждения и смыслового анализа следующие две цитаты:

1. «Интимные отношения мужчины и женщины – это подарок от Бога новобрачным, а подарки раньше времени не открывают» (Р. Шорт, американский психолог).

2. «Неряшливое стремление к немедленному удовлетворению желаний, полное отсутствие внимания к чувствам других – все это вполне типичные свойства маленьких детей, им вполне простительные. Терпеливая работа для далекой цели, ответственность за свои поступки, уважение к чувствам и опасениям другого человека, осознанное ожидание радости – таковы нормы поведения, свойственные взрослым людям» (К. Лоренц, австрийский биолог и этолог, лауреат Нобелевской премии по физиологии и медицине).

Молодые люди должны вникнуть в смысл данных высказываний и выразить собственное мнение, чтобы определить (прежде всего для самих себя), насколько они согласны с этими высказываниями. При этом важными являются не столько их первичные реакции на данные выше цитаты, сколько их собственные глубокие размышления на тему взаимосвязи любви и секса. Целесообразно также дать им возможность продумать свою собственную позицию по этой теме в виде развернутой формулировки, которую они должны максимально тщательно обдумать.

Результаты проводившихся по всему миру исследований романтической любви и сексуального желания позволяют сделать вывод о том, что за последние десятилетия произошли глобальные трансформации в восприятии любовных отношений [14, 21]. Среди представителей новых поколений нарастает убежденность в том, что мужчины и женщины из самых различных этнических и религиозных групп обладают равными правами, в том числе в сфере построения личной жизни. Благодаря этому постепенно разрушается традиционная система двойных стандартов, а социальные или внутрисемейные обстоятельства уже не воспринимаются как помеха в любви. Поиски счастья в личной жизни считаются теперь оправданным и достойным занятием. При этом отношение к страстной любви и сексуальному желанию стало более позитивным и прагматичным. Молодые поколения воспитываются в растущей уверенности в том, что жизнь человека можно изменить к лучшему благодаря именно любви и сексу.

Вместе с тем забывается тот факт, что взаимные чувства партнеров и сексуальная близость дают лишь небольшой шанс и первый импульс к возникновению подлинно интимных и гармоничных отношений между ними. Однако для того чтобы этот шанс и импульс были успешно реализованы, любовные отношения должны строиться на признании личностной уникальности и внутреннего достоинства партнера, на развитии чувства достоинства и желании личностно расти вместе с партнером.

В современной урбанистической цивилизации большая часть людей живет в динамичной, но искусственно построенной и разобщенной культуре. Процесс построения отношений в паре порой обусловлен не чувством любви, а влиянием внешних и зачастую нелепых факторов: от частных мнений тех или иных «значимых лиц», «лидеров общественного мнения» до личных амбиций и профессиональных установок, основанных на примате социального статуса будущего избранника. Возможно, поэтому в современном мире неуклонно растет количество одиноких людей, разочарованных жизнью, так как они никогда не переживали подлинную любовь и не имели полноценной семьи.

Если супруги личностно зрелые, то, вступая в брачные отношения, они должны учитывать горестные уроки прошлых поколений. При выборе партнера не стоит руководствоваться такими внешними факторами, как статусность или престижность, сиюминутными меркантильными соображениями и общественным мнением; но следует опираться, прежде всего, на свои душевные порывы и интуиции, глубинные чувства, которые прочно связывают людей воедино. Подлинная ответственная любовь бросает вызов не только социальным стереотипам и эгоистичному образу жизни, рассчитанному на личное удовлетворение, но и ломает многие привычные для партнеров стереотипы мышления и поведения, которые были частью «холостой жизни». Подлинная любовь и близкие отношения, несомненно,

обладают преобразовательным потенциалом: они объединяют чувства и мысли двух людей, укрепляют их в решимости преодолеть многие препятствия, возникающие на пути совместной жизни. С момента возникновения близких отношений в паре составляющие ее молодые люди начинают воспринимать мир в новых красках и строить совместные планы для своих личных достижений. Во многих смыслах взаимная и ответственная любовь супругов представляется идеалом, к которому стремится большинство людей, но при этом почти все из них сталкиваются с испытаниями в любви – взаимными претензиями и внутренними конфликтами [6, 13, 18].

### **Основные различия в отношении к любви, браку и семье у мужчин и женщин**

В современных науках о человеке существует вековая традиция исследовать различия в чувственных переживаниях и образе мышления у мужчин и женщин. Эти различия действительно значимы и они во многом объясняют все превратности и конфликты, возникающие между мужчинами и женщинами, как в брачный, так и добрачный период. При этом следует отметить, что для понимания полоролевых механизмов поведения такие определения, как *слабый* и *сильный* пол, не вполне корректны, так как в аспекте супружеских отношений у представителей обоих полов имеются свои сильные и слабые стороны. Первый и весьма весомый вклад в эту тему внесли представители психодинамических теорий любви. В ходе своих кропотливых исследований они установили, что на способность человека переживать те или иные чувства и проявлять любовь прямое влияние оказывают переживания, полученные еще в раннем детстве, а также запреты и установки, полученные от значимых взрослых (как правило, это родители, но не всегда). При этом такого рода установки и запреты чаще бывают направлены в адрес мальчиков, а вот более восприимчивыми к ним обычно оказываются девочки. Нередко эти ранние детские переживания и некритично усвоенные установки не осознаются (или осознаются частично!) в более поздний период жизни и влияют на поведение человека как бы исподволь.

В дальнейший период взросления (юность, молодость) человек становится способен самостоятельно мыслить и может сам направлять процесс формирования своих чувств и установок в отношении других людей противоположного пола – потенциальных или актуальных избранников. Это в равной степени истинно как для мужчин, так и для женщин, однако среди тех и других имеются весьма существенные индивидуальные различия по таким показателям, как глубина чувств, способность к их волевому контролю и уровень осознанности возникающих переживаний [2, 6, 13].

Как известно, природа наделила мужчин и женщин разными биологическими параметрами и физическими возможностями. Это наглядно представлено в таблице.

### Основные биологические различия мужчин и женщин

| Особенности женщин                                                                                                                                       | Особенности мужчин                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дышат в основном грудью, сердце бьется 80 раз в минуту, на 15 % больше жировой ткани, средний рост 164 см                                                | Дышат в основном животом, сердце бьется 70 раз в минуту, на 20 % больше мышечной ткани, средний рост 176 см                                                 |
| Вес мозга на 12 % меньше, кровообращение в мозге в 1,3 раза активнее, оба полушария легче включаются в работу одновременно                               | Сильнее развито левое полушарие, полушария работают по очереди, оба полушария могут работать при соответствующей тренировке                                 |
| Иммунитет в отношении редких, ранее неизученных заболеваний в среднем выше в 1,5 раза; более устойчивы к социально-патологическим влияниям внешней среды | Более подвержены инфекциям и влиянию социальной патологии (алкоголизм и т.п.); аутоиммунные заболевания типа рассеянного склероза встречаются в 3 раза чаще |
| Лучше слышат, воспринимают больше голосовых оттенков; отлично развито боковое зрение, но плохо развит глазомер                                           | Лучше распознают направление и расстояние до источника звука; имеют узконаправленное (тоннельное) зрение, плохо различают детали                            |
| В организме содержится в пять раз больше золота                                                                                                          | В полтора раза больше потовых желез                                                                                                                         |
| Кожа в 1,5 раза тоньше                                                                                                                                   | Температура тела на 0,2 градуса выше                                                                                                                        |
| Лучше развито ассоциативное мышление, но с трудом концентрируются на чем-то одном                                                                        | В деловых ситуациях лучше проявлено логическое мышление                                                                                                     |

Указанные различия имеют соответствующее отражение в репродуктивных функциях полов: женщины испокон веков вынашивают и рожают детей, воспитывают новые поколения, а мужчины стремятся оплодотворить женщин, а затем уже накормить их, защитить и создать кров, так как видят в женщинах матерей своих детей. Поэтому и в сценариях полоролевого поведения, и в проявлении чувств любви в группах мужчин и женщин наблюдаются важные психофизиологические особенности, часть из которых представлена ниже.

**Выбор партнера.** Считается, что при выборе партнера женщины проявляют себя более разборчивыми, чем мужчины. Несмотря на имеющееся между ними сходство в наиболее желательных чертах характера (сговорчивость и открытость для нового опыта, интеллект), мужчины и женщины смотрят на своих избранников разными глазами. Женщины воспринимают мужчину прежде всего как зрелую личность, ценят в нем ум, культуру, интеллигентность, доброту, порядочность. Женщины, выбирая себе партнера

для вступления в брак, более всего ценят такие качества мужчин, как ум (64 %), серьезность (58 %), любовь к работе (46 %), силу и мужественность, а также веселый нрав (по 44 %), общественный почет, уважение к нему других (40 %). Мужчин же в процессе выбора партнерши прежде всего привлекают не столько личностные качества, сколько природное начало женщины: ее внешние данные, фигура, походка, молодость и т.д.

Любовь у мужчин и женщин возникает и протекает по-разному. Некоторые исследователи считают, что мужчины гораздо больше склонны проявлять свою любовь, чем женщины. Они аргументируют это тем, что женщины, оказывается, способны проявлять искреннюю любовь всего раз в жизни. Женщина, соответственно, склонна и брак заключать раз в жизни, в отличие от полигамного мужчины, который способен сильно влюбляться от 3 до 5 раз в жизни. Этот феномен, по мнению ученых, обусловлен тем, что мужчины, в отличие от женщин, подсознательно намерены вырастить как можно больше потомства. При этом мужчины в каждом новых отношениях испытывают, по их словам, настоящую любовь.

Основываясь на тех же причинах, некоторые исследователи считают, что женщина запрограммирована на создание прочной семьи, поэтому переживать сильное чувство способна всего один раз. Все же остальные увлечения в жизни женщины, считают ученые, являются не более чем привязанностью или сексуальным влечением. Страсть свойственна в большей степени представительницам прекрасного пола, но при этом они не ощущают полного духовного слияния с партнером. Настоящая же любовь, как у женщин, так и у мужчин, возникает не сразу, а примерно спустя год совместной жизни.

Известный американский психолог Ролло Мэй, опираясь на представленную выше древнегреческую классификацию элементов любви, описывает и анализирует отношения современных мужчин и женщин посредством четырех типов любви: секса, эроса, филии и агапэ (или каритас, как ее называли древние латиняне). Р. Мэй отмечает, что здоровые отношения взрослых людей объединяют в себе все четыре типа любви. Подлинная любовь является смесью всех четырех типов любви, для которой необходимо особые качества зрелости – уверенность в себе и способность раскрыть себя. В случае гармонично выстроенных отношений и взаимной ответственной любви эрос и агапэ мужчины и женщины проявляются весьма сходным образом. Однако при менее гармоничных отношениях мужчины бывают склонны к любви людус, в основе которой флирт и игра, а женщины предпочитают любовные союзы с преобладанием сторге или прагмы. Некоторые эксперты также отмечают, что в реальной жизни более прочные и длительные отношения возникают тогда, когда у партнеров совпадают ведущие элементы любви.

Эмоциональное выражение любви у мужчин и женщин также может весьма различаться. Говорят, что любовь есть состояние сродни умопоме-

шательству, и это утверждение справедливо прежде всего для мужчин. Организм мужчины наполнен тестостероном и это толкает их сразу в стадию страстного влечения, которая затуманивает восприятие реальности. Поэтому часто бывает так, что женщина, которая казалась мужчине столь восхитительной в середине ночи, после восхода солнца кажется ему совершенно непривлекательной, да и неумной к тому же. В отличие от мужчин, у женщин центры эмоций и логики в мозгу связаны теснее, поэтому им всегда легче трезво оценить, достойного ли себе партнера они выбрали. Вот почему в большинстве случаев завязавшийся роман чаще обрывают женщины и столь многие мужчины не могут понять, что случилось. Женщина сразу распознает, что любви не будет, и поэтому часто прекращает отношения первой. При этом женщины операцию расставания стараются проводить как можно мягче, даже в том случае, если презирают мужчину.

К сожалению, в современном мире немало мужчин, испытывающих затруднения с пониманием и словесным выражением собственных чувств. Такие мужчины не очень четко представляет себе, что такое любовь, и часто путают вожделение и страстное влечение с любовью. Они смутно чувствуют глубокую симпатию к женщине, свою физическую тягу к ней или даже психическую зависимость от нее, но не уверены, что это и есть любовь. Часто случается, что проходят годы с момента начала романа, прежде чем мужчина осознает, что он действительно любит. По той же причине «заморозки чувств» многим мужчинам бывает трудно общаться со своими избранницами, тем более признаваться им в любви. Им кажется, что, произнеся слово на букву «л», они навек свяжут себя обязательством, и потому они берегут это слово для экстраординарного случая. Однако когда мужчина все же пересекает Рубикон и произносит заветное слово, ему уже не страшно рассказать об этом событии всем близким и друзьям.

Многие исследователи указывают и на различия в формах проявления любви у мужчин и женщин. Женская любовь в первую очередь проявляется в словесной форме. Дамы никогда не стесняются говорить о чувствах, им доставляет удовольствие в тонких деталях описывать все свои ощущения и эмоции. Общение для женщины жизненно необходимо, хотя со стороны иногда может показаться, что она ведет пустой, лишенный смысла разговор. Но для представительниц женского пола более ценно просто поделиться своими мыслями, нежели передавать какие-то важные сведения [6, 14].

В повседневных отношениях женщина ориентирована на тактильный контакт. Она часто дарит ласку мужчине, обнимает, целует, гладит мужа и ожидает таких же проявлений от него. Иногда проявление ласки бывает так безгранично, что некоторых мужчин оно может отпугнуть, показавшись навязчивым. Тут женщинам нужно быть более осторожными, не перегибать палку, придумывая для любимого уменьшительно-ласкательные прозвища. Также женщины склонны заботиться. Они вкусно готовят, сти-

рают, всячески обустроивают быт мужчины, пытаются угодить в постели. И, наконец, женщина, если она достаточно разумна, стремится к непрерывному самосовершенствованию, как внешнему, так и внутреннему, поскольку она знает, что мужчина, в значительной мере склонный к полигамии, может просто потерять к ней интерес [6, 14].

Большая часть мужчин, в отличие от женщин, не любит многословности, особенно если это касается детализации их эмоций и чувств. Для большинства мужчин легче проявить свои чувства через конкретные дела и поступки, выражающие заботу о женщине, чем говорить о любви. Именно поэтому многим мужчинам трудно произнести, например, такую фразу: «Мое сердце в твоих руках!», но намного легче сказать: «Я сделаю для тебя все!». И даже после многих лет счастливого брака любящий мужчина будет во всем поддерживать свою женщину, но, скорее, не в словесной форме, а конкретными поступками. Поможет в реализации идей, пусть даже самых бредовых, одобрит стремления, искренне порадует любым успехам. В тоже время многие мужчины, осознавая, как сильно они доверились своей избраннице, боятся быть отвергнутыми и потому периодически «подмораживают» свои чувства, сдерживая тем самым их проявление. Иными словами, сильный пол склонен говорить действиями.

Стоит отметить, что страстно любящий мужчина стремится брать на себя решение проблем любой сложности, и это, по его мнению, возвеличивает его в глазах любимой. Ему важны потребности и желания ненаглядной, ее эмоциональное состояние, поэтому мужчина выражает любовь знаками внимания. Ему хочется удивлять и радовать, баловать большими и маленькими подарками, дарить цветы, готовить сюрпризы, даже если он совсем не романтик. Можно сказать, что мужчина выражает свою любовь и объемом времени, уделяемого женщине, ведь у него бывает также много своих дел. Правда, женщины не всегда понимают, что это тоже проявление чувств.

Многие личностно зрелые мужчины не стесняются выражать свои чувства тактильным путем, в постоянных нежных прикосновениях, поцелуях, а не только сексе. Так как во время физической близости возникает доверие, исчезают все барьеры, это помогает мужчинам проявить свои истинные чувства. И, конечно, своеобразным венцом проявления мужской любви является решение мужчины познакомить свою избранницу с родителями. Этим действием мужчина как бы говорит: «Ты для меня стала близка, как моя семья». Такой шаг выражает глубокие чувства и серьезные намерения.

Ниже представлен один из вариантов открытого группового занятия (мини-лекции) на тему «Особенности мужской и женской психологии». Структура и содержание данной мини-лекции оптимально подходят для молодых людей в возрасте от 16 до 22 лет.

## Мини-лекция «Особенности мужской и женской психологии»

### Введение в общую тематику мини-лекции

По многим физиологическим и анатомическим параметрам женщины и мужчины имеют больше сходства, чем различия, но психологические различия весьма существенны. Если мы обратимся к исследованиям современных психологов, то установим, что наиболее значительны отличия в направленности мужской и женской психики. Мужская психика ориентирована преимущественно на динамичное, а порой даже агрессивное освоение природного социального пространства. Во все времена все новое и неизведанное (включая земли, воды, космос) покорялось мужчинами. Женская психика издавна осуществляла функцию хранения: хранительница очага, здоровья детей и семейных традиций, она ориентирована в большей степени на стабильность, замкнутость пространства.

Можно заметить, что различие в направленности психики четко проявляется в детских играх. Игры мальчиков ориентированы на широкие пространства как по горизонтали (двор, улица, площадка), так и по вертикали (заборы, чердаки, деревья, овраги). Игры динамичны, шумны, энергичны. Девочки предпочитают локализованное пространство: дом, крыльцо, угол двора. Игры носят стабильный характер, где в основном проигрываются взаимоотношения («дочки-матери», игра в школу, в больницу и др.). В смешанных группах, где девочки и мальчики играют вместе, приоритетны «мальчишечьи» игры: подвижные, спортивные, детективного характера (с прятками, засадами, паролями, штабами).

Известно, что девочки больше склонны к попечительской деятельности – ухаживать, нянчить, проявлять заботу и т.д. Им нравится критиковать, наставлять, поучать своих младших братьев, в то время как мальчики не стремятся поучать младших сестер. А вот к преобразующей деятельности, особенно в технических сферах, более склоны мальчики. В целом мальчики быстрее понимают принципы работы технических устройств, больше ими интересуются. Хотя многие девочки тоже способны понимать назначение приборов и машин, они реже склонны разбирать, реконструировать или ремонтировать их.

### Основная часть мини-лекции

Современная наука выделяет *три психологических типа поведения* мужчин и женщин в семье: маскулинный, фемининный, андрогинный.

**Маскулинный тип** («мужественное» поведение) характеризуется настойчивостью, агрессивностью, стремлением к лидерству и авторитарности, умением решительно действовать; ориентацией на успех и карьеру, способность к риску, категоричность, инициативность.

**Фемининный тип** («женственное» поведение) отличается пассивностью, способностью к эмпатии, умением и стремлением подчиниться, мягкостью, ориентацией на благожелательность, высокой адаптивностью, терпением.

**Андрогинное поведение**, как правило, возникает уже в более старших возрастах по мере формирования социальной и личностной зрелости человека и характеризуется взаимодополняющим сочетанием двух типов и, соответственно, всех перечисленных выше качеств.

Следует отметить, что в реальной жизни тот или иной тип поведения не всегда имеет жесткую привязанность к половой принадлежности человека. Конечно, в основном, маскулинное поведение преобладает у мужчин, а фемининное – у женщин. Но иногда эти типы встречаются и у противоположных полов. Так, например, андрогинный тип поведения может проявляться как у мужчин, так и у женщин. Современные исследования показывают, что люди андрогинного типа наиболее успешны в карьере, деловых отношениях. В семье, где есть хоть один представитель фемининного поведения (независимо от того, мужчина это или женщина), наиболее стабильный психологический климат.

Наибольшие проблемы возникают во взаимоотношениях с детьми (в семьях или воспитательных учреждениях) у взрослых маскулинного типа. К сожалению, в последние годы наблюдается тенденция маскулинизации женщин (повышение авторитарности, агрессивности, стремление к лидерству и т.д.), что негативно отражается на подрастающем поколении и может появляться, как бессознательное стремление к феминизации мальчиков и маскулинизации девочек в отдельных семьях. К счастью, в большинстве российских семей воспитание ребенка проводится в соответствии с его биологическим полом, и потому у мальчиков формируется преимущественно маскулинный тип поведения, а у девочек – преимущественно фемининный. При этом соответствующим образом проявляются и отличия в их ожиданиях по отношению браку и семейной жизни. Ниже представлены развернутые описания тех ожиданий и ценностей, которые формируются у женщин и мужчин в зависимости от степени выраженности описанных типов поведения.

Чего ждут от брака женщины и что они особенно ценят в супруге?

Для большинства женщин важнейшее значение в браке имеет **душевное расположение, привязанность, любовь супругов**. Для каждой женщины расположение и любовь ее мужчины равносильны надежности, защищенности, комфорту и одобрению. Мужчине нужно понимать, что женщине просто необходимо знать, что он рядом, что он видит, как ей бывает порой тяжело, что он верит в нее. Расположение, привязанность и любовь могут быть выражены множеством способов: поцелуями, преподнесением открыток и цветов, приглашением пообедать вне дома, прогулкой

после обеда, открыванием двери машины, подачей руки при выходе, телефонными звонками и т.д. С точки зрения женщины, расположение, привязанность и любовь – это основное в ее отношениях с мужчиной.

**Разговор.** Жены нуждаются в том, чтобы их мужья разговаривали с ними и слушали их. Они нуждаются гораздо больше, чем обычно представляют себя мужчины, в двухстороннем разговоре. В период ухаживания, перед браком большинство пар проводят вместе много времени и много говорят, демонстрируя друг другу тем самым свою заинтересованность и любовь. Когда два человека соединяют себя брачными узами, они вправе ожидать, что внимание и любовь в период ухаживания сохранятся и в супружеских отношениях. Мужчина, который находит достаточно времени, чтобы поговорить с женщиной, обретает путь к ее сердцу.

**Честность и открытость.** Каждая женщина нуждается в чувстве полного доверия к мужу. Ощущение надежности – связующая нить, проходящая через все потребности женщины. Если муж не придерживается честного и открытого общения со своей женой, он тем самым подрывает ее доверие и постепенно разрушает ощущение надежности. Чтобы чувствовать надежность, жена должна верить, что ее муж сообщил ей верную информацию о его прошлом, настоящем и планах на будущее. Если женщина не доверяет мужчине, то у нее нет основания для построения серьезных, глубоких отношений.

**Финансовые обязательства.** Жена нуждается в достаточном количестве денег, чтобы жить комфортно: ей необходима материальная поддержка. Независимо от того, насколько успешна собственная карьера женщины, она обычно хочет, чтобы муж зарабатывал достаточно денег, чтобы позволять ей ощущать его заботу.

**Семейные обязательства.** Жена хочет, чтобы ее муж был хорошим отцом и имел обязательства перед семьей. Подавляющее большинство женщин, выходя замуж, обладают сильным стремлением создать дом и иметь детей. Прежде всего, жены хотят, чтобы их мужья заняли лидирующую роль в семье, оказывали им поддержку в их нелегкой материнской роли и взяли на себя обязательства в моральном и образовательном развитии их детей.

Что ищут в браке мужчины и что они особенно ценят в супруге?

В браке для большинства мужчин важна **сексуальная удовлетворенность**. Нередко женщины не понимают глубокой потребности мужчин в сексе, так же, как мужчины не понимают глубокой потребности своих жен в привязанности и любви. Однако две эти составляющие могут действовать вместе в счастливом, удовлетворяющем браке. Сексуальная жизнь семейной пары может быть естественной и частой, если существует достаточно расположения и любви.

**Товарищество в отдыхе и развлечениях.** Муж нуждается в том, чтобы его жена была партнером в его увлечениях и занятиях или, по крайней

мере, принимала их как нечто важное для него. Для мудрых и любящих жен свойственно присоединяться к мужчинам и разделять их интересы. Мужчины часто приятно удивляются, когда обнаруживают своих жен играющими в футбол, участвующими в рыбалке и смотрящими спортивные трансляции и фильмы, которые, как правило, нравятся только самим мужчинам. Если же женщины постоянно оставляют своих мужей и продолжают заниматься чем-либо без них, то это может быть весьма опасно для брака. Большая часть мужчин придает огромное значение способностям их жен быть сотоварищами в развлечении. Среди их основных потребностей проведение свободного времени с женой так, как хотелось бы мужу, – вторая потребность после секса.

**Привлекательная жена.** Мужчина нуждается в такой жене, которая бы постоянно волновала и привлекала его. В любовных отношениях для большинства мужчин крайне непросто ценить жену только за ее внутренние качества. Все мужчины имеют глубокую потребность в физической привлекательности супруги и готовы дарить ей за это свои комплименты и слова восхищения.

**Восхищение.** Каждый мужчина хочет, чтобы жена гордилась и восхищалась им. Женам необходимо научиться выражать восхищение мужем, а не давить на него и не требовать больших достижений. Честное восхищение – огромный мотивирующий фактор для мужчин. Когда женщина говорит мужчине, что он замечательный, это воодушевляет его на большие достижения. Тем самым он находит себя способным иметь дело с большей ответственностью.

**Домашний уют.** Многие мужья нуждаются в обретении мира и спокойствия через возвращение в уютную домашнюю атмосферу после напряженного рабочего дня. Потребность мужчин в уютной домашней атмосфере бывает настолько велика, что некоторые из них часто даже фантазируют о том, как жены встречают их с радостью и любовью у дверей дома. При этом многие мужчины и сами готовы прикладывать немало усилий к созданию комфорта хорошо устроенного дома.

Если базовые потребности партнеров находят удовлетворение в браке, супружеские узы становятся крепче, что является надежной основой для любви, уважения и супружеской верности, то есть для счастливого брака.

### **Краткое заключение к мини-лекции**

Психологические особенности мужчин и женщин проявляются, как правило, постепенно в различных ситуациях предбрачного и брачно-семейного взаимодействия в течение многих месяцев и даже лет. Однако поскольку личность каждого взрослого человека всегда имеет потенциал развития и, как следствие, может активно трансформироваться, то любые противоречия, вызванные объективными или субъективными различиями

между мужчинами и женщинами, являются вполне преодолимыми. Большое значение для психологической притирки партнеров и гармонизации отношений приобретает их мотивация к поиску компромиссов и готовность к конструктивным решениям возникающих разногласий.

### **Закономерности подготовки молодого поколения к осознанному родительству**

Закономерности формирования родительских установок у представителей молодого поколения определяются рядом социально значимых факторов – от внутрисемейного воспитания до половой принадлежности. По мнению многих социальных психологов и специалистов в области семейной педагогики, такое глубинное чувство, как родительская любовь, не является врожденным, инстинктивным. Вероятно, есть определенные биологические предпосылки у материнского инстинкта, но конкретные формы проявления материнской любви и заботы во многом зависят от культурной среды, усвоенных образовательных программ и, конечно же, семейного воспитания, родительских установок. Иными словами, родители с ранних лет закладывают в своего ребенка тот важный набор качеств и установок, который проявится у него спустя многие годы по достижению фертильного возраста. А образовательная среда в лице педагогов может сформировать у молодых людей важные родительские умения и навыки, позволяющие им более осознанно подходить к воспитанию своих детей в будущем [2, 8, 21]. При этом установлено, что у девочек, воспитывающихся в многодетных или в так называемых расширенных семьях, родительские установки и материнские чувства начинают складываться задолго до рождения их собственного ребенка. В тоже время у мальчиков в лучшем случае происходит формирование, скорее, лидерских моделей поведения, то есть поведения мужчины как главы дома / главы рода, а не собственно родительских (то есть отцовских) установок.

Так как указанные родительские установки и чувства образуются еще в детстве, они часто воспринимаются как нечто врожденное, биологически запрограммированное, а следовательно, возникающее спонтанным и естественным образом. Но если мы начинаем более детально анализировать условия становления характера и личности потенциального родителя, то замечаем, сколь важную позитивную или негативную роль может играть в данном аспекте ранний детский опыт, включающий как общую эмоциональную атмосферу в семье, так и сценарии его повседневных взаимодействий с каждым из родителей, братьями, сестрами и даже соседями.

Следует также отметить, что все личностные черты ребенка (от позитивных до негативных!), заложенные в его собственной семье, как прави-

ло, далее развиваются на протяжении всей жизни и потому непосредственно влияют на характер его супружеских отношений во взрослой жизни. При этом именно образовательная среда при целенаправленном воздействии позволяет человеку более объективно оценить и скорректировать то негативное, что было заложено в него в ранние годы со стороны родителей и иных домочадцев.

Формирование установок на родительство – тонкий, интимно-личностный процесс, не терпящий искусственного ускорения и чрезмерного внешнего контроля. При этом наиболее сложно этот процесс протекает у тех людей, которые сами были нежеланными, гонимыми детьми либо точно знали, что их матери хотели прервать беременность, но им не разрешили. Такие люди при неоднократных обследованиях характеризуются наличием множества внутренних конфликтов, признаков плохой социальной адаптации и страхов перед семьей и появлением детей. Они постоянно сталкивались с претензиями к ним со стороны родителей и потому, как правило, имеют неадекватно заниженную оценку, препятствующую принятию ответственности за собственную семью и детей. Иными словами, трагические истории рождения и травматические переживания детства могут существенно препятствовать формированию родительских установок и чувств у молодых людей. И только вхождение в период предбрачных отношений ставит их перед необходимостью заново осмыслить свои родительские установки (точнее, их отсутствие) в связи с высокой вероятностью рождения детей в браке [6, 14].

Вместе с тем следует отметить, что решение вступить в брак не означает, что все молодые люди в этот момент начинают автоматическую переоценку своих установок и личностных качеств. В психологическом плане принятие родительской ответственности должно рассматриваться как естественное последствие сознательно принятого решения о вступлении в брак. Однако далеко не всегда молодые люди трезво просчитывают все последствия брака, так как в этот период они, как правило, находятся под влиянием эйфории от продолжающегося чувства влюбленности. Не случайно многие специалисты в качестве одного из первых семейных кризисов отмечают так называемый «шок рождения первого ребенка». По этой причине чрезвычайно важна та внутренняя работа, которую должны проделать супруги в период ожидания ребенка. Это важная внутриличностная работа, направленная на преодоление внутренних конфликтов и прочих проблем, препятствующих осознанию каждым из супругов своей уникальной роли в принятии ребенка в семью.

Проблемные позиции будущих родителей также могут быть связаны с неадекватной мотивацией рождения ребенка: предписывание особой психологической задачи ребенку – связывание с его рождением надежды на решение каких-либо внутрисемейных проблем, таких как удержание

мужчины, скрепление семьи, возрождение супружеских чувств, осуществление мести прародителям за слишком строгое воспитание и т.п.

Не менее опасной мотивацией рождения ребенка является стремление матери к восполнению эмоционального дефицита – вакуума чувств, образовавшегося у женщины из-за накапливающегося отчуждения между супругами. С психологической точки зрения оптимальная мотивация беременности должна быть построена на предварительном принятии супругами совместных жизненных задач на долгую перспективу. В таком контексте благополучное становление родительства включает следующие условия:

- сознательная установка супругов на совместное планирование беременности, на желанную беременность;
- наличие у супругов сознательной установки на материнство, на уход за ребенком и его воспитание;
- оценка супругами социальной и внутрисемейной ситуации как вполне благоприятной для беременности, рождения и воспитания ребенка.

При этом важным психологическим новообразованием благополучно протекающей беременности можно считать возникновение у будущей матери интрацептивного сенсорного опыта взаимодействия с плодом, чувства «мой ребенок», развитие позитивного образа ребенка. Характерно, что стиль материнского поведения, зафиксированный на первом году жизни, является достаточно устойчивым и практически не меняется на протяжении по крайней мере двух-трех лет жизни ребенка.

Многие исследователи устанавливают непосредственную связь между уровнем интеллектуального развития матери и ее способностью понимать и удовлетворять потребности ребенка [6, 14]. Соответственно, надежную и безопасную привязанность может обеспечить только мать с достаточно высоким интеллектуальным уровнем. Перечень аналогичных исследований можно было бы продолжить. Все они на большом статистическом материале и с помощью основательных математических методов показывают, что сложившиеся в раннем возрасте отношения с матерью определяют самые важные характеристики личности ребенка, развитие его умственных и коммуникативных способностей. Вместе с тем само качество привязанности не имеет своего возрастного развития: возникнув к концу первого года жизни, это качество начинает предопределять всю последующую психическую жизнь ребенка.

Замечено, что даже в рамках благополучных семейных сценариев формирование родительской позиции будущего отца по времени несколько отстает от материнской. Наибольшее значение в этом процессе имеет отношение к жене – любовь, уважение, нежность к ней, разделенность чувств. Соучастие будущего отца традиционно связывается с созданием для женщины атмосферы радости, безопасности и полной надежности. Следует также отметить, что все больше современных отцов проявляют

желание более активно участвовать в эмоциональном «вынашивании» ребенка, присутствовать при его рождении, видеть его уже в первые минуты после появления на свет, что, по оценкам многих ученых и врачей, способствует укреплению семьи.

Задолго до рождения ребенка женщина уже чувствует себя матерью, так как чувствует, что в ее теле зарождается новая жизнь. Мужчина же поначалу является отцом скорее лишь умозрительно, в своем воображении. Если же он пытается представить себе ребенка, то иногда видит его новорожденным, но чаще, перескакивая через годы, видит его большим, школьником, которому он помогает делать уроки, или юношей, с которым он беседует по душам. При этом мысли о будущем ребенке вызывают у мужчины множество чувств, нередко противоречивых, касающихся как его самого, так и его жены.

С одной стороны он может быть очень горд, так как смог дать жизнь новому человеку. Эмоционально он сближается со своим отцом, становится с ним «на равных». Но в то же время эти изменения его беспокоят, ведь с рождением ребенка он должен стать другим человеком. Будет ли он на высоте? Беспокойство могут усиливать его близкие, друзья, которые с убеждением твердят ему: «Вот увидишь, как трудно вырастить ребенка... Конец свободе, прощайте любимые привычки на досуге, телевизор и т.д.». Он тревожится, что не сумеет быть хорошим мужем беременной женщины, а затем не сможет стать хорошим отцом для своего ребенка. Иногда эти опасения усиливают скрытый эгоизм: его жена больше не будет принадлежать ему одному. Часто, даже не признаваясь в этом самому себе, мужчина начинает видеть в будущем ребенке соперника. Если женщина интуитивно угадывает такие чувства, она может попытаться их смягчить и убедить мужа в том, что ее нежности хватит на двоих [6, 14].

Но даже если будущий отец не испытывает всех этих опасений, то все же он отдает себе отчет в том, что материально жизнь изменится: планы теперь будут составляться с учетом трех членов семьи, некоторые станут просто неосуществимыми, во всяком случае вначале. Ребенка придется кормить, одевать, выделить ему место в доме. Мужчина чувствует себя ответственным за организацию всего, что нужно для ребенка, тем более что жена часто перекладывает на него все заботы, считая, что у нее и без того их много – носить ребенка и произвести его на свет. Есть мужчины, которые чувствуют себя отцами уже с момента зачатия. Другие же открывают для себя отцовство, впервые взяв на руки своего ребенка. Есть и такие, которые по-настоящему осознают себя отцами лишь спустя много месяцев после рождения ребенка. Иными словами, отцовство не рождается в одночасье, отцами становятся постепенно.

Гордость будущего отца, мысль о рождении ребенка вызывают в нем восхищение женой, благодарность и нежность. Но в то же время эта жен-

щина, которая скоро станет матерью, кажется вдруг чужой мужу: он чувствует (и во многом оправданно!), что она стала другим человеком – человеком, которого ему предстоит узнать заново. И потому ранее уверенный в себе, гордый мужчина становится робким и таким же тревожным, как его беременная жена. Тем более что он часто не понимает некоторых реакций с ее стороны, вызванных гормональной перестройкой, токсикозом и иррациональными страхами.

Будущий отец может испытывать тревогу по самым различным поводам. Сначала его тревожит здоровье жены, а потом и ребенка. Опасение, что ребенок не будет нормальным, преследует его, особенно к концу беременности, возможно, даже больше, чем будущую мать: ведь она, чувствуя движение ребенка, успокаивается, тогда как у отца воображение продолжает работать с полной силой.

Итак, чувства будущего отца разнообразны и внешне противоречивы. Мужчина понимает свою новую ответственность, но его эгоизм при этом усиливается: он благодарен жене и одновременно испытывает ревность; он горд от сознания, что утвердился как мужчина, но в то же время ему кажется, что он не нужен жене; он беспокоится о здоровье жены, а иногда ему хочется забыть, что она беременна. Рядом с женой он робеет, как юнец, но вместе с тем чувствует, что вырастет, станет вскоре настоящим мужчиной, отцом. И действительно, после рождения ребенка он окончательно распрощается с юностью.

Формирование родительской позиции означает приобщение к взрослому поколению. Принимая важность рождения ребенка, молодые люди тем самым демонстрируют свою готовность к личным изменениям, освоению новой социальной роли, готовности к той высокой ответственности и многочисленным обязанностям матери и отца. Возникновение привязанности к будущему ребенку запускает процесс становления родительского поведения, приспособления к роли родителя, что является одним из главных направлений личностного развития взрослого человека.

По мере роста, взросления ребенка родительская роль многократно видоизменяется, наполняется все новым и новым содержанием. Главными характеристиками оптимальной родительской позиции считаются адекватность, гибкость и прогностичность. «Горячая и прочная привязанность членов семьи – это живительная почва, на которой расцветает личность ребенка. Прочные отношения, однако, совсем не то же, что неизменные. Отношения должны зреть, развиваться. Ребенок в своем развитии проходит через определенные стадии, но и его родители минуют один закономерный этап за другим, причем у каждого этапа своя специфическая задача, особенности, опасности, трудности. Важно, чтобы духовное развитие ребенка гармонизировало с жизненным созреванием его родителей и других воспитателей, чтобы эти процессы были ритмичными и слаженными», –

отмечает чешский психолог З. Матейчек, глубоко исследовавший проблему психического здоровья детей [24, с. 26].

Формирование родительской позиции означает окончательное приобщение к взрослому поколению; принятие беременности обоими супругами; их готовность к изменению структуры семьи и освоению новой социальной роли, готовность к той высокой ответственности и тем многочисленным обязанностям матери, отца, которые она несет с собой; возникновение привязанности к будущему ребенку.

### **Резюме**

Подготовка молодых людей фертильного возраста к брачно-семейным отношениям является комплексным процессом. В рамках этого процесса педагоги-наставники должны решить целый ряд задач: от актуализации тематики оптимального выбора будущего брачного партнера до раскрытия закономерностей формирования родительских установок. При этом важными задачами являются как закладка понятийных знаний, так и передача аналитических умений, обеспечивающих молодым людям – будущим супругам – успешность брака и гармонию семейных отношений. Нужно утвердить в их сознании ценность ключевых качеств и компетенций, требующихся для осознанного супружества и родительства. Будущим родителям необходим высокий уровень коммуникативной компетентности, ответственность перед собственными детьми, способность к постоянному личностному развитию. Кроме того, в ходе комплексной подготовки молодые люди должны осознать социальную престижность отцовства и материнства как ключевых составляющих семейной жизни.

## ГЛАВА 2

### ПЕРВИЧНАЯ ПОНЯТИЙНО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ: СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ

---

Понятийно-аналитическая подготовка девушек и юношей к брачно-семейным отношениям основана на целенаправленной социально-педагогической и психологической работе, которая требует высокого уровня квалификации специалистов и специальной методической проработки структуры и содержания занятий. Не стоит недооценивать важность такого рода подготовки, поскольку она обеспечивает формирование у молодежи адекватных понятий о браке и систематизированных представлений о факторах, влияющих на брачные отношения и достижение семейной гармонии.

Составленная в едином понятийном поле и тщательно выверенная тематика теоретических занятий с молодыми людьми позволяет им преодолеть вредные иллюзии, заблуждения и социально-психологические стереотипы относительно брака и семьи. Как правило, эти иллюзии и стереотипы некритично заимствованы из массмедиа и формируют психологическую установку на ни к чему не обязывающий гражданский брак, готовность к прерыванию беременности любой ценой или отказ от принятия ответственности за финансовое обеспечение семьи и материальное благополучие потомства. В идеале каждая тема в теоретической подготовке должна актуализировать в сознании молодого поколения личностные смыслы, связанные с семейными отношениями, раскрывать ценность гармоничных отношений и осознанного родительства в жизни каждого человека и подталкивать к освоению глубинных духовно-культурных основ существования семьи и рода.

В связи с тем, что современные семьи далеки от идеалов, при реализации теоретической подготовки следует учитывать негативный семейный опыт, имеющийся у многих юношей и девушек. Их реальные семьи, к сожалению, могут отрицательно влиять на формирование личностных установок и ценностных ориентаций в сфере семейной жизни. Это следует учитывать при подборе примеров из жизни, их оценке и анализе внутрисемейных отношений. Иными словами, педагоги и психологи должны всегда помнить о том, что реальные условия семейной жизни многих молодых людей не соответствуют устоявшимся общественным нормам и традиционным культурным ценностям. Тематика теоретических занятий и их

структура должны отвечать всем вызовам современной жизни, включая такие болезненные для многих подростков и юношей темы, как долговременные семейные неурядицы, вызванные трудным финансовым положением, острые супружеские конфликты, отсутствие должной родительской опеки и психологической поддержки [2, 6, 13].

Таким образом, первичная подготовка юношей и девушек к брачным отношениям и семейной жизни должна представлять собой процесс постепенного и всестороннего освоения понятий и знаний, способствующих формированию позитивного социально-психологического опыта. И в рамках такого рода подготовки обязательно должно быть место для осмысления личного опыта, основанного на травматичных переживаниях молодых людей, для честного анализа и обстоятельного понимания причин ранее пережитых ими семейных травм, существующих непростых отношений с родителями, близкими родственниками, всеми, кто причастен к формированию их установок на брак и семью. В результате такого анализа и осмысления происходит осознание как нежелательных, так и желаемых (и, что не менее важно, реально достижимых!) моделей брачно-семейных взаимоотношений, что стимулирует молодых людей к развитию соответствующих личностных качеств и чувств; формированию продуктивных представлений об индивидуальных факторах, определяющих готовность потенциальных партнеров к браку и семейной жизни, а также более широких взглядов на внутрисемейные функции и роли супругов.

Все описанные ниже упражнения ориентированы на активное участие в групповой работе юношей и девушек в возрасте от 15 до 25 лет.

### **Занятие 1 (вводное)**

#### **Что такое брак и что такое семья?**

**Цель:** стимулировать участников к поиску наиболее продуктивных определений брака и семьи, к расширению понимания семьи как важнейшего социального института, имеющего набор устоявшихся функций, нравственных основ и традиций.

**Знакомство.** Если, участники не знакомы между собой, то следует провести процедуру внутригруппового знакомства. Каждый участник группы (по кругу) встает, называет свое имя и произносит какую-либо фразу, обращенную ко всем остальным, например: «Добрый день», «Желаю всем узнать много нового и интересного» и др. Помимо таких фраз каждый участник может использовать некоторые приветственные жесты по отношению к группе, обозначающие его настрой на совместную работу.

**Ведущий:** Основная задача нашего первого занятия – найти и озвучить честные ответы на два вопроса: Каково предназначение брака и семьи в вашем личном понимании? В чем разница между семьей и браком?

Для начала нам необходим краткий экскурс в историю возникновения семейных отношений в человеческом сообществе. Семья – один из самых древних социальных институтов. Она возникла намного раньше религии, государства, армии, образования, рынка. Следует рассмотреть различие понятий «брак» и «семья». Нередко они используются как синонимы. Однако в сути этих понятий есть не только общее, но и немало особенного, специфического. Так, ученые убедительно доказали, что брак и семья возникли в разные исторические периоды.

Современные отечественные социологи определяют брак как исторически изменяющуюся социальную форму отношений между женщиной и мужчиной, посредством которой общество упорядочивает и санкционирует их половую жизнь и устанавливает их супружеские и родительские права и обязанности. Семья представляет собой более сложную систему отношений, чем брак, поскольку она, как правило, объединяет не только супругов, но и их детей, а также других родственников или просто близких супругам и необходимых им людей.

Социально-экономические изменения, происходящие в современном обществе, несомненно, оказали влияние на состояние семьи. Современная семья находится в поиске новых путей своего развития. Тем не менее можно утверждать, что во все времена семья – это малая социальная группа, члены которой связаны браком, родительством и родством, а также общностью быта, совместным бюджетом и взаимной моральной ответственностью. Во все времена важнейшими функциями семьи являются:

- репродуктивная (рождение детей);
- экзистенциальная (функция социальной и эмоциональной защиты своих членов);
- хозяйственно-потребительская (соблюдение домашнего бюджета, управление семьей, ведение домашнего хозяйства);
- воспитательная (семейная социализация, воспитание детей);
- социально-статусная (связана с воспроизводством социальной структуры общества, так как предоставляет определенный социальный статус членам семьи);
- восстановительная (поддержание здоровья, жизненного тонуса, организации досуга и отдыха);
- коммуникативная (общение, обмен информацией).

Под структурой семьи понимается совокупность отношений между ее членами, включая, помимо отношений родства, и систему духовных, нравственных отношений, в том числе отношений власти, авторитета и т.д.

Далее ведущий предлагает каждому участнику высказать те мысли и ассоциации, которые возникают у него в ответ на предложение поразмыслить о том, что такое семья. Всем участникам предоставляется время на подготовку (1–2 минуты), и затем каждому дается возможность свободно высказать свое личное мнение в течение 1–2 минут.

## Занятие 2

### Проведение парных дискуссий на тему «Нужна ли семья?»

Ведущий организует и направляет ход дискуссии. Вначале он дает **инструкцию**:

Уважаемые участники! Просьба разделиться на две равные группы и образовать два круга: внешний и внутренний. Каждый из стоящих во внутреннем круге должен иметь пару из внешнего круга.

Сейчас мы поговорим о нужности семьи современному обществу и лично вам. Вы должны попробовать порассуждать от лица тех, кому семья нужна, а также от лица тех, кому она не нужна. Итак, вы стоите в парах. Стоящие во внутреннем круге уверены в нужности семьи и озвучивают аргументы за семью, а стоящие во внешнем круге должны приводить противоположные доводы: семья не нужна. Затем мы обсудим полученные результаты. Внимание! Парная дискуссия должна проходить по следующим правилам:

- на обсуждение в паре дается не более 5 минут;
- каждый участник должен корректно и аргументированно отстаивать заданную точку зрения;
- если собеседник вас убедил, вы можете согласиться с его точкой зрения по ходу дискуссии;
- запрещается оскорблять собеседника и повышать на него голос. Если наблюдатель зафиксировал крик или оскорбление, то дискуссия для пары заканчивается.

В течение 4–5 минут идет парная дискуссия в кругах. Затем члены кругов меняются собеседниками. Внешний круг делает шаг влево, а внутренний – шаг вправо. Роли также могут меняться. Однако желательно, чтобы во внутренний круг стали те, кто искренне убежден в ценности семьи, а во внешний – те, кто сомневается в необходимости семьи. После проведения парных дискуссий подводятся итоги и выдвигаются самые веские, по мнению участников, аргументы за семью или против нее. Ведущий контролирует время обсуждения. В завершение занятия ведущий должен подвести итоги группового обсуждения и дать свой ответ на вопрос, для чего люди создают семью.

## Занятие 3

### Анализ сложной ситуации личного выбора

Ведущий предлагает группе сложную ситуацию.

После года добрых отношений у молодой пары – Егора и Ольги – возник конфликт. Ольга узнала, что Егор продолжал общение со своей бывшей возлюбленной Еленой: часто писал ей короткие сообщения, иногда дарил

мелкие подарки. Когда об этом узнала его новая избранница Ольга, она поставила молодого человека перед выбором: прошлое или настоящее. Однако Егор ответил ей, что имеет полное право общаться с человеком, которого он знал много лет, и его настоящее (то есть отношения с Ольгой) не должно перечеркивать важные моменты его прошлого (отношения с Еленой). Ольга дала Егору неделю на раздумье и уехала в родной город.

#### **Вопросы для последующего группового анализа:**

Как вы думаете, что должен решить для себя Егор и что должна понять Ольга?

Может ли мужчина любить сразу двух женщин, а женщина – двух мужчин?

Если вы любите человека и уверены в этом, а он (она) – нет, что делать?

Далее ведущий должен провести с участниками мозговой штурм на тему «Как разрешать ситуации выбора между двумя потенциальными спутниками жизни».

Затем проводится итоговое коллективное обсуждение полученных ответов и делается общий вывод по итогам занятия.

### **Занятие 4**

#### **Творческое самовыражение участников на тему «Что такое любовь?»**

Ведущий предлагает участникам проявить свои творческие способности. От каждого из них требуется создать рисунок на тему «Что такое любовь?». Рисунки могут быть выполнены в символической, метафорической форме. Кроме того, к каждому рисунку должны прилагаться какие-либо словесные (возможно, поэтические) комментарии участников, поясняющие их творческий замысел. При этом ведущий должен напомнить участникам, что в идеале любовь – это сильное чувство длительной привязанности к человеку, основанное на личной симпатии, восхищении его личностными качествами.

Участникам дается 7–8 минут на воплощение своих творческих замыслов. После этого участники демонстрируют всей группе свои творческие работы и комментируют их. Ведущий не должен оценивать качество рисунков, его задача – направить коллективное обсуждение на тему субъективного понимания любви. Затем группе предлагается рассмотреть отличия понятий «любовь» и «увлечение». Для этого могут быть заданы следующие **вопросы**:

Почему одни люди разочаровываются в своих избранниках, а другие остаются с ними на всю жизнь? Чем отличается увлечение от любви?

Может ли любовь возникнуть с первого взгляда? (Может, особенно у чувствительных людей. Но необходимо время для того, чтобы убедиться, что это настоящая любовь.)

Может ли человек постоянно в кого-то влюбляться? (Человек может постоянно кем-либо увлекаться.)

Бывают ситуации, когда, уже создав семью, люди говорят: «Любовь прошла». Как вы объясните эти ситуации?

Можно ли жить счастливой семейной жизнью без любви?

Ведущий должен стимулировать участников к развитию понимания отличий увлеченности от любви. В заключение ведущий должен отметить, что важнейшее условие для полноценных семейных отношений – чувство взаимной и ответственной любви у супругов. В то время как увлечение – это чувство временной привязанности к человеку.

## **Занятие 5**

### **В чем кроется секрет семейного счастья?**

Ведущий организует групповую дискуссию «Секреты семейного счастья». Для начала он предлагает участникам разбиться на подгруппы и поразмышлять над условиями достижения и сохранения семейного счастья. Участники проводят работу в подгруппах и записывают свои мысли на заданную тему. Затем ведущий просит участников подгрупп озвучить свои ответы. После того как все группы выскажут свои мнения, ведущий проводит их сравнительный анализ. Как правило, мнения в подгруппах отчасти или полностью совпадают. Совпадающие мнения могут быть особо отмечены ведущим как важнейшие условия, необходимые для достижения семейной гармонии и семейного счастья. Например, это может быть:

- сходство привычек и интересов;
- умение уступить в споре, особенно если ты не прав;
- равное выполнение всех семейных обязанностей;
- совместная забота о детях и совместное их воспитание;
- взаимопомощь в любых обстоятельствах;
- позиция: жить по средствам, довольствуясь малым;
- следование принципу: не ставить перед супругом невыполнимых условий;
- установка на совместное принятие всех решений;
- совместная цель жизни как личное культурное совершенствование, а не только накопление материальных благ.

В заключение ведущий предлагает каждому участнику группы проранжировать по степени важности лично для себя все рассмотренные ранее условия и поделиться своими мыслями о том, какие условия должны быть дополнительно включены.

## **Занятие 6**

### **Творческие завершения высказываний на тему семьи**

Ведущий предлагает участникам испытать свои силы в развитии творческих и одновременно конструктивных идей и образов на тему семьи. Все, что для этого нужно, – услышать начальное высказывание, а затем постараться его завершить и записать предложенные образы. После индивидуальной работы участники делятся своими результатами в группе. Предложенные ведущим высказывания для творческого развития могут быть такими:

Если создание семьи – это коллективная постройка, то...

Если семейная жизнь – это лесная поляна, то...

Если семейное общение – это музыкальный оркестр, то...

Если члены семьи – это геометрические фигуры, то...

Если семейная жизнь – это название путешествия, то...

Если каждая семья похожа на крепость, то...

Если муж – это защитник семьи, то жена...

После того как участники оглашают свои индивидуальные ассоциации, происходит их групповое обсуждение.

## **Занятие 7**

### **Ролевая игра «Семейные роли/обязанности и пути их выполнения»**

Ведущий предлагает участникам разбиться на две подгруппы – юноши и девушки. Каждая подгруппа должна искать ответы на вопросы, связанные с выполнением традиционных женских и мужских ролей в семье.

#### **Вопросы для подгруппы девушек:**

Как вести домашнее хозяйство?

Как приучить сына делать женскую работу?

Какие семейные праздники сплотят семью?

Как помочь мужу более внимательно и нежно относиться к детям?

#### **Вопросы для подгруппы юношей:**

Какой объем домашних дел должен взять на себя ты?

Как мужчины в семье могут устроить настоящий праздник для жены и детей?

Как проявить особое внимание к маме, чтобы она почувствовала внимание и заботу сына?

Как вы считаете, со всеми ли домашними делами может справиться настоящий мужчина, хозяин?

На подготовку ответов на четыре вопроса каждой подгруппе отводится 8–10 минут. Затем участники подгрупп попеременно зачитывают свои вари-

анты ответов и оценивают их. Девушки оценивают ответы юношей, а юноши – ответы девушек. После этого происходит групповое обсуждение.

## Занятие 8

### Групповая игра «Обоснование позиции супруга»

Ведущий предлагает участникам разбиться на подгруппы, выработать и высказать обоснованную позицию мужа и жены в заданной семейной ситуации. Каждая подгруппа должна представить свое видение позиции мужа и жены в каждой из двух ситуаций. Это видение должно быть полностью обоснованным. Для начала ведущий описывает некие стандартные семейные ситуации:

**Ситуация А.** Муж возвращается из командировки домой поздно вечером. Его годовалый ребенок заболел, и жена просит мужа самостоятельно что-нибудь приготовить из тех продуктов, которые есть в холодильнике. Выскажите и обоснуйте ваше мнение о том, какой должна быть реакция мужа.

**Ситуация Б.** Жена просит мужа в выходные помочь ей в разрешении спора с ее подругами. Поскольку спор касается выбора оптимального варианта домашнего интерьера, от него требуется поучаствовать в пробной перестановке мебели. Муж отвечает отказом, так как он исходно не участвовал в споре. Выскажите и обоснуйте ваше мнение о том, какой должна быть реакция жены.

Ведущий должен отметить, что ситуации даны в общем контуре и для обоснования мнения по каждой из них может быть установлено много дополнительных условий. Эти условия оговаривают сами участники. После работы в подгруппах в течение 7–8 минут происходит обмен мнениями. Ведущий оценивает степень их обоснованности и просит участников подгрупп ответить на ряд **вопросов**:

Что значит быть хозяином/хозяйкой в доме?

Мужчина на кухне – гость или хозяин? (Муж на кухне – гость, потому что... Муж на кухне – хозяин, потому что...)

Что вправе жена требовать от мужа? Что она не вправе требовать от мужа?

После ответов на все эти вопросы следует групповое обсуждение занятия в целом.

## Занятие 9

### Выступления в формате Stand Up на заданную тему

Ведущий предлагает участникам разбиться на подгруппы по три-четыре человека, чтобы подготовить и затем произнести краткие, остроум-

ные и вдохновляющие выступления в формате Stand Up на тему «Как достичь гармонии семейной паре?». Ведущий должен отметить, что в этих выступлениях допускается уместный юмор и приветствуется самоирония.

В качестве помощи участникам ведущий может предложить примерный **план выступления**, включающий следующие пункты:

1. Создание семьи требует определенного времени и терпения от каждого члена пары. Это время необходимо будущим супругам для взаимного изучения привычек, интересов и характеров партнера.

2. Почему до создания семьи паре нужно договориться о том, кто какие семейные обязанности будет выполнять, а от каких отказывается?

3. Какое поведение супругов должно быть оценено как недопустимое и/или разрушающее семью и почему?

4. Каким образом должны разрешаться все спорные ситуации в паре? (Примеры конструктивного диалога, направленного на соблюдение интересов обоих супругов.)

5. Почему нельзя допускать чрезмерного вмешательства в семейную жизнь со стороны друзей и даже близких родственников?

На подготовку выступлений отводится 7–9 минут. Каждая подгруппа готовит выступление на 2 – максимум 3 минуты. После всех выступлений проходит коллективное обсуждение наиболее удачных фраз и шуток.

## **Занятие 10 (итоговое)**

### **Диагностика оценки готовности к семейной жизни посредством анкетирования «Представление о брачно-семейных отношениях»**

Такое анкетирование должно проводиться со всеми участниками в самом начале и при завершении групповых занятий. В таком случае оно позволит выявить степень эффективности теоретического блока занятий посредством сбора и анализа данных о том, как сформировались субъективные представления молодых людей о брачно-семейных отношениях. Целесообразно предложить ответить на вопросы представленной ниже экспресс-анкеты в письменной форме. Каждому участнику выдается бланк с вопросами и вариантами ответов:

#### **1. Как Вы относитесь к браку?**

- а) в целом положительно
- б) в целом отрицательно
- в) пока не думал об этом
- г) затрудняюсь ответить

#### **2. Считаете ли Вы возможным вступать в брак во время учебы?**

- а) да, это возможно

б) нет, брак мешает учебе

в) может быть

г) не знаю

**3. Допустимо ли, что парни/девушки вступают в брак не по любви, а из желания повысить уровень материальной обеспеченности?**

а) да, это допустимо

б) это не серьезно

в) я категорически против

**4. В каком возрасте, как Вы считаете, нужно вступать в брак?**

а) от 16 до 20 лет

б) от 21 года до 26 лет

в) от 26 до 30 лет

г) от 31 года и старше

**5. Для Вас имеет значение социальное положение Вашего партнера?**

а) скорее да

б) скорее нет

в) еще не думал (-а) об этом

г) имеет значение как один из факторов, но не более

**6. На каком социальном уровне должен быть мужчина, чтобы привлечь к себе внимание?**

а) студент

б) служащий

в) интеллигент

г) бизнесмен

д) не имеет значения

**7. Кто, по Вашему мнению, должен быть главой семьи?**

а) мужчина

б) женщина

в) в зависимости от ситуации

г) не имеет значения

**8. Кто в семье должен зарабатывать деньги?**

а) мужчина

б) женщина

в) оба

г) по обстоятельствам

**9. Из-за чего, по Вашему мнению, чаще всего распадаются семьи?**

а) скука

б) измена

в) отсутствие денег

г) не сошлись характерами

д) другие причины

**10. Как Вы относитесь к браку в раннем возрасте (до 18 лет)?**

а) нормально

б) нормально, но это ненадолго

в) отрицательно

г) затрудняюсь ответить

**11. Хотели ли бы Вы вообще вступать в брак?**

а) да

б) да, но сначала доучусь

в) не знаю

г) нет

**12. Каков на сегодняшний день Ваш основной источник дохода?**

а) родители

б) стипендия

в) дополнительный заработок

**13. Легко ли Вам знакомиться с лицами противоположного пола?**

а) да, легко

б) только через знакомых

в) зависит от обстоятельств

г) нет, трудно

**14. Вы четко представляете, чего хотите добиться в жизни?**

а) да, конечно

б) не совсем уверен

в) представляю с трудом

**15. Укажите Ваш пол**

а) мужской

б) женский

**16. Укажите Ваш возраст**

а) от 16 до 18 лет

б) от 18 до 20 лет

в) от 20 лет и старше

По итогам данного анкетирования ведущий занятий должен проводить обязательный анализ полученных результатов. Затем все полученные данные обобщаются до выявления общих тенденций и доносятся до участников. Важно организовать обмен полученными мнениями о результатах анкетирования между участниками группы. Если у участников программы возникает дополнительный интерес к самопознанию и анализу своих установок, ведущий занятий может использовать анкеты и тесты, представленные в приложениях 1–4.

## Резюме

Основное назначение первичной понятийно-аналитической части пособия заключатся в раскрытии ведущих понятий, позволяющих донести до

юношей и девушек важность целенаправленной подготовки к брачно-семейным отношениям. Для представителей молодого поколения знакомство с основами брачно-семейных отношений начинается с понимания роли и значения института семьи в жизни общества. Молодые люди постепенно осознают, что семья как малая социальная группа начинается с брачного супружеского союза. Они осознают, как чувства сначала становятся основой для официальной регистрации отношений в браке, затем – для родственных связей и совместного ведения домашнего хозяйства. Они также осознают, что в брак может вступить практически каждый, но далеко не каждый может сделать его счастливым.

Само понятие «брак» образовалось от древнерусского глагола «брачити» – отбирать, выбирать хорошее и отклонять плохое. Счастливый брак – большое искусство, требующее работы над собой, развития чуткости, мудрости, терпения, умения пойти на компромисс, принять на себя ответственность за других – близких людей. Таким образом, семья представляет собой более сложную систему отношений, чем брак, поскольку она, как правило, объединяет не только супругов, но и их детей, а также других родственников или просто близких и необходимых супругам людей. И потому освоение представленных выше учебных материалов необходимо молодым людям для воплощения лучших образцов семейной жизни, которые характеризуются общностью жизни, едиными интересами, заботой супругов друг о друге и их совместных детях.

### ГЛАВА 3

## **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК К БРАЧНО-СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ**

---

Практико-ориентированные компоненты данного пособия направлены на постепенное вооружение юношей и девушек навыками и умениями, обеспечивающими постепенное накопление ими позитивного опыта выполнения семейных обязанностей. К такого рода практическим компонентам, необходимым для супружеской жизни, специалисты чаще всего относят компоненты, направленные на обеспечение семейной гармонии: умение рационально вести домашнее хозяйство; четко выстраивать режим семейной жизни, искать согласия, проявлять терпимость к особенностям других членов семьи, вовремя уступать, соблюдать баланс интересов в жизнедеятельности семьи; оказывать знаки внимания членам семьи, быть внимательным и заботливым, проявлять теплые родственные отношения, доставлять близким людям радость и многое другое [8, 4].

Однако в рамках данного пособия список необходимых умений и навыков значительно расширен и вместе с тем включает описание желаемых личностных качеств мужа и жены в соответствии с традиционным для нашей культуры полоролевым разделением. Таким образом, комплекс занятий по практической подготовке к семейной жизни направлен на формирование у юношей и девушек следующих качеств:

- общие качества супругов: трудолюбие, доброта, отзывчивость, сочувствие, чуткость и внимательность, гостеприимность, щедрость;

- качества мужа, отца: мужественность, смелость, благородство, ответственность, личное достоинство, расчетливость, практичность, хозяйственность, экономность, деловитость, бережливость, заботливость, инициативность, способность к творческому поиску, самообладание, бескорыстность, справедливость и т.п.;

- качества жены, матери: женственность, нежность, стыдливость, скромность, личное достоинство, чистоплотность, чуткость, обаяние, искренность, способность понять другого человека, ответственность, заботливость и т.п.

Кроме перечисленных компонентов ведущих практических занятий должен стремиться к формированию у молодых людей следующих высших чувств: родственной близости; долга и ответственности за судьбу каждого

родного и близкого человека, семьи; любви и уважения к отцу и матери, старшим и младшим членам семьи; собственного достоинства; духовного единства членов семьи и рода; ощущения семьи как родного дома [5, с. 17–20]. Поэтому в настоящее время большое значение приобретает социально-педагогическая готовность к семейному взаимодействию, которая включает способность к сотрудничеству, взаимопониманию, терпимость, чуткость и тактичность в общении с близкими людьми. Эффективному решению задач социально-педагогической подготовки старшеклассников к семейной жизни способствует использование методов групповой работы в процессе внешкольной деятельности с учениками: дискуссий и диспутов, демонстраций и анализа моделей поведения в жизненных ситуациях, сюжетно-ролевых упражнений на развитие навыков межличностного взаимодействия, психологического практикума и др. [2, 5, 18, 21].

Следует отметить, что процесс практической подготовки к семейной жизни требует использования широкого спектра методов и форм групповой работы. Профессиональная квалификация и личная позиция и инициативность ведущего также способствуют более эффективной передаче молодому поколению практических навыков построения брачно-семейных отношений.

Все представленные ниже формы и методы групповой работы с энтузиазмом принимаются представителями молодого поколения, что обеспечивает их включенность в групповой процесс, а значит, общую эффективность программы, что повышает вероятность построения стабильных семейно-брачных отношений в будущем. Конечным результатом практической подготовки к браку и семейной жизни должна быть сформированная готовность к действиям в стандартных ситуациях, сопутствующих семейно-брачным отношениям, включая ситуации, связанные с возможными финансовыми проблемами и трудностями, возникающими в процессе рождения и воспитания детей.

### **Занятие 1 (комплексно-групповое)** **Готовность к созданию семьи**

Данное занятие является вводным и вместе с тем имеет диагностико-коррекционную функцию.

**Основная цель занятия:** познакомить молодых людей с практически методами оценки/самооценки степени готовности к браку и тем самым стимулировать их к рефлексии о личностных качествах, при достаточном развитии которых они могут вступать в брак осознанно, без риска скорого развода и прочих негативных последствий.

**В задачи ведущего группового занятия входит:** стимулировать молодых людей к развитию понимания готовности к браку как важной состав-

ляющей их личности, обратить их внимание на необходимость тщательного анализа как собственной личностной зрелости, так и желаемых качеств будущего (ей) супруга (и).

Практическое освоение таких понятий, как «готовность к браку» и «мотивы вступления в брак», происходит путем последовательного освоения каждого компонента готовности к браку. Для этого ведущий должен провести предварительную работу с группой: все участники разбиваются на подгруппы (примерно по 3–4 человека), каждой из которых даются задания по подготовке информационных сообщений по каждому отдельному компоненту готовности к браку:

- 1) социально-нравственная готовность;
- 2) мотивационная готовность;
- 3) психологическая готовность;
- 4) педагогическая готовность.

**Ведущий:** Стабильная и благополучная семья может быть создана при достаточной готовности молодых людей к семейной жизни. И сегодня мы должны понять, что готовность к семейной жизни – это комплексное состояние, которое включает четыре компонента. По каждому компоненту готовности будет представлен отдельный учебный материал (в виде презентаций и докладов), на основе которого вы будете проводить самодиагностику своей личной готовности к браку.

Ведущий представляет каждую подгруппу, озвучивая тот компонент готовности, который будет раскрыт в виде доклада и презентации. Он напоминает участникам о последовательности выступления подгрупп и о необходимости совместного обсуждения каждого доклада.

Начиная основную часть занятия, ведущий приглашает первую подгруппу для выступления на тему «Социально-нравственная готовность».

Участники первой подгруппы последовательно излагают смысл и содержание понятия «Социально-нравственная готовность».

Основные (обязательные) аспекты социально-нравственной готовности к созданию семьи должны включать:

- гражданскую зрелость, то есть возраст будущих супругов (согласно Семейному кодексу РФ нижняя возрастная граница брачного возраста в РФ – 16 лет);
- наличие среднего образования, профессии;
- уровень нравственного сознания (способность быть ответственным за свои поступки);
- относительную экономическую стабильность;
- физическое и психическое здоровье.

Участникам первой подгруппы в своем докладе следует отметить, что нравственная зрелость не всегда тесно связана с определенным возрастом,

но во многих случаях зависит от возрастного фактора, а также от таких социальных факторов готовности, как:

- законченное среднее профессиональное или высшее образование;
- наличие профессии;
- начало самостоятельной трудовой деятельности.

Для того чтобы молодые люди действительно могли социально и нравственно созреть для вступления в брак, законодательством РФ предусмотрены меры по упреждению возможных ошибок и поспешных решений:

- порядок заключения брака четко определен законом;
- ограничена нижняя граница брачного возраста;
- желающим вступить в брак дается время для обдумывания своего решения, молодые люди знакомятся с собственными правами и обязанностями, с обязанностями родителей по отношению к своим будущим детям.

Так как одним из важных критериев готовности к семейной жизни является нравственная зрелость, она должна быть со всей четкостью и полнотой проявлена:

- в понимании молодыми людьми значимости семьи;
- в серьезности отношения к браку;
- в продуманном выборе спутника жизни;
- в принятии ответственности за будущую семью.

Молодые люди должны глубоко уважать друг друга, старших членов семьи своего (-ей) избранника (-цы). Им необходимо ознакомиться с правовыми знаниями о семье, включая знание прав и обязанностей супругов, несовершеннолетних детей, а также правовых норм, регулирующих семейно-брачные отношения.

В завершение доклада первой подгруппы ведущий может акцентировать внимание участников группы на таком важном условии готовности к браку, как физиологическая готовность жениха и невесты.

**Ведущий:** В нашей стране вступление в брак обозначено законом – 18 лет. И это не случайно! Медики считают, что наиболее благоприятным возрастом для создания семьи является 20–22 года для девушки и 23–28 – для юноши. Этот возраст наиболее благоприятен для рождения детей. Примерно те же границы для брачного возраста устанавливает и народная мудрость. В частности, античный поэт Гесиод в поэме «Труды и дни» давал такие наставления молодежи:

*В дом свой супругу вводи,*

*Как в возраст придешь подходящий.*

*До 30 не спеши, но и за 30 долго не медли...*

*Все обгляди хорошо, чтоб не на смех соседям жениться!*

В заключение первого доклада ведущий может задать группе следующие возможные вопросы для более глубокого понимания полученной информации:

Как вы считаете, в каком возрасте возможно достижение полной нравственной зрелости для вступления в брак?

Как вы думаете, все ли готовы в 18 лет к вступлению в брак? И может ли быть снижен брачный возраст? (Брачный возраст может быть снижен не более чем на два года в том случае, когда молодые люди ждут ребенка.)

Вы за или против ранних браков? Почему?

Если восемнадцатилетние жених и невеста готовы взять на себя ответственность друг за друга, за своих будущих детей, способны материально обеспечить семью, готовы к решению возникающих проблем, можно считать их готовыми к созданию семьи?

Как вы считаете, влияет ли материальная обеспеченность супругов на стабильность семьи?

Участники дают свои ответы, каждый из которых отражает степень их собственной социально-нравственной зрелости и должен быть корректно прокомментирован ведущим.

Вторая подгруппа раскрывает смысл и содержание понятия «мотивационная готовность».

Примерное содержание второго доклада должно быть основано на понимании мотива как осознанного побуждения к действию. Следует также рассмотреть понятие «личные мотивы вступления в брак». Важные содержательные аспекты доклада:

1. В идеале понятие «мотивационная готовность» означает, что в человеке созрело сознательное и полностью свободное решение о вступлении в брак и создании семьи.

2. Мотивационная готовность включает также готовность к самостоятельности, чувство ответственности за создаваемую семью, готовность к рождению и воспитанию детей.

3. 70–75 % семей вступают в брак по любви, а остальные 15–20 % молодоженов создают семьи по рассудку, без сильного чувства. Возможная мотивация вступления в брак может быть основана на следующих размышлениях:

- пришло время создавать семью;
- хочется остаться в городе после учебы;
- все подруги и друзья уже имеют семьи;
- назло кому-то;
- по настоянию родителей;
- стремление жить самостоятельно, без родителей и др.;
- по материальным соображениям (около 5–10 %).

При этом необходимо отметить, что с психологической точки зрения мотивы могут быть как осознанными, зрелыми, так и неосознанными, незрелыми, например, основанными на установке «в моем окружении все вступают в брак».

Доклад второй подгруппы на тему «Мотивационная готовность» может включать в себя следующее практическое задание для всей группы: каждому из участников предлагают написать в анонимной форме на заранее розданных цветных листах бумаги от трех до пяти мотивов вступления в брак.

Участникам предлагается хорошо подумать, прежде чем они начнут что-либо писать. Затем ведущий читает вслух все ответы участников. При этом важно отметить, что основным мотивом вступления в брак часто является любовь, а любовь относится к эмоционально-чувственной сфере, которая, увы, очень изменчива у многих людей. Поэтому данный мотив является важным на первом этапе создания брачной пары, но отнюдь не является единственно скрепляющим брак впоследствии.

Третья подгруппа раскрывает смысл и содержание понятия «Психологическая готовность». Психологическая готовность предполагает наличие у супругов личностной психологической зрелости, которая включает:

- знание правил общения/взаимодействия с людьми;
- схожесть взглядов/планов на семейную жизнь;
- осознание общих культурных норм, жизненных установок и интересов;
- умение создавать морально здоровый климат семьи;
- предсказуемость поведения и устойчивость характера;
- развитые волевые качества личности.

Важные аспекты в содержании доклада о психологической готовности:

1. Психологическая готовность, помимо всего прочего, означает готовность к встрече с кризисными периодами в браке, которые переживает большинство людей. Она означает понимание, что взаимная гармония в паре строится на внутренней работе супругов над собой, так как одной любви для счастья мало.

2. Важным признаком психологической готовности к семейной жизни является умение уважать привычки другого, считаться с его мнением. Необходимо научиться видеть и понимать, что радует человека, который рядом с тобой, что причиняет ему боль. Надо уметь понять, утешить, пояснить, помолчать, развеселить. Под психологической готовностью понимается то, что оба супруга готовы раскрыть свои чувства, мысли, переживания, уметь тактично указать своей половине на ошибки.

3. В процессе совместной жизни происходит не только приспособление супругов друг к другу, но и освоение различных супружеских и родительских ролей. Психологическая готовность супругов к браку означает, что они готовы в ходе будущей семейной жизни осваивать новые, порой не вполне приятные для них роли, умения и навыки, проявляя при этом целеустремленность, решительность, настойчивость, выдержку, терпимость, умение управлять собой, своими потребностями и эмоциями.

В заключение данного доклада ведущий может привлечь внимание участников к фактам связи психологической готовности человека с установками, принятыми в его родительской семье.

**Ведущий:** Так как каждый из нас формируется как будущий семьянин прежде всего в отчем доме, наши родительские семьи часто становятся для нас либо образцом для подражания, либо примером негативного построения отношений в браке. В последнем случае мы действуем по принципу от противного, что также не всегда ведет к пониманию в паре. Таким образом, вы должны провести анализ своей психологической готовности к браку с учетом того, каким образом взаимоотношения между вашими родителями отразились на вашей психологической готовности к браку.

Оценивая собственный уровень психологической готовности к браку, участники групповых занятий должны задаться тремя важными вопросами:

- насколько лично им понятны и близки радости семейной жизни, насколько для них привлекательны те ценности и совместные жизненные цели, на которых строится семья;

- насколько развита их личная культура общения, включая умение слушать других людей, понимать их состояние и поступать таким образом, чтобы окружающие испытывали радость от общения с ними;

- насколько развита их способность эмоционально принимать взгляды партнеров по общению, их убеждения, привычки и установки, даже если они кардинально отличаются от того, что им близко.

Участники группы способны достаточно адекватно оценивать свою психологическую готовность к браку при условии оперативной помощи от ведущего, включая получение четких ориентиров и критериев для самооценки.

Четвертая подгруппа раскрывает смысл и содержание понятия «педагогическая готовность». Примерное содержание доклада данной подгруппы о педагогической готовности к браку включает рассмотрение таких аспектов, как:

1. Педагогическая грамотность в сфере семейного воспитания, которая заключается в знании возрастных особенностей развития и воспитания детей, закономерностей их развития, а также в наличии навыков по уходу за ребенком.

2. Хозяйственно-экономические умения и навыки. Это прежде всего умения рационально планировать и распределять семейный бюджет, организовывать быт и досуг семьи, создавать комфорт в семье.

3. Культура межполовых отношений, которая предполагает не просто воспитанность в отношениях с противоположным полом, но наличие достаточных знаний об интимных сторонах жизни человека, правильных взглядов на взаимоотношения полов.

При раскрытии педагогической готовности очень важно донести до аудитории взаимосвязь данного компонента с успешностью совместного ведения семейного хозяйства. Обязанности членов семьи должны распределяться с учетом их индивидуальных возможностей. Каждый должен подчиняться правилу: не сидеть сложа руки, если в доме есть работа.

В заключение занятия ведущий организует итоговое обсуждение в группе. Для начала он задает группе два итоговых вопроса для самоанализа:

Поскольку готовность к браку состоит из четырех рассмотренных компонентов, ваша задача – определить, чего лично вам недостает (каких качеств/умений/навыков) для обретения полной готовности к вступлению в брак.

Никто не требует от вас срочного достижения готовности к браку, но вы вполне можете определить, насколько на данный момент у вас сформированы мотивы вступления в брак.

Ответы молодых людей на поставленные вопросы имеют практическое значение, так как способствуют актуализации в их сознании темы постепенного овладения компонентами готовности к браку. Данное занятие также стимулирует юношей и девушек к достижению личной зрелости и развитию способности самостоятельно определять вектор своего личностного развития на ближайшие годы.

## **Занятие 2 (комплексно-групповое)** **Освоение правовых норм,** **регулирующих брачно-семейные отношения**

**Цель занятия:** познакомить молодых людей с правовыми аспектами семейно-брачных отношений, с важнейшими условиями как заключения, так и расторжения брака.

### **Основные задачи ведущего:**

- сформировать у юношей и девушек основы правовой грамотности в вопросах брачно-семейных отношений;
- формировать у молодежи чувство ответственности за все поступки, связанные с заключением брака и планированием будущей семьи.

Для начала ведущий предоставляет участникам группы краткую информацию о правовых аспектах заключения и расторжения брака. В целях расширения правовой грамотности молодые люди получают возможность ознакомиться с обязанностями и правами супругов, прописанными в Семейном кодексе Российской Федерации (N 223-ФЗ, принят 29.12.1995, последняя редакция от 18.03.2019).

Ведущий раскрывает значимость Семейного кодекса РФ как основного нормативного акта, в котором содержатся нормы и правила, защищающие каждого члена семьи. Следует особо отметить, что семейное законодательство устанавливает:

- юридические нормы, правила и условия вступления в брак;
- порядок прекращения брака;
- регулирует отношения, которые возникают между супругами и другими членами семьи.

Ведущий должен донести до молодых людей, что даже при гармоничных брачно-семейных отношениях знание положений семейного законодательства, своих прав и обязанностей непременно понадобится им в жизни.

Согласно семейному праву, брак – это союз мужчины и женщины, заключенный в органах записи актов гражданского состояния и основанный на взаимной любви, уважении, взаимопомощи, ответственности. Закон требует соблюдать определенные условия и порядок заключения брака. Как отмечал в своих трудах немецкий философ Г. Гегель, «брак есть правовая любовь; при таком определении из последней исключается все, что в ней преходяще, капризно и субъективно» [25, с. 162].

Далее в ходе занятия раскрываются правовые нормы и условия заключения брака.

**Ведущий:** Что вы знаете о правовых аспектах заключения брака?

После ответов участников группы им предлагается рассмотреть порядок регистрации брака.

**Ведущий:** Регистрация брака предусматривает личную подачу заявления будущими мужем и женой в загс по месту жительства любого из них. В загсе устанавливается день регистрации брака (через 1–3 месяца после подачи заявления, но этот срок может быть сокращен или увеличен по уважительным причинам). Регистрация брака по закону должна проходить в назначенный день и час. Присутствие жениха и невесты при регистрации обязательно. Под записью регистрации брака в книге актов гражданского состояния молодожены ставят свои подписи, а затем эта запись скрепляется подписью должностного лица загса. В паспортах жены и мужа делается соответствующая отметка, после этого супругам выдается свидетельство о регистрации брака.

Далее участникам группы задается вопрос о том, какие права и обязанности супругов им известны. Затем ведущим последовательно предлагаются для обсуждения в группе юридические нормативы, регулирующие права и обязанности супругов:

- личные права мужа и жены равны;
- обязанности супругов сводятся к тому, чтобы строить свои отношения в семье в духе взаимоуважения и взаимопомощи, содействовать благополучию семьи, заботиться о благосостоянии и развитии своих детей;
- супруги имеют возможность по личному желанию и взаимному согласию избирать фамилию одного из них. В этом случае фамилия становится общей. Но муж и жена могут оставить и свои прежние фамилии;
- супруги также имеют право на выбор рода занятий, профессии, места жительства.

Затем ведущий рассматривает с участниками группы имущественные права супругов:

1. Все имущество, которое было у мужа или жены до вступления в брак, остается их личным имуществом. Личным имуществом становятся

и приобретенные в браке вещи индивидуального пользования (одежда, обувь и т.д.). Исключение из этого правила составляют предметы роскоши, например, драгоценности. Личным имуществом одного из супругов считается и то имущество, которое он получил в дар или по наследству. Все остальное имущество, приобретенное супругами в браке, будет считаться их общей совместной собственностью.

2. Супруги могут разделить совместно нажитое имущество, при этом каждый из них получит свою долю имущества. Доли каждого из них равны независимо от того, что кто-то из них работал, а кто-то занимался домашним хозяйством и поэтому вообще не имел заработка.

3. Супруги могут разделить имущество самостоятельно. Если добровольно разделить имущество по каким-то причинам невозможно, то супруги должны обратиться в суд. Суд произведет раздел имущества.

Далее ведущим с помощью специальных вопросов к участникам группы объясняются юридические аспекты расторжения брака.

**Ведущий:** К сожалению, многие семьи распадаются. Как вы считаете, всегда ли супруги имеют право развестись? (Участники дают свои ответы, которые комментирует ведущий.)

В единственном случае закон ограничивает право супруга расторгнуть брак: супруг не имеет права без согласия супруги ставить вопрос о расторжении брака во время ее беременности и в течение года после рождения ребенка. Во всех остальных случаях расторгнуть брак можно по желанию любого из супругов.

**Ведущий:** Каким образом в нашей стране осуществляется защита нарушенных прав супругов или детей в семьях? (Участники дают свои ответы, которые комментирует ведущий.)

Согласно действующим законам РФ защита семейных прав осуществляется через суд. Защита нарушенных или оспоренных прав происходит в порядке искового производства, приказного производства (например, взыскание алиментов на несовершеннолетних детей, если этот спор не затрагивает вопросов об установлении отцовства) или особого производства (установление усыновления) в суде общей юрисдикции.

**Ведущий:** Какие органы в нашей стране уполномочены расторгать официальные браки? (Участники дают свои ответы, которые комментирует ведущий.)

Расторжение брака осуществляется в загсе или суде в зависимости от различных обстоятельств. Расторжение брака (как и его заключение) подлежит государственной регистрации в органах загса, даже если брак был ранее расторгнут в суде. Бывшим супругам выдается свидетельство о расторжении брака.

После группового обсуждения ведущий подводит итоги контрольными вопросами:

Назовите условия заключения брака.

Какие бывают права и обязанности супругов?

Назовите личные права и обязанности супругов.

Назовите имущественные права.

Что такое расторжение брака?

Все ответы учащихся на данные вопросы должны получить корректную оценку ведущего.

### **Занятие 3**

#### **Практические основы формирования и планирования семейного бюджета**

Ведущий вводит группу в проблематику формирования бюджета семьи: почему в современных семьях так часто возникают проблемы с бюджетом? Многие семьи пускают свою финансовую ситуацию на самотек. Получили зарплату – потратили сразу большую ее часть, а в итоге в конце месяца денег не остается. Кто-то берет кредиты, а потом понимает, что не хватает средств на их возврат. Ввиду отсутствия элементарной финансовой грамотности супруги оказываются не в состоянии справиться с постоянным недостатком денежных средств.

1. Давайте рассмотрим, что такое бюджет семьи? Каким образом формируется бюджет семьи?

Если определять формально, семейный бюджет – это план доходов и расходов семьи на месяц или год. Однако это и показатель согласованности в действиях супругов, показатель их восприятия реальности. Бюджет семьи зависит от двух основных статей: доходы и расходы, но сами эти статьи во многом зависят от наших амбиций, наших действий, наших привычек и т.п.

2. Как вы думаете, какие качества должны развивать в себе люди для того, чтобы в их семьях не было проблемы острой нехватки денег? Что они должны преодолеть в себе, своем характере для этого?

Чтобы разумно планировать расходы и доходы, надо избавиться от глупых амбиций, привычки жить одним днем, от лени, пассивности и т.п. Необходимо выстроить четкие приоритеты в семейном бюджете при определении таких статей расходов, как:

- питание, оплата коммунальных услуг;
- приобретение одежды, обуви, косметики;
- повышение культурного и образовательного уровня;
- отдых и развлечения.

Ведущий предлагает группе простейшее практическое задание «Доходы и расходы».

**Ведущий:** Вспомните все ваши возможные доходы: зарплату, стипендию, пенсию, пособия, проценты, полученные от вкладов в банке, деньги, взятые займы и т.д. Вспомните все ваши текущие расходы: деньги, затрачиваемые на питание, развлечения, на одежду, на предметы домашнего обихода, на квартиру и т.д. А теперь запишите ваши доходы и расходы за текущий период и отметьте, как они изменятся в первый год самостоятельной семейной жизни. Вы можете отразить ваши нынешние и будущие доходы/расходы в форме простой таблицы.

После выполнения задания ведущий организует групповое обсуждение с помощью следующих вопросов:

Как соотносятся ваши доходы и расходы в таблице?

Какие статьи дохода останутся такими же, когда вы будете жить самостоятельно?

Какие статьи дохода могут суммироваться, т.е. вы можете получать доход из нескольких источников?

Какие статьи расхода останутся такими же в вашей самостоятельной жизни? Будут ли они основными статьями расхода?

Какие статьи расхода вы считаете основными?

На каких статьях расхода можно экономить? Как это можно сделать?

Некоторые семьи пытаются экономить на питании. Что вы можете сказать по поводу подобной экономии?

Как можно экономить на коммунальных платежах?

Как вы можете увеличить свои доходы?

Как и где лучше всего хранить деньги: дома, в банке, в виде ценных бумаг?

Для закрепления и углубления полученных знаний о семейном бюджете ведущий может провести с группой анализ стандартной семейной ситуации.

**Ведущий:** Представим такую ситуацию: молодая семейная пара задалась целью в течение пяти месяцев (с января по май) экономить деньги для того, чтобы отвезти в июне часто болеющего ребенка на море. Они не покупали новых одежд ни себе, ни ребенку и с трудом все же нужную сумму накопили. Однако случилось так, что отпуск мужа был отложен до августа, а в августе не смогла поехать жена. В итоге летом поездка не состоялась. Как им лучше всего поступить с отложенными на отпуск деньгами с учетом того, что у этой семьи небольшие доходы, а в сентябре их ребенку предстоит пойти в 1 класс и поэтому могут быть непредвиденные расходы?

Ведущий делит всех участников на 2–3 подгруппы, каждая из которых может предложить один или несколько вариантов выхода из данной ситуации.

В целях освоения на практике хозяйственно-экономических принципов семейной жизни можно также провести групповую дискуссию на темы:

«Что взрослые люди могут и/или должны делать своими руками для экономии расходов в семье?»; «В каких случаях будет вполне оправдано взять кредит в банке, а в каких нет».

В завершение занятия ведущий проводит с участниками итоговое обсуждение для получения обратной связи о том, что им представляется важным и полезным в информации по теме формирования семейного бюджета.

#### **Занятие 4 (практико-ориентированное)**

##### **Планирование семьи: основные факторы и принципы**

В начале занятия ведущий дает группе вводную информацию на тему «Что включается в понятие планирование семьи?».

**Ведущий:** Для многих людей это понятие сводится к определению желаемого количества детей, что является очень упрощенным подходом. В реальности планирование семьи – это комплекс медицинских, социальных и юридических мероприятий, которые супруги проводят с помощью специалистов в целях рождения желанных детей, регулирования интервалов между беременностями, контроля времени деторождения, предупреждения нежелательной беременности. Кроме того, это и планирование условий проживания, воспитания и образования детей, что часто связано с важными финансовыми тратами и решениями в жизни семьи.

Далее ведущий предлагает группе рассмотреть более детально важнейшие факторы и принципы планирования семьи. Он задает участникам группы ряд наводящих вопросов и внимательно фиксирует все ответы участников, раскрывающие основные факторы планирования семьи. Но если какие-либо важные факторы группой были упущены, ведущий должен их обязательно проговорить и обсудить с группой.

Ниже представлен примерный сценарий занятия с вопросами ведущего и возможными ответами участников, а также важными дополнениями к этим ответам.

**Ведущий:** От чего зависит количество детей в семье?

(Возможные ответы в группе: от жилищных условий, материального достатка и отношений между родителями.)

**Ведущий:** Но также зависит от национальных традиций, религиозных убеждений супругов.

В каких случаях беременность супруги воспринимается как нежелательная?

(Возможные ответы в группе: в первый год супружеской жизни, если родители – студенты, психологически и материально не готовы к содержанию и воспитанию детей.)

**Ведущий:** Также если оба супруга слишком настроены на карьерный рост, если они постоянно находятся в длительных разъездах и командировках, если они не понимают, к каким тяжелым, необратимым последствиям (вплоть до бесплодия, миомы матки и т.п.) может привести искусственное прерывание беременности.

Что супругам необходимо сделать перед рождением ребенка?

(Возможные ответы в группе: перед рождением ребенка им необходимо подготовить детское место в комнате и приобрести нужные детские вещи.)

**Ведущий:** Весьма полезно прослушать специальные курсы для молодых родителей, ознакомиться с существующими программами по раннему развитию и воспитанию детей.

Как предупредить рождение больного ребенка?

(Возможные ответы в группе: в запланированное время зачатия ребенка супруги должны отказаться от употребления алкоголя, наркотиков, курения.)

**Ведущий:** Так как наука установила, что на генетику ребенка оказывает влияние весь предыдущий образ жизни родителей, то не менее важен полный отказ супругов от вредных привычек задолго до рождения ребенка. Также желательно заблаговременно сделать все медицинские анализы в медико-генетической консультации.

Что является наиболее важным в дошкольный период для ребенка?

(Возможные ответы в группе: укрепление здоровья путем закаливания, физические упражнения, раннее развитие мышления, внимания, памяти.)

**Ведущий:** Не менее важно заложить в ребенка положительные эмоции, чувство любви и безопасности, воспитать в нем культуру поведения.

Для закрепления полученных знаний ведущий может предложить участникам практическую работу: они должныделиться на пары и попробовать применить на практике планирование семьи. Для этого каждая пара задает для другой пары некую семейную историю/ситуацию, с учетом которой должно проходить планирование.

В заключение занятия ведущий организует групповое обсуждение его результатов.

## **Занятие 5 (групповое)**

### **Решение спорных/конфликтных ситуаций в семье**

Тематика решения спорных ситуаций, как правило, воспринимается современными юношами и девушками как актуальная и интересная. Однако они часто затрудняются с пониманием наиболее важных качеств, необходимых для конструктивного разрешения конфликтов и корректного ведения споров. Поэтому в начале занятия ведущий должен задать верный ракурс восприятия проблемы спорных ситуаций.

**Ведущий:** Как вы думаете, почему в одних семьях спорные ситуации возникают редко и решаются быстро, а в других любая спорная тема перетекает в конфликт? Возможно потому, что конструктивность супругов в семейных спорах – это результат общей атмосферы (эмоционального климата) семьи, над созданием которого надо потрудиться. Если в этой атмосфере накоплено много позитивной энергии, то возникающие споры постепенно разрешаются, не перерастая в склоки и скандалы. Если же в той атмосфере, которую создают муж и жена, недостает позитивных эмоций – взаимного уважения, приятия, радости общения, то каждый новый спор только усугубляет в их паре беспокойство, тревожность, отчуждение и неуверенность. Поэтому страшны не споры как таковые, ведь они бывают у любой супружеской пары, а те мысли, чувства, эмоции и поступки, которые они порождают в семьях. Одни семейные пары после каждой спорной ситуации только укрепляются, а другие, напротив, идут к распаду.

Далее ведущий предлагает участникам практическое задание: разбиться в подгруппы по четыре человека и поучиться правильно разрешать спорные ситуации путем взаимоуважительного общения. В каждой такой подгруппе двое участников выступают в роли тех, кто непосредственно затевает спор, а двое других задают им тему спора и наблюдают за корректностью общения. Если они видят, что спор заходит в тупик, то есть в неконструктивное русло, они могут дать свои подсказки для построения конструктивных диалогов. Затем пары участников подгрупп меняются ролями.

Возможными темами спорных ситуаций могут быть разногласия по поводу приготовления пищи, эффективности самолечения, методов воспитания ребенка; расхождения в принципах формирования бюджета, различия в подходах к созданию домашнего уюта, внутреннего дизайна помещений и т.п.

Для помощи участникам подгрупп в выполнении данного задания ведущий должен ознакомить их с основными стратегиями поведения в спорных/конфликтных ситуациях: соперничество, компромисс, игнорирование, уход от конфликта, сотрудничество. Таким образом, основной задачей каждой спорящей пары является выбор наиболее разумной стратегии поведения в спорной ситуации. Например, одни могут выбрать достижение компромисса по спорным вопросам, а другие – уход от конфликта либо достижение полного согласия путем сотрудничества. Ведущий должен внимательно наблюдать за ходом выполнения задания. После того, как задание будет всеми выполнено, он обязательно организует общее обсуждение результатов, достигнутых в подгруппах.

Затем ведущий предлагает подгруппам еще одно практическое задание, направленное на развитие гибкости поведения, эмоциональной выдержки и способности креативно реагировать/действовать при решении сложных/спорных ситуаций.

**Ведущий:** Допустим, вы выбираете район проживания, но вам и вашей второй половине нравятся разные районы города. Как вы будете разрешать этот спор, на что вы будете опираться, доказывая свою точку зрения?

**Вопрос для юношей.** У многих женщин есть одна маленькая слабость – покупать себе новые наряды, не считаясь с ценами на них. Допустим, ваша жена страдает этой слабостью и требует сейчас у вас денег на новую одежду. А лишних денег у вас, увы, нет. Как вы будете реагировать? Что будете говорить или делать?

**Вопрос для девушек.** У многих мужчин есть склонность по выходным отдыхать в компании своих друзей, предоставляя заботу о детях жене. Допустим, ваш муж собирается сейчас уйти на такую встречу. Но вы против того, чтобы он долго отсутствовал. Что вы ему скажете, как будете действовать?

Каждый участник группы вправе высказать свою точку зрения на пути разрешения спора. Поэтому в ходе обыгрывания данных ситуаций могут возникать совершенно различные варианты реагирования. Задача ведущего заключается в том, чтобы показать наиболее оптимальные из них. В заключение он организует обсуждение достигнутых практических результатов группового занятия.

## **Занятие 6 (групповое)**

### **Практика конструктивного общения с родственниками**

Для многих молодых людей такая тема, как возможные проблемы, вызванные влиянием родственников на отношения в супружеской паре, является достаточно отвлеченной. Поэтому для начала ведущий организует для участников группы вводную беседу о родне по браку.

**Ведущий:** Как правило, молодые люди редко задумываются над тем, сколь важную роль могут играть в их будущей супружеской жизни близкие и даже дальние родственники. Однако при создании новой семьи быстро выясняется, что каждый брачный партнер имеет эмоциональную связь не только с супругом, но и со своими родителями, а также иными родственниками. Порой эта связь выражается как глубокая психологическая зависимость и мешает построению гармоничных отношений в паре. Поэтому молодым людям желательно заранее уяснить значение таких понятий, как тесть, теща, свекор, свекровь и т.д. Как вы думаете, к чему может привести разрыв связей с близкой родней? Следует ли молодым супругам с самого начала семейной жизни ограждать себя от контактов с родителями мужа (жены)? Какой тип отношений с родней является оптимальным?

Ведущий стимулирует участников к высказываниям по предложенной теме для того, чтобы выяснить их уровень понимания того, как постоянные

и зачастую сложные, запутанные родственные связи становятся причинами конфликтных ситуаций в современных семьях. Среди таких причин могут быть названы: различия в традициях семейного воспитания, клановое / родовое мышление супругов, чувство ревности со стороны родственников, восприятие родственниками материальных проблем молодой семьи и т.д. Ведущий должен прокомментировать и обобщить все ответы участников.

Далее ведущий предлагает участникам практическое задание: они должны разбиться на две/три подгруппы и придумать по одной типичной для современной семьи конфликтной ситуации, так или иначе связанной с влиянием родни. При этом каждая подгруппа должна подготовить ролевое проигрывание этой конфликтной ситуации. А задача по нахождению эффективных способов ее разрешения/преодоления ставится перед другой подгруппой. Таким образом, каждая из подгрупп должна будет участвовать как в постановке конфликтных ситуаций, так и в проигрывании возможных сценариев их разрешения.

Примерные темы конфликтных ситуаций могут варьироваться: от разногласий между родственниками в вопросах воспитания детей до споров по поводу приоритетных статей расходов в семье. После того как все конфликтные ситуации будут представлены и предложены пути их разрешения, ведущий должен оценить работу каждой из подгрупп. Для помощи участникам ведущий может предложить им в качестве возможных вариантов конфликтного взаимодействия придумать соответствующие проблемные диалоги в таких типичных ролевых парах, как:

- зять и теща;
- зять и тесть;
- сноха и свекровь;
- сноха и свекор;
- жена и сестра мужа;
- муж и брат жены.

В ходе проведения данной ролевой игры ведущий может предложить участникам группы обсуждение наиболее недопустимых на их взгляд ситуаций, связанных с влиянием на внутрисемейные дела родственников одного из супругов. В данном контексте часто всплывают такие темы, как борьба за влияние на семейный бюджет, конкуренция между родительскими семьями. Также ведущий может предложить группе разработать алгоритм поведения супругов в ситуации, вызывающей конфликт с родней.

В заключение проводится групповая дискуссия на тему конструктивного диалога супругов с ближайшими родственниками. Ведущий организует обсуждение проигранных ролей, выясняет комфортность в той или иной роли для участников. Затем проходит подведение итогов.

## **Занятие 7 (групповое)**

### **Примерка семейных ролей: проверка готовности к изменениям в соответствии с требованиями семейной жизни**

Данное занятие направлено на развитие психологической готовности будущих партнеров к возможным изменениям, требованиям и обязанностям, предъявляемым к ним в семейной жизни. Для начала ведущий должен ввести участников в проблематику занятия.

**Ведущий:** Как известно, семейная жизнь требует от каждого из супругов достаточно ощутимых изменений в бытовых привычках, способах проведения досуга, распределения финансов и во многом другом. При этом часто молодым людям, создающим семьи, кажется, что это достаточно простая задача, что необходимые сдвиги в их поведении произойдут сами собой. Однако на деле оказывается, что им бывает очень трудно сломать привычный образ жизни и освоить новые обязанности. Это особенно ярко проявляется с рождением первого ребенка, когда каждый родитель должен начать жить не для себя, своего удовольствия, а для удовлетворения всех нужд маленького человека. В этот период молодые люди обнаруживают, что они оказались не готовы ко многим переменам, наступившим в их жизни. Давайте рассмотрим, насколько каждый из вас готов к таким изменениям. Мы проверим это путем примерки типичных ролей и обязанностей, выполняемых супругами в каждой семье.

Ведущий предлагает каждому из участников мысленно примерить на себя множество абсолютно новых и непривычных для них семейных ролей-обязанностей. Каждому участнику выдается список таких ролей для того, чтобы он смог не просто ознакомиться с ним, но по 10-балльной шкале оценить степень своей готовности к принятию на себя той или иной типичной семейной роли-обязанности.

Список типичных семейных ролей-обязанностей:

1. Организатор домашнего хозяйства.
2. Главный добытчик денег.
3. Закупщик продуктов.
4. Семейный казначей.
5. Уборщик квартиры.
6. Выносящий мусор.
7. Семейный повар-кулинар.
8. Убирающий со стола.
9. Ухаживающий за животными.
10. Организатор праздников.
11. Мойщик посуды и окон.

12. Принимающий важные решения.
13. Починяющий сломанное.
14. Постирщик детских пеленок.
15. Посредник в семейных конфликтах.
16. Семейный лекарь.
17. Воспитатель детей.
18. Защитник семьи.
19. Семейный шутник.
20. Семейный тренер.
21. Строитель дома.
22. Семейный водитель.

Ведущий должен отметить, что некоторые из этих семейных ролей могут вызывать у участников группы эмоциональное отторжение, так как их исполнение потребует от них в чем-то пересилить себя, переступить через свою гордость и т.п. Тем не менее они должны мысленно примерить на себя каждую из 20 ролей.

После того как бланки со списком ролей-обязанностей будут заполнены, ведущий предлагает участникам рассказать, какие из ролей оказались для них пугающими или абсолютно неприемлемыми. После этого участники должны представить ситуацию, в которой их вторая половина временно не может выполнять свою роль (например, по причине болезни или отъезда). Как они будут поступать в таких ситуациях, готовы ли они в чем-то пересилить себя ради благополучия семьи и достижения домашнего уюта? При этом желательно, чтобы участники могли в деталях представить отдельные ситуации и даже проиграть их для достижения эффекта максимально реалистичной примерки роли.

По окончании данного группового занятия ведущий просит участников высказать и обсудить те чувства и мысли, которые возникли у них при выполнении задания.

## **Резюме**

Вторая часть групповых занятий предназначена для практического освоения целого ряда умений и качеств, необходимых для выбора оптимального партнера и построения гармоничных семейных отношений. Большая часть описанных выше занятий ориентирована на активные формы взаимодействия участников в подгруппах. Проблематика представленных практических занятий показывает, что в фокус внимания их участников могут быть помещены любые, в том числе весьма болезненные темы, такие как заключение семейного контракта, расторжение брака и планиро-

вание совместного бюджета. Однако следует заметить, что данные занятия не исчерпывают все возможные темы и направления в практической подготовке молодых людей к брачно-семейным отношениям. К тому же у участников программы возникает дополнительный интерес к самопознанию и анализу своих установок. Поэтому ведущий занятий в координации с другими специалистами образовательных учреждений может использовать анкеты и тесты, представленные в приложениях 1–4.

## **ГЛАВА 4**

### **МОЛОДАЯ СЕМЬЯ КАК СПЕЦИФИЧЕСКИЙ ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ**

---

#### **Теоретико-методические аспекты психолого-педагогической поддержки молодых семей**

В данной главе будут представлены социально-психологические и психолого-педагогические аспекты понимания молодой семьи в ракурсе дальнейшего рассмотрения основных направлений, форм и методов ее психолого-педагогической поддержки. Все усилия государственных учреждений и социальных институтов по формированию готовности молодого поколения к семейной жизни окажутся напрасными, если в обществе не будут адекватно поняты проблемы молодой семьи, а также не будут соответствующих путей и методов психолого-педагогического сопровождения.

Молодая семья в последние десятилетия находится в центре внимания передовой гуманитарной науки и прогрессивных общественных деятелей. И это не случайно, так как именно в молодой семье зарождаются новые подходы к воспитанию будущих поколений, к ведению домашнего хозяйства и построению отношений с внешним миром. Становление молодой семьи представляет собой сложный процесс, объединяющий интересы социального функционирования партнеров и совместные усилия по приумножению внутренних психоэмоциональных ресурсов. При этом каждый вновь созданный брачный союз развивается по своей собственной траектории, которая определяется как степенью социальной адаптивности и личностной зрелости супругов, так и процессами, происходящими за внешними границами семьи на микро- и макроуровне.

Рассматривая семью как одну из разновидностей социальной группы, имеет смысл остановиться на тех трактовках данного определения, которые рассматриваются обществоведческими науками, занимающимися изучением групп. Каждая гуманитарная наука имеет свои задачи в изучении семьи, в соответствии с которыми дает ей свое определение.

В частности, философия и социология понимают семью как малую социальную группу, члены которой связаны брачными и родственными отношениями, общностью быта, взаимной помощью и моральной ответственностью. В качестве сущностных характеристик семьи выделены ее

место в обществе и значение определенных социальных функций. В данном ракурсе выстраивается социально-психологическая дефиниция, согласно которой каждая *семья* – это «малая социальная группа», представляющая наиболее распространенную форму организации личного быта, основанную на супружеском союзе и кровнородственных связях. Для стабильности семьи важны не только отношения между мужем и женой, но и родителями и детьми, братьями и сестрами, а также другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство на основе единого семейного бюджета.

С социально-психологической точки зрения семья представляет собой социальную группу, соответствующую нормам и ценностям современного общества, объединенную сетью многоплановых межличностных отношений, которые проявляются в любви, привязанности, интимности, чувстве гордости, «причастности к роду» и т.д. Социальные психологи рассматривают семью как достаточно устойчивую ячейку социальной структуры, выступающую важнейшим регулятором отношений между людьми.

Множество существующих в научных источниках определений понятия «семья» можно условно разделить на три подгруппы. В *первой группе определений* акцент делается на то, что семья является малой социальной группой. «Семья – малая социальная группа, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство» [Р. Солсо, 2001].

В большей части энциклопедических изданий акцент в понимании семьи ставится на объединении людей, основанном на браке и/или кровном родстве, на связанности людей общностью быта и взаимной ответственностью. Через семью сменяются поколения, осуществляется продолжение рода. Так, например, в социологическом энциклопедическом словаре под редакцией Г.В. Осипова семья представлена как «малая группа, основанная на браке или кровном родстве, члены которой связаны общностью быта, взаимной ответственностью и взаимопомощью» [Г.В. Осипов, 1998]. Современные исследователи отмечают, что в семье как в особого рода малой группе с наибольшей естественностью удовлетворяются многие важнейшие личностные потребности человека [В.Н. Дружинин, 2002].

Во *второй группе* определений акцент делается на понимании семьи как социального института, и внимание сосредоточивается на формально-правовых аспектах взаимообусловленности семьи и общества. Данный ракурс восприятия семьи наиболее отражен в юридических изданиях, в экспертных исследованиях, посвященных судебно-правовым казусам семейной жизни, и соответствующей правоприменительной практике.

*Третья группа* определений характеризует семью как целостную общность, определяющую базовые условия существования для подавляющего

большинства представителей человеческого рода. Античный философ Аристотель видел в семье прежде всего моногамную ячейку общества и основу государства. В его понимании, любая семья составляет часть государства: так как все люди являются частями семьи, то добродетели отдельных частей должны соответствовать добродетелям и ценностям всего общества. Аристотель особо отмечал, что воспитание детей и женщин необходимо поставить в соответствующее отношение к государственному строю. Ибо если это не безразлично для государства, стремящегося к достойному устройству, то надо иметь также достойных детей и достойных женщин. По мнению философа, иного пути нет, так как женщины составляют не менее половины всего свободного населения, а из детей потом вырастают участники политической жизни, для которых любовь к родине начинается именно с семьи.

Многообразие определений свидетельствует о сложности и многомерности института семьи. Иными словами, семья как объект научно-философских изысканий «не уместается» в рамки какой-то одной области знаний. Различные ее стороны описываются не менее чем десятью самостоятельными науками. Каждый исследователь семьи в соответствии со своими целями берет для рассмотрения один из аспектов семейных отношений (философский, исторический, экономический, демографический, социологический, медицинский, психологический, педагогический) и формулирует свое практико-ориентированное определение семьи, которое зачастую настолько узко, что применимость его ограничивается только рамками того или иного подхода. Однако это не умоляет ценности каждого такого узкопрофильного исследования.

Вместе с тем отметим, что обобщенные определения семьи как социальной группы не могут отражать важных специфических характеристик молодой семьи. Молодая семья является особым социальным субъектом, имеющим свои характерные отличия от семей «более старшего возраста». Специфика молодой семьи определяется тем, что она находится в процессе своего становления, интенсивного развития, нестабильности отношений между ее членами, освоения ими социальных ролей, а также социализации семьи в обществе как самостоятельного социального субъекта и выполнения функций как социального института. Согласно формальным социально-демографическим признакам *молодой семьей* можно назвать семью в первые три года после заключения брака (в случае рождения детей – без ограничения продолжительности брака), в которой оба супруга не достигли 30-летнего возраста. Также к ним относятся семьи, состоящие из одного родителя в возрасте до 30 лет и несовершеннолетнего ребенка.

Ключевыми интегральными характеристиками семьи как малой социальной группы являются ее функции, структура и динамика. Как известно, репродуктивная и воспитательная функции семьи являются наиболее важ-

ными, так как оказывают весьма значительное влияние на развитие общества. Способность молодых супругов выступать в роли родителей показывает степень их социальной и личностной зрелости. Молодые супруги должны научиться формировать характер детей, воспитывать их желаемые качества и установки. Но как представители молодых поколений они далеко не всегда понимают значимость воспитательной функции семьи. Ведь именно систематическое родительское воспитание делает семью превосходящей по своей значимости многие другие социальные институты. Однако далеко не всегда личностное формирование и развитие человека происходит в семье в соответствии с социальными ожиданиями и законами.

Многие молодые супруги становятся родителями еще до момента обретения полной личностной зрелости и овладения теми социальными ролями, которые необходимы для успешного воспитания детей и их адаптации в обществе. Как следствие, даже достаточно обеспеченные молодые семьи далеко не всегда могут выступать образцовыми «ячейками общества», способными к эффективным воспитательным воздействиям. Сложность воспитательного аспекта семейной жизни заключается в том, что для каждой брачной пары характерны определенные периоды обострения разногласий, которые выливаются в конфликты или даже глубинные кризисы в отношениях, что неизбежно влияет на все «внутренние процессы», включая стили и методы воспитания детей, которые используют супруги. И, к сожалению, далеко не всегда выбор методов и приемов воспитательных воздействий осуществляется ими предельно осознанно, с прогнозированием всех возможных последствий.

В последние годы специалисты наблюдают и констатируют такие явления, как смешение брачных ролей, ослабление родительской ответственности и межпоколенных родственных связей, что отражается на социально-психологических, морально-этических и правовых аспектах репродуктивной и воспитательной активности современных молодых семей. По мнению педагога И.В. Гребенникова, начальный период брака характеризуется проблемами, связанными с внутрисемейной интеграцией и адаптацией. Интеграция – это добровольное объединение, согласование позиций, представлений и мнений супругов по различным аспектам семейной жизни. Успешность внутрисемейной интеграции немыслима без разумной адаптации, т.е. приспособления супругов друг к другу и к той обстановке, тем социальным условиям, в которых находится семья [И.В. Гребенников, 2011]. Развивая эти идеи И. В. Гребенникова, можно сказать, что каждая молодая семья должна одновременно решать две взаимообусловленные задачи: интеграция супругов в семье (*внутренняя интеграция*) и интеграция семьи в обществе (*внешняя интеграция*). При этом внутренняя интеграция предполагает адаптацию членов молодой семьи друг к другу на физиологическом, психологическом и ценностном уровнях; формирование непротиворечивой семейной ролевой структуры.

Внешняя интеграция касается тех аспектов в становлении молодой семьи, которые позволяют ей полноценно выполнять свои функции по отношению к обществу. Здесь рассматриваются такие качества, как активность, субъектность, внутрисемейная солидарность, социальная нормативность членов семьи. Именно закономерности формирования внутренней и внешней интеграции молодой семьи делают этот период чрезвычайно важным. Таким образом, молодые супруги в своем первичном семейном цикле должны стремиться к благополучному решению следующих пяти задач:

1. Достижение совместимости на различных уровнях отношений.
2. Преодоление стрессовых ситуаций, связанных с ожиданием и рождением ребенка.
3. Овладение основными навыками семейного воспитания, бесконфликтного общения.
4. Приобретение компетентности в различных сферах функционирования семьи.
5. Достижение экономического благосостояния и финансовой стабильности.

Особой темой в изучении развития молодой семьи является вопрос о показателях качества ее функционирования. Благополучная молодая семья должна состоять из супружеской пары и детей. Критерии благополучия семьи носят комплексный характер, так как отражают, с одной стороны, степень удовлетворения потребностей членов семьи, а с другой, – степень удовлетворения семьей потребностей общества. Так, например, количество детей в семье должно обеспечивать расширенное (простое) воспроизводство населения, среднедушевой доход на каждого члена семьи не должен быть ниже, чем среднедушевой доход в целом по данному региону. Обобщая возможные критерии оценки, можно сделать вывод, что благополучная молодая семья должна обеспечивать:

- воспроизводство физически здорового и психически полноценного потомства;
- в надлежащей степени воспитание и социализацию подрастающего поколения;
- формирование российского самосознания, гражданственности и преемственности национальных социокультурных ценностей у своих детей;
- эмоциональные и психологически устойчивые отношения, возможность разрешать все семейные конфликты своими силами, не прибегая к помощи социальных служб;
- развитие личности и реализацию личных интересов каждого члена семьи;
- условия для укрепления здоровья и полноценного отдыха всех членов семьи.

При определении уровня благополучия молодой семьи все указанные показатели должны быть достигнуты комплексно, поскольку низкий уро-

вень выполнения любого из них создает возможность нестабильности функционирования семьи. Следует отметить, что показатели благополучия молодой семьи могут выступать в качестве критериев эффективности деятельности региональных социальных структур и служб по работе с молодыми семьями.

Вопрос о критериях благополучной семьи чрезвычайно важен для понимания необходимых и достаточных правовых условий для «вмешательства» в жизнь семьи. Например, это важно для принятия решений по осуществлению процесса социально-педагогического сопровождения молодой семьи как достаточно протяженного по времени и затрагивающего глубокие слои ее жизнедеятельности.

Интегральным показателем качества отношений в молодой семье может выступать степень удовлетворенности самих супругов семейной жизнью. Анализ данных, полученных с помощью многократных социологических опросов, показал, что в более чем 50 % молодых семей полного удовлетворения семейной жизнью нет ни у мужа, ни у жены. Лишь незначительная часть молодых супругов выражает удовлетворение всеми сторонами своей жизни. При этом баланс положительных и отрицательных эмоций и чувств у большинства из них выражен в пропорции 40 % к 60 %. Наименьшее удовлетворение у супругов вызывает их финансовые и карьерные возможности, жилищные условия, процедура устройства детей в ДОУ и проведение свободного времени. Все эти данные соответствуют по своему характеру и структуре общему неблагоприятному положению молодой семьи в современных условиях. К обязательным критериям для оценки успешности функционирования молодой семьи следует отнести:

- финансовую стабильность семьи;
- качество адаптации членов молодой семьи друг к другу на физиологическом, психологическом и ценностном уровнях;
- непротиворечивость семейной ролевой структуры;
- субъективное ощущение удовлетворенности у всех членов семейной группы;
- успешное выполнение семьей социальных функций по отношению к обществу.

При этом следует признать, что в настоящее время положение подавляющего большинства молодых семей в России можно охарактеризовать следующими особенностями:

1. Объективно недостаточный уровень материальной и финансовой обеспеченности. Сегодня среднедушевые доходы в молодых семьях в 1,5 раза меньше, чем в среднем по стране. При этом 69 % молодых семей живут за чертой бедности.

2. Объективно повышенная материальная и финансовая потребность в связи с необходимостью обустройства семейной жизни: приобретение жилья, организация быта.

3. Время, когда супруги вынуждены проходить определенные ступени социализации: получать образование, профессию, рабочее место.

4. Необходимая психологическая адаптация к семейной жизни. 18 % молодых семей нуждаются в психологическом консультировании.

Ко всему этому нужно прибавить малолетних детей, у которых особые потребности в еде и одежде, которые, как правило, нуждаются в эксклюзивном подходе к обучению, воспитанию, укреплению здоровья. Нерешенность проблем молодых семей, слабая государственная поддержка зачастую приводят к семейным конфликтам, способствующим ее распаду. Как известно, 70 % всех разводов происходят в первые пять лет совместной жизни.

Тревожная статистика разводов в молодых семьях отнюдь не случайна, поскольку первые три-четыре года совместной жизни выявляют реальную степень социальной и личностной зрелости каждого из супругов. К сожалению, часто возникает критическое расхождение между страстным желанием молодых людей вступить в брак и их реальной готовностью к преодолению всех тягот и проблем семейной жизни. Многие молодые супруги уже в первые месяцы совместной жизни обнаруживают, что их представления о ней достаточно сильно расходились с реальностью. Они оказываются не готовыми изменять себя под влиянием резко изменяющихся обстоятельств, что делает первые годы существования семьи наиболее критическим этапом ее функционирования. На данном этапе жизненного цикла семьи у супругов происходит переосмысление мотивов вступления в брак и целей семейной жизни, они перестают видеть в своих повседневных отношениях и семейных событиях некий высокий смысл и ценность, но при этом начинают болезненно воспринимать «бытовую рутину» и обращать пристальное внимание на повторяющиеся конфликтные ситуации. Каждое расхождение во взглядах, каждая конфликтная ситуация приобретают для супругов некую субъективную сверхзначимость, что влияет на дальнейшие перспективы как самой семьи, так и каждого ее члена.

Таким образом, в течение данного периода существования семьи либо происходит взаимная «притирка» характеров и личностных особенностей супругов, либо созревают серьезные предпосылки к распаду брачных отношений. При этом напряженные ситуации часто усугубляется тем, что в молодой семье появляются дети, что накладывает дополнительную ответственность на молодых супругов. Далеко не все из них способны адекватно реагировать на возрастающие требования к сфере планирования семейных финансов, перераспределение семейных обязанностей и резкое сокращение личного времени и личного пространства, вызванное рождением детей. Именно поэтому многие молодые пары в последние годы принимают решение «пока не иметь детей» или «время от времени жить отдельно», то есть подсознательно стремятся снизить степень своей ответственности

перед другими людьми. Но если молодые супруги находят в себе ресурсы для адаптации к возрастающим требованиям, то постепенно они начинают учиться рациональному анализу и планированию всех аспектов семейной жизни. И, как следствие, вскоре начинает возрастать общая эффективность их функционирования в качестве семейной пары.

В заключение данного раздела отметим, что молодая семья, выполняя важнейшие социальные функции, в то же время сталкивается со многими внешними и внутренними рисками, провоцирующими ее распад. Поэтому она более чем зрелая семья нуждается в помощи со стороны общественных институтов и государственных служб, нацеленных на создание оптимальных условий для ее нормального функционирования. Этим и определяется необходимость комплексной поддержки молодой семьи с целью предотвращения неблагоприятных тенденций в динамике ее развития и сохранения всех ее жизненно важных функций.

### **Содержание социально-педагогической и психологической поддержки молодой семьи**

Необходимость разработки содержания, социально-педагогического сопровождения и психологической поддержки молодых семей требует для начала определения целей такого рода деятельности, адекватных запросам как самих семей, так и ожиданиям общества. В прикладном ракурсе нашего исследования наиболее адекватным понятием, объединяющим указанные запросы и ожидания, является понятие «благополучие семьи». Рассмотрение современных научных подходов к пониманию благополучия семьи выводит нас на другое понятие – «стабильность брака» как исходную точку семейного развития. Иными словами, программы социально-педагогической и психологической поддержки молодой семьи могут запустить ее движение к благополучию только при условии достижения и сохранения стабильности отношений в брачной паре.

Как отмечает психолог А.Н. Обозова, стабильный брак обуславливается совпадением интересов и духовных ценностей супругов и контрастностью их личностных качеств. Стабильности брака способствует также желание молодых супругов овладеть умениями и навыками успешных переговоров, позволяющими достигать взаимоприемлемых решений по всем аспектам совместной жизни. Такого рода решения не только интегрируют семьи, но и мобилизуют к достижению «новых вершин». При этом значительная часть молодых супругов, даже имея внутреннюю мотивацию к сохранению семьи, нуждается в специальных психологических и социально-педагогических программах, направленных на преодоление супружеских конфликтов и поддержание стабильно гармоничных отношений в парах.

Многие специалисты по семейной психотерапии отмечают, что при соответствующей поддержке молодой семьи становится возможным достижение в ней стабильно гармоничной атмосферы, несмотря на все неизбежные сложности и возможные недоразумения. Молодые супруги, как правило, открыты к обучению, к периодической коррекции отношений, что удовлетворяет потребность в росте и изменениях каждого ее члена. Однако слабой и уязвимой стороной молодых семей является повышенная эмоциональность супругов, их боязнь потерять позиции и впасть в зависимость от партнера. Поэтому для достижения стабильности во внутрисемейных отношениях требуется прочный консенсус по соблюдению целого ряда правил и ценностей: взаимная терпимость, уважение к жизненным интересам и целям друг друга, честность в проявлении чувств, желание решать все проблемы вместе, сходство ценностных ориентаций.

Таким образом, в ракурсе психологической помощи молодым парам семейное благополучие следует рассматривать как результат четкого соблюдения подобного рода внутрисемейных договоренностей. Перед специалистами – социальными педагогами и психологами – стоит важная задача: доносить до молодых супругов, что их благополучие достижимо только при соблюдении следующих внутрисемейных ценностей и условий:

- 1) чувство принадлежности всех членов семьи к семейной группе и рассмотрение любых других лиц как посторонних;
- 2) индивидуальные усилия каждого, соответствующие их реальным возможностям вносить лепту в благополучие семьи;
- 4) обязательство членов семьи морально поддерживать друг друга и оказывать взаимопомощь в случае необходимости;
- 5) уверенность каждого члена семьи в поддержке со стороны остальных членов семьи в случае внешней угрозы, каких-либо вмешательств сторонних сил;
- 6) взаимная уверенность членов семьи в том, что земля, деньги, предметы обихода и вещи составляют их общую семейную ценность.

Сказанное выше подчеркивает важность четкой постановки целей в процессе осуществления социально-педагогической поддержки молодых семей. Иными словами, проблема эффективности данного процесса решается только при оценивании функционирования семьи через возрастание ее общего благополучия. Соответственно благополучие семьи, как некий конечный результат усилий молодых супругов, характеризуется рядом критериев, которые в большей или меньшей мере поддаются качественно-му и количественному измерению:

1. Экономические аспекты благополучия предполагают экономическую самостоятельность семьи, жилищную обеспеченность и уровень дохода на каждого члена семьи не ниже среднестатистического уровня дохода по региону.

2. Демографические аспекты благополучия семьи характеризуют идеальную семью как семью, состоящую из обоих супругов и имеющую детей. По количеству детей предпочтительно, чтобы осуществлялось расширенное воспроизводство населения.

3. Социально-психологические аспекты качества функционирования семьи наиболее многочисленны и наименее поддаются точному измерению. Они раскрываются такими понятиями, как стабильная, активная, равноправная, ответственная, сплоченная, психологически комфортная семья.

4. Социально-педагогические аспекты предполагают педагогическую грамотность супругов, информированность их по всем важным для жизнедеятельности семьи вопросам.

Но для полной объективности оценивания психологической и социально-педагогической поддержки также требуется решить вопрос учета особенностей каждой конкретной семьи, получающей такого рода поддержку. Так, например, следует выделять в отдельные категории семьи, имеющие существенные статусные или структурные деформации (например, хроническая инвалидность, наркотическая зависимость или отсутствие одного из родителей), так как процесс достижения благополучия во всех этих случаях будет иметь более сложную и замедленную динамику. Иными словами, социальным педагогам и психологам-практикам следует учитывать сходные проблемы и закономерности в функционировании семей, чтобы соответственно прогнозировать необходимое время, кадровые и прочие ресурсы для устранения этих проблем и коррекции выявленных дисфункций.

Принцип выделения сходных дисфункций и патологий внутрисемейных отношений позволяет выстраивать типологию семей, объединять отдельные молодые семьи в группы для работы по специальным поддерживающим и коррекционно-развивающим программам. Существует ряд традиционных классификаций семей по таким признакам, как состав семьи, количество детей в семье, тип главенства в семье, тип потребительского поведения, условия семейной жизни и т.п. Такие классификации удобны для демографического учета семей, организации их государственной социальной поддержки и первичного ознакомления с семьей в процессе оказания ей социально-психологической и педагогической помощи.

Однако для более углубленной психологической работы, для осуществления *адресного* социально-педагогического сопровождения семей такие классификации являются слишком обобщенными и потому не пригодны для построения стратегии работы и прогноза возможных эффектов. Для осуществления адресной поддержки молодой семьи необходимо выявить условия ее возникновения и закономерности функционирования и особенности контактов супругов с близкими родственниками, друзьями и коллегами по работе. Не менее важен анализ эмоционального фона внутрисемейных отношений, который может существенно меняться на разных ста-

дях развития семьи, например, быть позитивно-конструктивным в первые два года и негативно-деструктивным в последующие пять лет.

*Следует особо отметить, что учет стадийности семейной жизни является очень важным аспектом оказания эффективной комплексной психолого-педагогической помощи.* Но на сегодняшний день многие из критериев для оценки стадий развития семьи выглядят достаточно размыто. В исследованиях по данной теме существуют противоречия, связанные с тем, что разные авторы используют различные основания для классификации стадий развития семьи. Нам представляется, что *наиболее эффективный подход заключается в выделении специфических задач и актуальных проблем, характерных для каждой стадии развития семьи.*

Для примера можно рассмотреть две произвольно выбранные молодые семьи. Беременность супруги в одной из таких семей может возникнуть уже на первом году существования семьи, а в другой семье – только на пятом. Однако эти две семьи имеют больше общего, чем две семьи с одинаковым стажем брака, но в одной из которых супруга беременна, а в другой – рождение ребенка невозможно по медицинским показаниям. Таким образом, на каждой стадии развития семьи можно выделить специфический комплекс задач, стоящих перед супругами. Решение этих задач требует сосредоточения эмоционально-психических ресурсов членов семьи, фокусировки их внимания и объединяет их усилия для решения именно этих задач, что делает соответствующую классификацию стадий жизненного цикла семьи наиболее логичной.

В соответствии с задачами, актуальными для каждой стадии, необходимо осуществлять разработку и подбор специальных программ социально-педагогического сопровождения молодых семей.

Разберем более подробно три первых стадий развития молодой семьи, представленные на схеме (рис. 1):

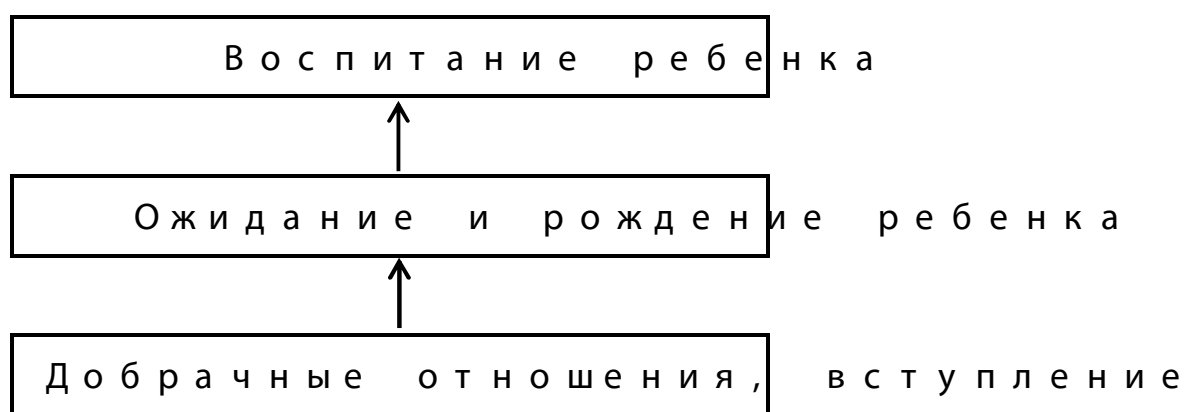


Рисунок 1. Стадии развития семьи

Как правило, время, которое требуется молодой паре на решение основных задач двух первых стадий, колеблется в пределах первых трех-пяти

лет совместной жизни. Но задачи третьей стадии выходят за временные пределы рамок, в которых семья считается молодой. Рассмотрим более детально каждую стадию развития молодой семьи с указанием ее временных рамок, основных задач, типовых проблем и возможных путей коррекции этих проблем средствами социально-педагогического сопровождения.

*Стадия 1-я. Добрачные отношения.* Данная стадия, формально не являясь стадией развития семейных отношений, чрезвычайно важна для становления семьи, так как на этой стадии закладывается ее фундамент. Учет добрачных отношений редко используется при анализе супружеских проблем. Однако практика семейного консультирования и групповой работы с молодыми семьями показывает, что в добрачном периоде нередко зарождаются трудности, которые в дальнейшем прямо или косвенно проявятся в браке. Условными границами этой стадии являются знакомство будущих супругов и начало совместной жизни.

*Основные задачи этого периода:*

1. Сбор информации о партнере. Успешное решение этой задачи зачастую является залогом успешности брака в целом. Но обычно она решается только наполовину: тщательно исследуются внешность и финансовые возможности партнера, наиболее очевидные черты характера, досуговые предпочтения. Но из поля зрения часто выпадают психологические и личностные особенности будущего партнера, ценностные ориентации, ролевые установки в браке, традиции его родительской семьи и т.д.

2. Формирование брачного имиджа будущих супругов. Под этим понимается комплекс сознательно предпринимаемых будущими супругами мер по усилению собственной привлекательности в глазах потенциального партнера. Обычно это требует определенных временных ресурсов и личных усилий по коррекции внешности и манер поведения.

3. Знакомство с будущей ролью супруга. Имеется в виду первичное ознакомление партнеров с будущими правами, обязанностями, нормами, допустимыми в браке по различным аспектам семейной жизни.

4. Принятие решения о регистрации брака. Эта итоговая и важнейшая задача данной стадии часто становится непреодолимым барьером для потенциальных партнеров. Далеко не всегда решение этой задачи проходит гладко, так как требует от них определенной личностной зрелости, честности и ответственности. Позитивное решение данной задачи, по сути, переводит брачную пару на следующую стадию семейного цикла.

Для периода добрачных отношений характерны проблемы, часть из которых порождается независимыми обстоятельствами. Так, на дальнейшей судьбе брака отражаются такие характеристики: место и ситуация знакомства, первое впечатление друг о друге (положительное, отрицательное, амбивалентное, индифферентное), продолжительность периода ухаживания. Важно также учитывать, кто выступил инициатором брачного предложе-

ния (мужчина, женщина, другие заинтересованные лица), время обдумывания брачного предложения, ситуация оформления брака. Данные обстоятельства невозможно контролировать средствами социально-педагогического сопровождения, но возможны специальные компенсирующие меры в ходе работы специалистов с семьей.

Другая часть проблем, характерных для данного периода, вполне поддается коррекции в ходе социально-педагогического сопровождения. Это такие проблемы, как:

- недостаток информированности о потенциальном супруге, о закономерностях семейной жизни, развития взаимоотношений; о хозяйственно-бытовых вопросах и т.д.;

- несовместимость будущих супругов (ценностная, полоролевая, психологическая);

- отсутствие навыков бесконфликтного общения, умения показать свои лучшие качества, недостаток толерантности, эмпатии и др.

*Стадия 2-я. Ожидание и рождение ребенка.* Эта стадия жизненного цикла молодой семьи начинается с регистрации брака и завершается фактом рождения ребенка.

Определим *основные задачи* этой стадии:

1. Планирование семьи. Эта задача подразумевает принятие молодыми супругами решения о рождении ребенка. Наиболее естественно решение иметь ребенка, если оно принимается до брака и закрепляется фактом регистрации отношений. В случае незапланированной беременности необходимость принятия решения о рождении ребенка часто сопряжена с небольшим стрессом для супругов. Иногда требуется не столько принять это решение, сколько смириться с ним, что в психологическом плане тяжело и требует помощи специалистов. В любом случае супруги должны быть ознакомлены с теми переменами, какие повлечет за собой факт рождения ребенка, должны быть подготовлены к изменениям ролевой структуры и всего жизненного уклада.

2. Адаптация супругов к периоду беременности. Период ожидания ребенка достаточно продолжителен и насыщен изменениями в характере отношений между супругами. Перемены в самоощущении и поведении женщины дестабилизируют сложившееся равновесие в молодой семье часто настолько, что мужчина может пребывать в состоянии психологической дезориентации. Это в свою очередь оказывает обратное негативное воздействие на супругу, которая ожидает определенного понимания и поддержки.

В этот период супругам необходимо проявить терпение, максимально бережно относиться друг к другу, адаптироваться на всех уровнях:

- бытовом (супруга нуждается в правильном питании, отдыхе, прогулках и т.д.);

- психологическом;

- ценностном (меняются смысловые приоритеты в семье);
- ролевом (принятие на себя ролей будущих родителей).

Периоду планирования семьи и ожидания ребенка свойственны следующие проблемы:

- недостаток информированности о сущности и характере возможных психологических проблем периода беременности;
- отсутствие навыков разрешения критических ситуаций во взаимоотношениях между супругами;
- отсутствие навыков самоконтроля, оказания психологической поддержки партнеру, коррекции своего эмоционального состояния и др.

*Стадия 3-я. Воспитание ребенка.* Это самая продолжительная стадия семейного цикла. В жизни молодой семьи она вписывается в период с момента рождения ребенка до поступления его в школу. В педагогике и психологии период дошкольного детства единодушно считается наиболее сензитивным к воспитательным воздействиям и, следовательно, предъявляет к родителям повышенные требования.

Рассмотрим *основные задачи* этого периода:

1. Адаптация супругов к новой ролевой структуре в семье. С рождением ребенка начинается практическое освоение супругами родительской роли. В молодой семье изменяется характер проведения свободного времени, появляются новые особенности. Не во всех семьях это происходит благополучно. Ломка непосредственных отношений мужа и жены, появление новых отношений, связанных с уходом за ребенком, кардинально перестраивают и весь уклад жизни в молодой семье.

2. Формирование системы семейного воспитания. Это основная задача третьей стадии семейного цикла, эффективность решения которой сказывается не только на стабильности молодой семьи, но и выходит за ее рамки, приобретая общегосударственное значение. Под семейным воспитанием мы понимаем процесс и результат совместных воспитательных воздействий на ребенка со стороны родителей, а также всех других родственников, вступающих с ним в контакт. Семейное воспитание включает в себя и обратное воздействие ребенка на всех членов семьи, заставляющее их самосовершенствоваться. Ребенок дает возможность вернуться к пройденным этапам жизни, как бы заново пересмотреть ее ценности, глубже понять ее смысл; расширить круг личных и семейных интересов, обогатить и укрепить семейные связи, получить глубокое эмоциональное удовлетворение от участия в формировании новой человеческой жизни.

Многочисленные исследования и факты обыденной жизни показывают, что семейная атмосфера, отношения родителей формируют качества личности ребенка. Ребенок, особенно если он единственный, попадает в сложную систему отношений взрослых людей, каждый из которых каким-то образом влияет на процесс его становления. Психолог-педагог У. Брон-

Фенбреннер выделил ряд факторов, определяющих формирование и развитие личности ребенка. Так, отсутствие в семье отца в значительной мере сказывается на развитии мальчика, что связано с отсутствием примера для подражания, образцов «мужского» поведения. В семье, где доминирует мать, дети малоинициативны, ждут указаний от других. Чувство ответственности и самостоятельности формируется у ребенка в том случае, когда в семье лидирует родитель того же пола. Самостоятельность детей обоих полов выше при одинаково высокой воспитательной активности обоих родителей, причем они распределяют свои функции: один выполняет дисциплинарную, другой – поддерживающую. Сходство личностных черт родителей положительно влияет на формирование у ребенка активной жизненной позиции.

Таким образом, мы видим, насколько разнообразны факторы, определяющие развитие личности ребенка, формирование его интересов и склонностей, выявление способностей, познавательной сферы. В.А. Сысенко предлагает выделить среди них следующие факторы, влияющие на формирование ребенка:

- образ жизни, поведения, нравственный и культурный уровни матери и отца;
- взаимоотношения между отцом и матерью;
- отношение родителей к своему ребенку;
- осознание и понимание целей, задач семейного воспитания и средств, способов в их достижении [В.А. Сысенко, 1989].

Ввиду важности задач третьей стадии в содержание психолого-педагогической поддержки молодых семей должны обязательно входить специальные обучающие занятия по развитию воспитательных компетенций молодых родителей. Как известно, во многих молодых семьях возникают различные проблемы, связанные с воспитанием и развитием ребенка. К наиболее частым причинам таких проблем можно отнести:

- низкую информированность молодых родителей по вопросам выбора тех или стратегий воспитания и обучения ребенка (содержание, методы и формы, знание и учет возрастных особенностей ребенка);
- отсутствие у молодых супругов навыков наблюдения за ребенком, анализа собственных воспитательных воздействий, противоречивость воспитательных воздействий со стороны разных членов семьи;
- влияние на сознание молодых супругов тех семейных сценариев и воспитательных стратегий, которые они усвоили в рамках своих родительских семей. Это могут быть гиперопека, попустительство, формализм, бессистемность и другие искажения семейного воспитания;
- низкая информированность молодых родителей и недостаток у них практических умений по организации семейного досуга.

Итак, рассмотренные стадии развития семейных отношений логично следуют одна за другой и характеризуются необходимостью последова-

тельного решения сменяющих друг друга задач: создание семьи, ожидание и рождение ребенка, воспитание ребенка. Однако на каждой из вышеописанных стадий возможно возникновение конфликтных ситуаций, которые могут привести к разрушению семьи. В данном случае к основным задачам текущей стадии добавляются задачи преодоления конфликтных взаимоотношений между членами семьи.

Таким образом, к числу важных аспектов работы социального педагога с молодыми семьями относятся:

- изучение состояния, потребностей, специфики внутрисемейных отношений и воспитания детей, что позволяет выявить тип семьи и определить формы и методы работы, включая участие других специалистов;
- оказание юридической помощи: разъяснение законных прав и отстаивание интересов членов молодых семей, помощь в предоставлении различных консультационных услуг;
- в случае необходимости направление в службу психологической помощи;
- социальный патронаж детей из молодых семей группы социального риска;
- организация занятий с целью подготовки молодоженов к сознательному родительству, проведение родительских семинаров, способствующих повышению уровня педагогической компетентности будущих родителей;
- проведение социально-педагогического консультирования по широкому кругу вопросов.

Проводимые нами экспертные опросы специалистов центров социально-психологической помощи населению показывают, что наиболее частой причиной обращений молодых семей в такие центры является проблема эмоциональной несдержанности супругов в конфликтных ситуациях. Второй по частоте обращений к семейным психологам выступает проблема воспитания детей в молодых семьях. Вместе с тем многие исследователи значительно расширяют список таких причин. Так, например, И.В. Гребенников, рассматривая проблемы молодой семьи, придает большое значение разноплановой совместимости супругов: социальной, психологической, сексуальной и семейно-бытовой.

Известный российский исследователь С.В. Ковалев также выделяет в качестве наиболее типичных причин обращений три основных вида несовместимости: *психофизиологическую, функционально-ролевую и ценностно-ориентационную*. При этом указанные виды несовместимости далеко не сразу осознаются молодыми супругами даже в тех случаях, когда они признают за собой неспособность «согласовывать свои действия и оптимизировать взаимоотношения в различных областях и видах совместной деятельности» [С.В. Ковалев, 2011].

## **Модель организации социально-психологической поддержки молодых семей в рамках специализированного центра**

В малых и средних городах современной России молодые семьи далеко не всегда имеют возможность получить квалифицированную помощь и поддержку со стороны соответствующих социозащитных служб и просемейных центров. Причиной тому зачастую является не их полное отсутствие на территории проживания молодой семьи, а провалы в организационно-методической работе соответствующих региональных ведомств и муниципальных учреждений. Поэтому в данном разделе представлены организационные и методические аспекты социально-психологической поддержки молодых семей, собранные в единую структуру деятельности смоделированного нами учреждения с условным названием «Молодая семья».

В настоящее время подобного рода центры успешно функционируют в ряде областных центров РФ. Как правило, они образованы под эгидой региональных министерств, отвечающих за работу с молодыми семьями. Однако в большинстве случаев с проблемами молодых семей работают специалисты областных социозащитных учреждений, ориентированных на все категории населения и все возрастные группы, что, конечно, значительно снижает общую эффективность их деятельности. На наш взгляд, в каждом относительно крупном городе должно быть отдельное специализированное учреждение, сфокусированное на помощи молодым семьям в кризисной ситуации. В предлагаемой нами модели специализированного центра «Молодая семья» отобраны только те специалисты, которые смогли пройти специальный экспертный отбор и соответствующую профессиональную подготовку для адекватного понимания психологии современных людей – молодых супругов и родителей. Такого рода специалисты должны обладать набором компетенций, позволяющих им выполнять комплексную поддержку семей, включающую следующие функции:

1. Первичный прием членов молодых семей, обратившихся в центр.
2. Обеспечение функционирования круглосуточной кризисной телефонной информационной линии по проблемам семьи и детей.
3. Оказание социально-психологической помощи молодым семьям с целью разрешения кризисной ситуации.
4. Обновление базы данных по новым социально-психологическим программам для молодых семей.
5. Сотрудничество с организациями, оказывающими помощь членам молодых семей в критических ситуациях (от домашнего насилия до потери крова при стихийных бедствиях, пожаре и т.п.).

Вместе с тем в целях выстраивания системности в работе моделируемого нами центра «Молодая семья» в его рамках должен быть создан ряд от-

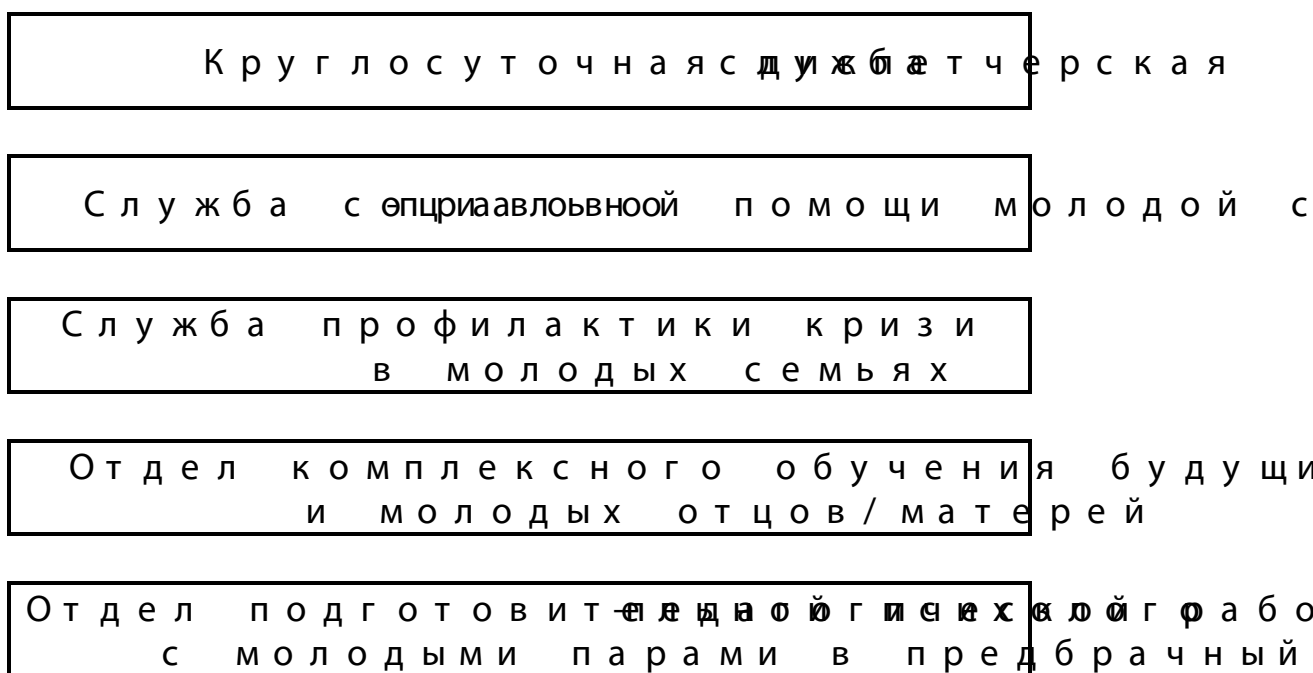
делов и служб, деятельность которых так или иначе связана с оказанием целевой социально-психологической помощи молодым семьям:

- отдел подготовительной психолого-педагогической работы с молодыми парами в предбрачный период;
- отдел комплексного обучения будущих матерей/отцов и молодых отцов/матерей;
- служба профилактики кризисных состояний и разводов в молодых семьях;
- служба социально-правовой помощи молодой семье.

Как известно, многие молодые семьи проживают в отрыве от близких родственников. Как следствие, им некому оказать оперативную помощь при возникновении всевозможных кризисных ситуаций. Поэтому *в задачи специалистов такого центра должно входить предоставление обратившейся молодой семье экстренной психологической, социальной, юридической и иной поддержки на принципах круглосуточной диспетчерской службы*. Иными словами, в структуре такого центра должна быть предусмотрена диспетчерская служба, основной задачей специалистов которой должно стать оперативное предоставление обратившимся семьям экстренной психологической, социальной, юридической и иной помощи.

Итак, ниже представлена структура отделений и служб такого специализированного центра, отражающая их основные функции в комплексной поддержке молодых семей, включая оказание оперативной помощи в кризисной ситуации.

#### **Структурные подразделения модели специализированного центра «Молодая семья»**



В рамках указанных структурных подразделений данного центра должна не только оказываться помощь молодым семьям в различных ситуациях, но и проводиться системная работа по сбору и разработке специальных программно-методических материалов. Кроме того, специалистами такого центра должно осуществляться посредничество в решении проблем молодых семей на межведомственном уровне, что часто имеет важнейшее значение в процессе выхода семьи из кризиса и приложении усилий по стабилизации внутрисемейной ситуации.

Основное содержание работы специалистов такого центра можно разделить на два направления:

1. Профилактическая деятельность по устранению социально-психологических предпосылок возможных кризисов в семьях.

2. Оперативное вмешательство в жизнь семьи на основании запросов ее отдельных членов.

Кроме того, описание содержания деятельности специалистов, работающих с молодыми семьями, можно представить по стандартным формам и методам организации социально-психологической помощи:

- организация мероприятий по снятию психологического дискомфорта в проблемной ситуации, предусматривающих: а) предупреждение чрезмерного эмоционального напряжения членов семьи; б) планомерное распределение физических и психологических нагрузок; в) разработка рекомендаций по стратегии поведения всех членов семьи в конфликтных/проблемных ситуациях; г) обеспечение социальной и правовой защищенности всех членов семьи;

- организация содействия всем членам кризисной семьи в их усилиях, направленных на четкую организацию повседневной жизни, учебы, работы и быта.

При подборе команды специалистов специализированного центра социально-психологической помощи молодой семье необходимо ориентироваться на их опыт и способности в успешном осуществлении таких видов деятельности:

- 1) своевременное диагностирование и соответствующее психологическое сопровождение молодой семьи в проблемной ситуации;

- 2) активная морально-волевая и консультативная поддержка всех членов молодой семьи, задействованных в проблемной ситуации;

- 3) поощрение положительной личностной динамики членов семьи с целью предотвращения рецидивов негативной напряженности.

В своей повседневной работе с молодыми семьями специалисты такого центра должны четко соблюдать ряд профессиональных принципов и правил, позволяющих избегать серьезных ошибок:

- приступать к работе, только если собрана вся информация и есть уверенность, что четко понимаешь суть проблемы молодой семьи;

– проявлять терпение при общении со всеми членами семьи, даже если оно протекает в рамках конфликтной ситуации;

– не интерпретировать поспешно поведенческие мотивы членов семьи, говоря: «Вы так чувствуете себя, потому что...»;

– делать все возможное, но при этом не брать на себя личную ответственность за разрешение проблемной ситуации в семье.

*Следует отметить, что основным инструментом специалиста в начале конструктивной работы по преодолению проблемной ситуации в семье и определению путей выхода из нее остается индивидуальная консультация, обычно протекающая в форме беседы.* При подготовке и проведении первой консультативной встречи с семьей следует придерживаться следующих принципов:

– ни в коем случае нельзя приглашать семью на беседу через третьих лиц, особенно находящихся с ней в конфликтных отношениях;

– при беседе с семьей в любого рода проблемной ситуации никто не должен прерывать разговор, консультация должна проходить в закрытом от посторонних помещении;

– в завершение первой беседы должны быть обязательно намечены четкие дальнейшие шаги по решению возникшей проблемы.

Во избежание таких реакций, как недоверие и эмоциональная замкнутость, первичную консультацию должен проводить наиболее опытный специалист, способный установить рабочий альянс со взрослыми членами семьи. В процессе такой беседы специалист не ведет никаких записей, не смотрит на часы и, тем более, не выполняет никакие «побочные» дела. Подключение всех остальных специалистов должно происходить после успешной первой консультативной встречи.

В ходе первичных встреч и бесед с членами семей специалисты центра должны активно применять так называемые «открытые вопросы», позволяющие членам семьи более спокойно оценивать ситуацию и задействовать способности к эмоционально отстраненному, объективирующему и целенаправленному рассуждению:

Как Вы отреагировали на то, что случилось?

Какие чувства это у Вас вызывает?

Когда Вы впервые заметили (ощутили) эти проблемы?

Когда-нибудь раньше это с Вами случалось?

Что Вы делаете, когда это происходит?

Какова ситуация сейчас?

За что Вы ощущаете себя ответственным (ой)?

Как, по Вашему мнению, к этому относятся Ваши близкие?

Что Вы ожидаете получить от наших встреч?

Вы можете мне еще что-то об этом рассказать?

Как именно, по Вашему мнению, я могу Вам помочь?

Терапевтичность подобного рода вопросов заключается в том, что они не подталкивают членов семьи к определенным ответам, а приглашают к конструктивным размышлениям. Специалисты не должны навязывать членам семей жестких мыслительных схем и стереотипов восприятия проблем, но в то же время они могут подсказывать им направления мыслей.

В идеале специально выстроенные беседы консультанта с членами семей должны протекать в соответствии с указанными ниже этапами установления взаимного доверия и правилами организации сотрудничества:

1. *Начальный этап* – установление эмоционального контакта с клиентом, создание атмосферы «сопереживающего партнерства». На этом этапе беседы используются «эмпатическое выслушивание», «сопереживание». Здесь важно выслушать семью терпеливо и сочувственно (т.е. дать возможность всем выговориться). В результате специалист будет восприниматься как чуткий, заслуживающий доверия человек.

2. *Второй этап* включает: а) установление последовательности событий, которые привели к проблемам; б) снятие ощущения безысходности ситуации. С этой целью применяются приемы «преодоления исключительности ситуации», «поддержка успеха» и т.п.

3. *Третий этап* – совместное планирование деятельности по преодолению проблемной ситуации. Целесообразно использовать приемы «планирования» и «оценки возможных рисков» в целях побуждения членов семьи к рациональному и эмоционально взвешенному оформлению планов предстоящей деятельности.

4. *Завершающий этап* – окончательное формулирование плана деятельности, активная психологическая поддержка, привлечение других специалистов для разрешения кризисной ситуации. На данном этапе используются такие приемы, как «логическая аргументация», «рациональное внушение уверенности». Возможен также выход на межведомственный уровень решения проблемы.

При построении бесед специалисты должны учитывать, что необходимо избегать ряда типичных «ошибок общения», которые сводят на нет эффект консультирования членов молодой семьи в проблемной ситуации:

- высказывания-решения: эти высказывания снимают всю ответственность с клиента и перекладывают ее на консультанта;
- указания, приказы, направления: вы говорите другому человеку сделать что-либо, даете ему указания;
- предупреждения, угрозы, убеждения: вы употребляете свою власть, предупреждая собеседника, каковы могут быть последствия его действий;
- морализирование, поучение, наставление: вы говорите человеку, что ему следует сделать.

Опытные специалисты, работающие с молодыми супругами, часто замечают, что многие из них в ситуации переживания проблем не способны

полностью контролировать свои чувства и эмоциональные реакции на происходящее. Как известно, окрашенное негативными эмоциями и аффектами восприятие проблем существенно осложняет способность человека адекватно воспринимать происходящее и находить приемлемые решения. Поэтому от каждого специалиста, работающего с проблемными ситуациями, требуется умение объективно оценивать состояние обратившихся за помощью и трансформировать их негативные переживания в конструктивный поиск выхода из проблем.

В представленной ниже таблице кратко, но достаточно емко описаны пути и приемы работы специалистов с эмоциональными реакциями клиентов – членов семей на проблемные, травмирующие их ситуации:

| <b>Чувства, испытываемые клиентом</b>                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Возможные пути их преобразования</b>                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ЧУВСТВО ВИНЫ</b>                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Чувство вины смутно понимается как расплата за какие-то слова, поступки и неправильные действия. При этом возникают назойливые вопросы: «Почему именно я?», «Что я сделал неправильно?»                                                                                 | Не следует как отрицать, так и усиливать вину клиента. Чувство вины может быть конструктивно использовано, если клиент начинает понимать, что, по крайней мере, некоторые события в его жизни зависят от его слов и действий                                                  |
| <b>ГНЕВ И РАЗДРАЖЕНИЕ</b>                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Могут быть порождены обидами на близких людей, общественные организации и на все общество. Гнев и раздражение иногда могут скрыто накапливаться и выражаться с некоторой отсрочкой, словесно или невербальными средствами                                               | Не следует пресекать выражения этих чувств клиента, сколь бы болезненными и мучительными они не казались. В ряде случаев гнев может быть использован для разрушения стереотипных реакций и застарелых эмоциональных блоков клиента                                            |
| <b>ЧУВСТВО БЕСПОМОЩНОСТИ И ОТЧАЯНИЯ</b>                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Возникает как реакция на тщетность неудачных попыток разрешения сложных проблем и ситуаций. При этом часто означает необходимость пересмотра и реформирования ранее применяемых стратегий жизни                                                                         | Не следует сразу предлагать клиентам некие «спасительные» пути и рецепты, даже если они основаны на позитивном опыте. Дайте им возможность самостоятельно переоценить проблемную ситуацию и тем самым понять «вектор изменений»                                               |
| <b>ОТРИЦАНИЕ ПРОБЛЕМ</b>                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Связано со страхом честного восприятия причин существующих проблем. Сложившаяся ситуация не допускается до полного осознания (т.к. «нет права на ошибку!») или представляется чем-то нереальным для клиента. Часто он при этом отрицает личную вовлеченность в ситуацию | Преодоление отрицания возможно только по мере развития доверительных контактов с клиентом. При этом важно постараться зародить в нем потребность почувствовать себя сильнее возникшей проблемы, помочь ему осознать свои духовные силы или психологические ресурсы для борьбы |

| <b>ПОТЯСЕНИЕ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Возникает как острая реакция на непредсказуемость жизни, а также на неприемлемость потерь, альтернатив. Дезорганизация поведения как следствие сильных аффективных переживаний, необходимость резкой перемены в обыденной жизни (смены жилища, поиск работы, новой школы для детей и т.п.) | Следует создать клиенту условия для полного осознания и эмоционального отреагирования на потери, а затем сосредоточить внимание клиента на расстановке приоритетов, вопросах безопасности и т.д. При этом надо помочь ему найти для себя новые столь же важные цели и совместно с ним составить план их достижения |
| <b>НЕДОВЕРИЕ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Может возникать как выученная реакция на ранее полученное глубокое разочарование в людях, жизни и мире в целом. При этом консультант тоже воспринимается как часть социума, представитель социальной группы, контакты с которой оставили у клиента неприятные воспоминания                 | Не следует торопиться как можно скорее входить в доверие и завоевывать авторитет. Надо дать клиенту возможность высказать его недоверие, разочарование и недовольство. Но при этом надо дать ему осознать необходимость поиска опоры в других людях, тех, кто готов помочь ему                                     |
| <b>ДЕПРЕССИЯ И ТОСКА</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Порождены ощущением никчемности, неспособности к активным действиям. Эти состояния возникают как синдром «выученной беспомощности», который может быть спровоцирован как близким окружением клиента, так и макросоциумом                                                                   | Следует помочь клиенту увидеть себя другим – тем, кто способен к маленьким победам, тем, кем он был до начала депрессии. Помочь ему ясно осознать, что он вполне может сделать что-то важное «здесь и сейчас» для восстановления власти над своей душой и судьбой                                                  |
| <b>АМБИВАЛЕНТНОСТЬ ЧУВСТВ И ОЦЕНОК</b>                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Противоречивость чувств может быть вызвана отсутствием у клиента четких критериев оценки событий и изменений, происходящих в его жизни, что не дает ему возможность закрепить какую-либо одну позицию                                                                                      | Можно признать право клиента на амбивалентность чувств, но при этом следует дать ему понять все последствия и всю боль от выражения взаимоисключающих эмоций. Он должен определиться с тем, что он ждет от других и жизни                                                                                          |

Как показывает опыт, накопленный специалистами, работающими с молодыми семьями, указанные выше приемы конструктивного преобразования чувств и эмоциональных реакций членов семей помогают им постепенно осознать свои внутренние ресурсы и пути разрешения возникших проблем. Данные выше рекомендации и приемы позволяют наладить конструктивный диалог даже с теми членами проблемных семей, которые, как правило, игнорируют предложения помощи специалистов или вступают в конфронтацию с представителями любых служб и учреждений, призванных оказывать им какую-либо помощь.

## Резюме

На стабильность молодой семьи значительное влияние оказывают факторы, которые существуют, чаще в неявном виде, уже в момент заключения брака. Это прежде всего личностные характеристики молодоженов, условия заключения брака, различные типы добрачного поведения будущих супругов. Нередко распад непродолжительных союзов связан с идеальными ожиданиями молодых людей по поводу будущего супружества, легкомысленным отношением к нему, недостаточным знанием партнера. Проблемы молодых семей – это проблемы всего общества. Следовательно, необходим комплексный подход к их решению, базирующийся на научном анализе данного социального института и выраженный в следующих четырех тезисах:

1. Молодая семья как находящаяся в становлении социальная группа органически связана со всем остальным обществом, поэтому ряд ее функций непосредственно вытекает из требований и ожиданий общества. С другой стороны, молодая семья вправе ожидать действенной поддержки от общества и государственных институтов. Эта поддержка должна распространяться как на сферу межличностных отношений молодых супругов, так и на вопросы эффективности функционирования семьи в целом. В этой связи выделяют функции общества по отношению к семье, семьи по отношению к обществу, семьи по отношению к личности и личности по отношению к семье. Исходя из этого, функции семьи можно рассматривать как социальные (по отношению к обществу) и индивидуальные (по отношению к личности). Все указанные функции семьи глубоко историчны и тесно связаны с социально-экономическими условиями жизнедеятельности общества.

2. К основным направлениям социально-психологической и педагогической поддержки молодой семьи относятся:

- информирование по всем важным для молодой семьи вопросам;
- помощь молодым людям в оценке брачного партнера и принятии решения о вступлении в брак;
- создание мотивации на сознательное родительство (помощь в планировании семьи, преодоление проблем, связанных с ожиданием ребенка);
- консультирование по вопросам семейного воспитания;
- помощь конфликтным семьям, то есть семьям, переживающим серьезные кризисы отношений в брачной паре или кризисы, связанные с проблемами в развитии их структуры в целом (например, кризис бездетности).

3. Для каждой стадии развития семьи характерны особые задачи и типичные проблемы. При этом на каждой стадии продолжает изменяться и корректироваться структура отношений супругов, уклад и образ их жизни и т.д. Своевременно оказанная психолого-педагогическая поддержка освобождает молодую семью от многих нерешенных и нерешаемых про-

блем, которые, накапливаясь, переплетаются, усложняются, не позволяя решать насущные ежедневные задачи. Квалифицированная и комплексная поддержка молодых семей предполагает как правовую защиту (юридическую помощь, содействие, посредничество), так и использование системы мер, обеспечивающих морально-психологическую гармонию и воспитательно-педагогическую компетентность семьи.

4. Построение конструктивного взаимодействия специалистов с семьями должно начинаться с продуктивных первичных встреч – консультаций, в ходе которых устанавливается взаимное доверие и планируются совместные действия. И только после этого можно переходить к долгосрочным коррекционным программам. Сотрудничество и взаимодействие специалистов соответствующих центров и служб с молодой семьей, ее сопровождение на различных стадиях развития должно по своему содержанию отвечать целям формирования у ее членов самостоятельности в решении возникающих проблем. Таким образом, возрастание компетентности и уверенности членов молодой семьи является наиболее значимым результатом их сотрудничества с социально-психологическими службами, что проявляется в их способности без посторонней помощи и контроля справляться с жизненными трудностями.

## ГЛАВА 5

### ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ ПОДДЕРЖКИ МОЛОДЫХ СЕМЕЙ В СОСТОЯНИИ КРИЗИСА

---

#### Психологический подход к пониманию семейных кризисов

В настоящее время профессиональный интерес к проблеме оказания психологической помощи семье, находящейся в кризисном состоянии, достаточно высок. Это обусловлено усилением кризисных тенденций в современном обществе. Как следствие, разрастается негативная статистика: увеличивается число разводов в молодых семьях, растет число неполных семей, возрастают масштабы социального сиротства, жестокого обращения в семьях, усиливаются проблемы в поведении детей и подростков. В связи с этим возрастает потребность в создании комплексной системы помощи молодым семьям, которые весьма подвержены кризисным явлениям. Вместе с тем следует признать, что для работы с кризисными состояниями молодой семьи от специалистов требуется высокий уровень психологической компетентности, знание специфики макро- и микросоциальных процессов, провоцирующих возникновение семейных дисфункций и протекание различных видов конфликтных ситуаций.

В психоэмоциональном аспекте понятие «кризис» (от греч. *krisis* – решение, поворотный пункт) несет в себе такие компоненты, как чрезвычайность, явная или скрытая угроза, необходимость поиска дополнительных ресурсов, нестандартных действий. В ракурсе психологии семейных отношений его трактовка акцентирована на «нарушении равновесия семейной системы», порождающем тяжелое «переходное состояние» без возможности четкого прогнозирования развития ситуации.

Следует отметить, что в молодых семьях кризис отношений может возникнуть уже в первый год совместной жизни. *Семейный кризис – такое состояние семейной системы, при котором нарушаются многие ранее установившиеся связи, возникает резкое изменение привычных способов коммуникации ее членов, что порождает дисфункциональность всей системы, ставит под вопрос ее дальнейшее развитие и существование.*

Как показывает многолетняя практика семейного консультирования, кризисная ситуация не возникает по какой-либо одной причине, но являет-

ся результатом взаимодействия целого ряда негативных изменений выступающих в качестве его ключевых предпосылок.

**Ключевые предпосылки кризисной ситуации, возникающей в семье:**

1. Происходит сбой привычных образцов поведения, моделей взаимодействия между членами семьи.

2. Нарушается выработанный ранее (в течение многих лет или месяцев) «нормативный» режим функционирования семьи.

3. Возрастает количество внутрисемейных и/или внешних (средовых) факторов, вызывающих стрессы у членов семьи.

4. Резко сужается пространство социальных контактов членов семьи и возможностей их личностного развития.

5. Во внутрисемейных отношениях все чаще возникают разного рода недопонимания, недоразумения, скрытые и открытые конфликты.

Преодоление кризиса требует от каждого члена семьи значительных эмоциональных и интеллектуальных усилий, последовательных изменений в поведении и представлениях о своем месте в семье и мире за определенный, как правило, ограниченный период времени. Однако не во всех случаях решение кризиса требует длительных многолетних усилий, так как кризисное состояние часто заканчивается, как только его причины (стрессы, травмы и т.д.) исчезают либо обнаруживается некое приемлемое решение проблемы (В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович, 2004).

Если кризисные процессы затягиваются, члены молодой семьи рано или поздно признают невозможность справиться с новой ситуацией, используя прежние модели поведения. При этом переживание кризиса не только сопровождается сбоем системы внутрисемейных отношений, но и создает условия для освобождения семьи от ненужных элементов, эмоциональных связей и т.п., то есть для появления качественно нового уровня взаимоотношений. Таким образом, семейный кризис может находить выражение через две противоположные *линии дальнейшего развития семьи* (Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента, 2006): деструктивную, ведущую к нарушению семейных отношений, и конструктивную, содержащую возможность перехода семьи на новый уровень устойчивого функционирования семейной системы. В кризисные периоды развития семьи наблюдаются типичные проявления системных нарушений, которым целесообразно дать развернутое описание:

1. *Обострение ситуативных противоречий в семье.* В кризисной семье можно наблюдать ситуации взаимного несогласия, частое столкновение интересов, мнений, рост конфликтов. Наблюдается противоречивость притязаний и ожиданий членов семьи.

2. *Расстройство всей семейной системы и всех происходящих в ней процессов.* Семейный кризис неизбежно затрагивает все уровни функционирования семьи, приводя систему к состоянию дестабилизации. Происхо-

дит *генерализация кризиса*, т.е. его влияние распространяется на весь диапазон семейных отношений и взаимодействий.

3. *Нарастание неустойчивости в семейной системе*. Даже небольшое стрессовое воздействие может вызвать усиление дисфункциональности взаимодействия семейной системы, снижается стрессоустойчивость семьи, осложняются процессы адаптации семьи к новым социальным условиям и воздействиям. При этом у членов семьи могут наблюдаться: повышенная тревожность, ощущение дискомфорта, неуверенность в себе, страхи, неудовлетворенность собой и отношениями, ощущение бессилия и невозможности повлиять на ситуацию, неспособность обнаружить в ситуации новые направления развития.

4. Часто наблюдается *закрытость для нового опыта* и одновременно надежда на улучшение ситуации, не связанная с собственными усилиями. Семья может отказываться от помощи даже в очень сложной социальной ситуации и надеяться на то, что проблема решится сама собой, если немного подождать. Происходит «застревание» на какой-либо стадии развития семьи, наблюдается неспособность решать задачи следующих этапов.

5. У одного из членов семьи (чаще всего у ребенка) в результате блокировки его актуальных потребностей может сформироваться *симптоматическое поведение*. Симптоматическое поведение появляется в результате стереотипных ролевых взаимодействий и отражает наличие некоторых закрытых тем, прямое обсуждение которых нарушило бы устойчивость семейного взаимодействия. Носитель симптома называется «идентифицированным пациентом», его условная роль в семейной системе – поддерживать старые, сложившиеся взаимоотношения между членами семьи.

6. Между членами семьи в результате переживания кризиса происходит *уменьшение или увеличение психологической дистанции*. Как правило, это проявляется в крайних вариантах нарушения сплоченности – симбиотическом слиянии или разобщенности семьи.

7. *Нарушаются психологические границы* (внутренние и внешние) семьи. В результате семья становится слишком закрытой (жесткие границы) или, напротив, наблюдается размытость границ семьи.

8. *Меняется гибкость семейной системы*, появляется хаотичность (семья, подстраиваясь под новые обстоятельства, резко меняет стратегии поведения и семейные коммуникации) или ригидность (усиления негибких способов реагирования).

9. *Нарушение естественной иерархии семейной системы*. Может наблюдаться ситуация, при которой ребенок наделяется большей властью, чем один или оба родителя (перевернутая иерархия). Между членами семьи в кризисной ситуации обостряется борьба за власть.

10. *Разрушаются некоторые устоявшиеся ценности* семьи, меняются традиции и ритуалы. Старые семейные нормы и правила становятся неэффективными, а новые еще не сформированы.

11. *Семья чувствует себя социально изолированной*, обостряются конфликты с социальным окружением, наблюдается социальная дезадаптация семьи.

На практике можно часто наблюдать те или иные сочетания описанных проявлений семейного кризиса. Однако далеко не во всех случаях эти проявления адекватно воспринимаются самими членами кризисных семей. Как правило, минимум один из членов семьи может длительное время отрицать их из-за срабатывания механизмов психологической защиты.

Выше перечислены определения семейного кризиса и признаки кризисной ситуации. Но для более глубокого понимания психологии семейного кризиса важно также иметь представление о здоровой, благополучной (прежде всего в духовно-эмоциональном плане) семье. По каким же критериям можно определить, что семья благополучна или, точнее, условно адаптирована, к чему специалист, работающий с семьей, должен стремиться при выстраивании работы с ней?

Существует ряд важных признаков здоровых внутрисемейных отношений:

- члены семьи имеют возможность свободно выражать свои чувства и мысли, но стараются это делать в корректной и доброжелательной форме;
- каждый член семьи принят как значимый и уникальный, вне зависимости от степени его личных заслуг, личностных особенностей и черт характера;
- у каждого члена семьи есть право выбора, которое реализуется им по наиболее важным, личностно значимым вопросам, однако он соотносит свои выборы с ценностями и интересами всей семьи;
- в семье существуют некие ритуалы для поддержания сплоченности и обычаи для выражения близости, которые в большей или меньшей мере разделяются всеми ее членами;
- члены семьи не боятся открыто признавать наличие разногласий, проявляя при этом взаимную привязанность, тревогу и заботу в отношении друг друга;
- в повседневном семейном общении присутствуют чувство юмора, добрые шутки и розыгрыши, что позволяет снимать периодически возникающее напряжение;
- члены семьи имеют вполне ясные и понятные ожидания в отношении друг друга в различных ситуациях взаимодействия;
- члены семьи стремятся поддерживать и развивать личные жизненные цели друг друга и в то же время имеют объединяющие их цели и ценности.

Иными словами, здоровая семья – это нормально функционирующая семья, члены которой ответственно и дифференцированно выполняют все свои функции, вследствие чего удовлетворяется потребность в росте и изменениях как семьи в целом, так и каждого ее члена.

И в заключение данного раздела: каждая семья, переживающая кризисное состояние, должна сохранять веру в то, что она может раньше или позже восстановить нормальное функционирование и вернуться в состояние здоровой семьи. Однако для этого взрослые члены семьи должны иметь желание и силу воли измениться, а значит, преодолеть разрушающие их стереотипы мышления и поведенческие шаблоны и прийти к конструктивному разрешению накопившихся проблем и разногласий.

### **Разновидности семейных кризисов: их причины и психологические характеристики**

В психологии и ряде других социальных наук выделяют два вида семейных кризисов: нормативные и ненормативные. *Нормативные кризисы*, или горизонтальные стрессоры (Э.Г. Эйдемиллер, 2002), рассматриваются как переходные моменты между стадиями жизненного цикла и направлены на изменения структурной организации семьи. Нормативные кризисы периодически возникают во всех, даже вполне благополучных семьях, но их протекание зависит также от субъективного восприятия членами семьи возникающих проблем, конфликтов и иных препятствий. Динамика их протекания зависит и от адекватности взаимных ожиданий членов семьи, их готовности к прохождению каждого жизненного цикла семьи. На протекание нормативного семейного кризиса могут накладываться и внутриличностные кризисы молодых супругов или проблемы их близких родственников, ведущие к дополнительному напряжению или даже дестабилизации семейной системы.

Рассмотрим более подробно три типичных нормативных кризиса, характерных для молодой семьи, и задачи, стоящие в каждом проблемном периоде ее развития.

#### **Кризис 1-й. Принятие на себя супружеских обязательств.**

Задачи семьи в данный кризисный период:

1. Адаптация супругов к семейной жизни и друг к другу.
2. Установление внутренних границ семьи и границ общения с друзьями и родственниками.
3. Нахождение соотношения между личными и семейными потребностями.
4. Установление оптимального баланса близости/отдаленности с членами семьи, в том числе расширенной.
5. Решение проблемы семейной иерархии и областей ответственности.
6. Достижение сексуальной гармонии (сексуальная адаптация).
7. Решение жилищных проблем и приобретение собственного имущества.

### **Кризис 2-й. Освоение супругами родительских ролей и принятие факта появления в семье новой личности.**

Задачи семьи в данный кризисный период:

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.

### **Кризис 3-й. Включение детей во внешние социальные структуры (детский сад, школа).**

Задачи семьи в данный кризисный период:

1. Перераспределение обязанностей в семье в связи с поступлением ребенка в детский сад или школу, помощь ребенку при подготовке домашних заданий.
2. Проявление участия при наличии проблем с соблюдением режима, дисциплиной, учебой и т.п.
3. Согласование личных и семейных целей.

Следует отметить, что нормативные кризисы при всей сложности их переживания, как правило, воспринимаются членами семьи как вполне преодолимые, преходящие и по этой причине чаще имеют позитивный исход (Е.В. Пятницкая, 2016). Работая с нормативными семейными кризисами, опытные специалисты ориентируются не столько на помощь отдельным членам семьи, сколько на формирование поведенческих стратегий и корректировку эмоционального фона семьи в целом.

Как уже было отмечено выше, кроме нормативных кризисов в современных молодых семьях могут происходить и *ненормативные кризисы*. Многие исследователи сходятся во мнении, что *ненормативный семейный кризис – это кризис, возникновение которого всегда в той или иной мере неожиданно, но потенциально возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием слабо предсказуемых негативных жизненных событий*. Как правило, такого рода кризисы «застают врасплох» большую часть членов семьи, а потому часто переживаются ими более драматично, менее конструктивно и предсказуемо (Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента, 2006).

### **Причины возникновения и динамика развития ненормативных кризисов в семьях:**

1. Ненормативный кризис может возникнуть вследствие единичного события, оказывающего психотравмирующее воздействие на членов семьи и деструктивное влияние на внутрисемейные отношения.
2. В некоторых случаях ненормативный кризис возникает вследствие серии неожиданных (непредсказуемых) для большинства членов семьи со-

бытий, к которым они оказываются не готовы в психологическом, финансовом и правовом плане.

3. К экстраординарным событиям, запускающим такого рода кризисы, можно отнести развод, измену, тяжелую болезнь или смерть члена семьи, инцест и т.п.

4. Как любой кризис, ненормативный кризис имеет стандартную динамику развития, включающую три этапа:

- нарастания напряжения,
- стабилизации,
- разрешения.

5. В зависимости от степени личностной зрелости взрослых членов семьи, указанные этапы развития кризисной ситуации могут длиться всего пару месяцев или растягиваться на годы.

Согласно позиции известного социолога Р. Хилла, существует три группы факторов, приводящих к возникновению ненормативных семейных кризисов:

1. Внешние затруднения (например, потеря собственного жилья, источников доходов, возможности заработать деньги и др.). Помощь семье при данном типе затруднений является сферой деятельности социальных работников и социальных педагогов.

2. Неожиданные события – стрессоры, при которых семья или один из ее членов становится жертвой террористического акта, автомобильной, железнодорожной или авиакатастрофы и др. С последствиями этой группы факторов имеют дело кризисные психологи, врачи, психотерапевты.

3. Внутренняя неспособность семьи адекватно оценить и пережить какое-либо семейное событие, рассматриваемое ею в качестве угрожающего, конфликтного или стрессового (серьезная болезнь или смерть одного из членов семьи, супружеская измена, развод и др.). Факторы этой группы чаще всего приводят семью к специалисту в области семейной психологии и психотерапии.

Стрессоры, вызывающие ненормативные кризисы семьи, разделяют на сверхсильные и хронические (И.Г. Малкина-Пых, 2006). К сверхсильным стрессорам относят смерть одного из супругов, родителя или ребенка; супружескую измену; резкое и кардинальное изменение в социальной ситуации развития семьи (изменение социального статуса, материального положения семьи); тяжелое хроническое заболевание кого-то из ее членов.

Хронические стрессоры (длительные) негативно действуют на семью в течение длительного времени и включают такие факторы, как неблагоприятные жилищные и материальные условия; высокая эмоциональная напряженность и значительные хронические нагрузки в профессиональной деятельности; чрезмерные бытовые нагрузки; нарушение межличностной коммуникации и длительно сохраняющаяся конфликтность как в супружеской, так и в детско-родительской подсистемах.

Значительной стрессогенностью характеризуются также факторы резкого изменения привычных, стереотипных правил жизни семьи и суммирования трудностей (И.Г. Малкина-Пых, 2006).

Наиболее здоровой реакцией семьи на воздействие любого рода стрессогенных факторов является активный поиск дополнительных финансовых и прочих резервов, а также, что не менее важно, – внутриличностных ресурсов членов семьи. Максимальное включение внутренних ресурсов способно предотвратить полный дисбаланс семейной системы и адаптировать семью к новой реальности. Но даже если такие ресурсы найдены и задействованы, специалистам, работающим с семьями, следует учитывать, что они, как правило, ограничены, и семья может использовать их лишь определенное количество времени.

Следует отметить, что в период переживания ненормативных кризисов семьи как никогда нуждаются во внешней поддержке. Таким образом, можно отметить, что способность семьи противостоять стрессогенным факторам определяется как наличием ее внутренних ресурсов (например, мотивов сохранения сплоченности, волей к жизни и т.п.), так и возможностью активного привлечения внешних ресурсов для противодействия разного рода стрессогенным воздействиям.

Ниже представлены наиболее значимые из так называемых внутренних ресурсов семьи.

**Внутренние ресурсы семьи, основанные на индивидуальных ресурсах ее членов:**

- мотивация к сохранению семьи, преодолению возникших кризисных состояний;
- общие позитивные чувства и симпатии, объединяющие всех членов семьи;
- специальные знания и личностные умения в области семейных отношений;
- специальные знания о возникновении и протекании семейных кризисов;
- способности к регуляции гнева и развитые навыки позитивного совладания со стрессом;
- способности к конструктивному поведению и разрешению конфликтов.

Следует подчеркнуть, что в тех случаях, когда некое трагическое событие возникает неожиданно, оперативная мобилизация внутренних ресурсов взрослых членов семьи становится невозможной. В таких случаях возрастает роль оперативной внешней поддержки семьи со стороны разного рода про-семейных НКО, кризисных центров и т.д. Такого рода поддержка позволяет семье постепенно адаптироваться к ситуации «на первых порах», после чего она становится способна активно изыскивать и задействовать все иные доступные ей внешние ресурсы.

### **Внешние ресурсы семьи, активно используемые в кризисные периоды:**

1. Возможности оперативного получения нужной информации.
2. Доступные финансовые ресурсы (материальные ценности).
3. Возможности отстаивания и защиты законных прав.
4. Наличие широких, практически полезных социальных связей.
5. Возможности детских воспитательных учреждений.
6. Наличие эмоционально подкрепляющих родственных отношений.
7. Количество надежных друзей, приятелей, готовых оказать помощь.
8. Наличие востребованной, статусно значимой профессии, работы.
9. Наличие возможностей для продуктивного отдыха.

Следует отметить, что далеко не всегда семьи используют все доступные и потенциальные внешние ресурсы для решения возникающих проблем, так как даже их взрослым членам зачастую не хватает соответствующих знаний и жизненного опыта. Именно поэтому в кризисный период семья нуждается в помощи квалифицированных специалистов.

Каждый известный вид ненормативных семейных кризисов имеет свои закономерности протекания, знания о которых необходимы психологу для организации адекватной психологической помощи (Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента, 2006). Рассмотрим более подробно психологическое содержание основных видов ненормативных кризисов.

1. **Измена** (супружеская неверность, адюльтер) рассматривается как вступление лица, состоящего в браке, в половую связь с лицами из других брачных пар или с одинокими мужчинами и женщинами. Она может носить эпизодический и систематический характер. Измена обычно сопровождается переживанием ревности, привносящей в семейную драму глубокие разрушительные для семьи эмоции.

Супружеская измена может выполнять ряд функций, представляя собой способ завершения супружеских отношений и констатации факта несостоятельности брака; способ привлечения внимания брачного партнера и передачи ему психологического сообщения о неудовлетворении определенных потребностей; способ сохранить супружеские отношения путем реализации потребностей, дефицит удовлетворения которых существует в браке; проигрывание семейных сценариев; способ компенсировать чувство неполноценности и повысить самооценку.

Среди причин супружеской неверности можно выделить следующие:

– нарушение полоролевой идентичности партнера по браку, вынуждающее доказывать свою мужественность (женственность), вступая в как можно большее количество сексуальных связей;

– патохарактерологические личностные особенности супругов (например, страх быть поглощенным у брачного партнера с шизоидной организацией личности, побуждающий вступать во внебрачные связи, регулируя таким образом психологическую дистанцию в супружеской подсистеме);

- нарушение супружеских отношений, отсутствие эмоциональной близости между супругами, охлаждение чувств в браке;
- супружеская несовместимость (прежде всего сексуальная);
- месть одного партнера другому за причиненные страдания;
- сексуальная абстиненция партнера по браку, связанная с болезнью супруга, его длительным отсутствием и т.д.;
- актуализация семейных сценариев.

Среди видов супружеской неверности выделяют *случайный внебрачный контакт* (единичный случай измены, мало связанный с конкретным лицом), *эротико-сексуальные приключения* (основываются на стремлении к разнообразию, получению нового сексуального опыта), *внебрачная связь* (характеризуется большой продолжительностью и возникновением эмоциональной привязанности).

Как правило, рано или поздно измена обнаруживается обманутым партнером. При раскрытии факта измены возможно возникновение нескольких типов психологических реакций:

- *агрессия*. Обманутый партнер прерывает отношения, совместное с супругом ведение хозяйства, требует прекращения внебрачной связи и грозит разводом. Агрессивный подход вынуждает изменяющего супруга принять решение. Такое поведение, как правило, характерно для партнера, эмоционально не зависящего от партнера по браку;

- *защита*. Обманутый партнер частично прекращает супружеские отношения, ограничивая эмоциональные проявления, выражение любви и расположения. Однако продолжает совместное ведение хозяйства и сексуальные отношения, а также использует различные способы удержания партнера в семье. Часто партнеру может предъявляться ультиматум, согласно которому он должен порвать внебрачную связь в течение определенного срока. Прекращаются разговоры о внебрачном партнере.

- *игнорирование*. Обманутый партнер делает вид, что не замечает, либо не знает об измене, либо ведет себя так, словно ему все равно. Следует отметить, что такая реакция возникает намного реже, чем два других типа реагирования. Как показывает практика консультирования, такое поведение может быть свойственно партнеру, не испытывающему эмоциональной привязанности к супругу (супруге), однако сохранение брачных отношений является для него выгодным. Игнорирование также возникает при наличии крайне созависимых и деструктивных отношений, то есть в семьях, переживающих хронический системный кризис.

**2. Развод** – разрыв супружеских отношений в юридическом, экономическом и психологическом аспектах, который влечет за собой реорганизацию семейной системы. В качестве основного мотива развода выступает невозможность удовлетворения в существующем брачном союзе потребностей и желаний супругов.

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

- эмоциональный развод – обусловлен разрушением иллюзий супружеской жизни, чувством неудовлетворенности, отчуждением супругов, страхом и отчаянием, попытками контролировать партнера, стремлением избежать проблем;

- время размышлений и отчаяния – сопровождается болью, злостью и страхом, противоречивостью чувств и поступков, зачастую шоком, ощущением пустоты и хаоса. Предпринимаются попытки вернуть любовь, получить помощь от друзей, членов семьи;

- юридический развод – оформление разрыва отношений происходит на формальном уровне. Отношения разводящихся супругов могут включать в себя конфликты, угрозы либо стремление к переговорам. В этот период оставленный партнер может испытывать жалость к себе, беспомощность, чувство отчаяния и злости;

- экономический развод – связан с прекращением совместного ведения хозяйства и разделением семейного бюджета;

- установление баланса между родительскими обязанностями и правом на опеку. Родители ведут переговоры по вопросу дальнейших взаимоотношений с детьми и распределения зон ответственности. Основными задачами данного этапа является создание новых отношений между родителем и ребенком;

- время самоисследования и возврат к равновесию после развода. На этом этапе доминируют одиночество и наличие амбивалентных чувств: нерешительности и оптимизма, сожаления и печали, радости и грусти и др. Начинается поиск новых друзей, вырабатывается новый стиль жизни, определяются обязанности для всех членов семьи;

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

Как показывает обширная консультативная практика, наиболее распространенными стратегиями поведения в ситуации развода являются:

- *агрессивная*, выражающаяся в желании разрушить жизнь партнера, причинить ему боль, отомстить за причиненные страдания;

- *манипулятивная*, связанная с желанием удержать, вернуть брачного партнера любым способом, даже ценой потери самоуважения и уважения партнера;

- *принимаящая*, обусловленная адекватной оценкой реальности и принятием ее, что дает возможность сохранить с бывшим партнером отноше-

ния, не обесценивая совместно прожитые годы, и свести к минимуму негативные последствия для детей.

Социальными последствиями развода являются напряженность и потеря привычных контактов. В процессе развода ослабевают связи с общими знакомыми, осложняются взаимоотношения с членами расширенной семьи. После первоначального сочувствия и поддержки близкие люди часто начинают дистанцироваться. Потеря или сокращение социальных контактов могут способствовать развитию депрессии и психосоматических заболеваний, снижению трудоспособности, появлению недоверия к людям и др. Бывшие супруги после развода могут бояться вступать в новый брак, избегая повторения травматичного опыта.

Развод – это кризис, который затрагивает всю семейную систему и тяжело переживается не только супругами, но и детьми. Реакция детей на развод во многом определяется их возрастом. Наиболее травматичным он является для детей дошкольного и подросткового возраста. В возрасте 3,5–6 лет ребенок не способен адекватно понять происходящие перемены в семье и нередко обвиняет во всем себя. В подростковом возрасте развод родителей может негативно сказаться на решении возрастных задач и затруднить процессы сепарации. Травматичность развода родителей возрастает еще и в связи с тем, что разрушение семьи не является следствием выбора самого ребенка. Он вынужден смириться с родительским решением. Распад семьи может вызывать различные протестные, фобические и депрессивные реакции.

В результате развода образуется *неполная семья* – семья с одним родителем, что вызывает необходимость структурной реорганизации. При этом, несмотря на то, что бывшие супруги утрачивают статус мужа и жены, они продолжают оставаться родителями для своих детей, принимая участие в их воспитании.

Таким образом, развод является кризисом, переживаемым не только на уровне супружеской подсистемы, но и на уровне расширенной семьи, и требует глобальной семейной реорганизации.

**3. Повторный брак** – брак, который создается человеком (людьми), ранее уже состоявшим (и) в брачных отношениях. Этот семейный кризис не является строго нормативным, т.к. его переживает не каждая семья. Вместе с тем для людей, вступающих в новый брачный союз, он сохраняет свою нормативность и знаменует начало жизненного цикла новой семьи.

К числу основных трудностей, с которыми могут столкнуться члены новой семьи при переживании данного кризиса, можно отнести: ролевую неопределенность; отсутствие общих традиций или норм; проблемы в определении границ новой семьи; сложности установления близких отношений с членами расширенных семей; трудности в детско-родительских взаимоотношениях; отягощение повторного брака проблемами, не разрешенными в предыдущем браке.

Длительность данного семейного кризиса и переживания, связанные с ним, носят индивидуальный для каждой семьи характер. Ролевая неопределенность в семье, возникшей в результате повторного брака, может приводить к разнообразным эмоциональным проблемам. Это связано с необходимостью принимать на себя родительские функции по отношению к детям, которые не являются родными, и делить эти функции с биологическими родителями, распределяя полномочия и зоны влияния.

Для ребенка крайне важно поддерживать контакт с кровным родителем, устанавливая одновременно позитивные взаимоотношения с приемным родителем. В то же время повторный брак родителя нередко сочетается с неопределенностью семейной принадлежности детей. Лояльность к кровным родителям может сопровождаться неудовлетворительными отношениями с мачехой или отчимом. И наоборот, принятие мачехи или отчима может переживаться ребенком как предательство родного родителя, не проживающего с ребенком.

Одной из задач, встающих перед семьей, переживающей данный кризис, является установление семейных границ: внутренних, касающихся взаимодействия между членами образовавшейся семьи, и внешних, регулирующих отношения с ближайшими родственниками и социальным окружением. Возникают вопросы, касающиеся состава семьи, определения семейной собственности, областей ответственности, особенностей детско-родительских отношений. Особую важность приобретает необходимость донесения до ребенка изменений, происходящих в семье, и правил, связанных с приходом в семью нового человека (людей). Дети в этот период особенно остро испытывают потребность в поддержке и помощи со стороны родного родителя. Основная задача в семье повторного брака состоит в том, чтобы держать границы проницаемыми, позволяющими продолжать отношения с расширенными семьями и развивать новые взаимодействия.

Развитие эмоциональных отношений с новым брачным партнером зависит от того, насколько были завершены прежние отношения. Если в адрес бывшего супруга сохранилось много невыраженных чувств (обида, злость и т.д.) и невысказанных претензий, это будет затруднять формирование новых эмоциональных связей. В таких случаях велика вероятность того, что в повторном браке начнут отыгрываться незавершенные конфликты предыдущих отношений. Если повторный брак заключается людьми, у которых предыдущие отношения прекратились в результате смерти брачного партнера, то в новом браке возрастает риск «жизни втроем», что обусловлено сильной идеализацией умершего супруга (супруги) или эмоциональной незавершенностью отношений с ним.

Преимуществом повторного брака является то, что партнеры уже лишены части иллюзий по поводу супружеской жизни и подходят к ней более рационально. При возникновении семейных дисгармоний супруги с большей от-

ветственностью подходят к изменению отношений и испытывают меньше страхов в случае необходимости разрыва неудачных отношений.

**4. Смерть члена семьи** – одно из самых сильных потрясений в жизни отдельного человека и семьи в целом. Влияние этого события на семейную систему определяется значимостью для нее умершего, его функциональной нагруженностью, статусом, степенью эмоциональной близости с родственниками. Потеря члена семьи (особенно взрослого) может привести к появлению «функциональной пустоты» в семейной системе, приводящей к необходимости перераспределения в ней ролей и функций.

Рядом авторов были выделены стадии переживания утраты близкого человека (Б. Дайте, 1999; Г. Навайтис, 1999; Л.Б. Шнейдер, 2000; Дж. Браун, Д. Кристенсен, 2001; Э. Кюблер-Росс, 2001):

- *оцепенение или шок*. Реакция взрослых на этой стадии, как правило, носит соматический характер и может проявляться в потере аппетита, мышечной слабости, апатичности, ощущении нереальности происходящего. Ребенок на этой стадии часто начинает избегать контактов либо демонстрирует сильные эмоциональные реакции (плач, истерика, вспышки гнева);

- *отрицание смерти*. Члены семьи могут вести себя так, будто их близкий все еще жив, они ждут его, разговаривают с ним;

- *страдание, острая скорбь, дезорганизация*. Данная стадия отличается появлением у членов семьи тоски, отчаяния, ощущения пустоты, одиночества, беспомощности, сожалений по поводу своих прошлых действий и мыслей в отношении умершего, злости на него. Характерна погруженность в воспоминания об ушедшем и его идеализация. Иногда возникает ряд соматических реакций (затрудненное дыхание, мышечная слабость, астения, утрата энергии, снижение аппетита, нарушение сна), сложности в организации деятельности;

- *реорганизация, сопровождающаяся уменьшением интенсивности скорби, принятием утраты члена семьи и снижением ощущения подавленности*. На этой стадии происходит восстановление привычного режима жизни семьи. Переживание утраты протекает в виде периодических кризисов, поводом для возникновения которых служат семейные даты и праздники (синдром годовщины);

- *восстановление*. Члены семьи начинают перестраивать свою жизнь, уменьшается зависимость от потери. Овдовевшие супруги могут начать строить новые отношения.

*Процесс горевания* – это переживание утраты близкого человека, с помощью которого человек справляется с болью потери, вновь обретая чувство равновесия. В процессе горевания выделяют следующие критические периоды времени: первые 48 часов (шок от перенесенной утраты, отказ поверить в произошедшее); *первая неделя* (ощущение эмоционального и (или) физического истощения, включенность в организацию и проведе-

ние похорон позволяет членам семьи отвлечься от тяжелых переживаний); *2–5 недель* (возвращение к своим повседневным заботам после похорон, ощущение покинутости, одиночества, пустоты); *6–12 недель* (реакция шока проходит и осознается реальность потери, члены семьи могут переживать разнообразные эмоции: от тоски и отчаяния до вспышек гнева); *3–12 месяцев* (ощущение беспомощности, иногда депрессия, «уход в работу», иногда регрессивное поведение членов семьи, симптоматизация одного из членов семьи, появление идентифицированного пациента); *12 месяцев* (специфика переживания первой годовщины смерти зависит от особенностей проживания предыдущих стадий); *18–24 месяца* (семья возвращается к прежней жизни). Прохождение семьей описанных стадий носит индивидуальный характер, а их длительность может меняться.

Иногда смерть близкого человека оказывает на членов семьи настолько глубокое воздействие, что требуется профессиональная психологическая помощь. Риск осложненной реакции имеют родители, потерявшие ребенка, а также люди, близкие которых погибли насильственной смертью, в результате аварии, убийства, самоубийства. К *патологическим симптомам*, сопровождающим переживание горя, можно отнести следующие: затянувшееся переживание горя (несколько лет); задержка реакции на смерть близкого (нет выражения страданий в течение двух и более недель); сильная депрессия, сопровождающаяся бессонницей, напряжением, упреками в свой адрес; появление болезней психосоматического характера (язвенный колит, ревматический артрит, астма, мигрени, нейродермит и т.д.); ипохондрия, развитие симптомов, от которых страдал умерший; сверхактивность (человек, перенесший утрату, начинает развивать активную деятельность, не ощущая боль утраты); враждебность, направленная против конкретных людей; полное изменение стиля жизни; снижение эмоциональной чувствительности; эмоциональная лабильность; суицидальные мысли и намерения; изменение отношения к друзьям и родственникам, уход от контактов с ними или чрезмерная навязчивость; избегание социальной активности.

Можно описать несколько типов дисфункциональных реакций семейной системы в ситуации потери одного из ее членов (Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента, 2006):

– *реагирование по типу слияния*. Смерть близкого человека нарушает целостность семьи и актуализирует различные страхи. Ослабление внутренних границ семьи, как правило, позволяет ее членам ощутить поддержку, однако это приводит к усилению внешних границ и социальной изоляции семьи. Снижается частота социальных контактов и возможность для членов семьи получать помощь извне. Такой способ реагирования не помогает семье справиться с горем, а закрепляет болезненные реакции друг друга;

– *реагирование по типу изоляции*. Члены семьи переживают горе путем «молчаливого ухода», не показывая друг другу своей боли. Такой тип реа-

гирования характеризует жесткие внутренние границы семейной системы, обуславливает трудности получения членами семьи поддержки друг у друга и является источником их одиночества;

– *реагирование по типу расщепления*. Характерно для семей, в которых функция горевания «делегируется» одному из ее членов. Он оплакивает умершего, организует ритуальные действия (годовщина смерти, день рождения умершего и др.), помогает сохранить память об ушедшем. Горюющий член семьи оказывается в своеобразной изоляции и получает мало поддержки от остальных. Другие члены семьи дистанцируются от непереносимой ситуации, защищаясь таким образом от осознания неотвратимости произошедшего;

– *реагирование по типу замещения*. Проявляется в том, что спустя небольшой промежуток времени после смерти члена семьи появляется его «заместитель» (рождается новый ребенок, овдовевший супруг вступает в новый брак);

– *реагирование по типу переключения*. Связано с появлением в семье идентифицированного пациента, который позволяет членам семьи отвлечься от болезненных переживаний, связанных с потерей, и сконцентрироваться на решении его проблем.

Вышеперечисленные реакции являются дисфункциональными, так как мешают членам семьи в полной мере прожить свое горе и выразить эмоции. Наиболее оптимальным вариантом является ситуация, когда члены семьи сохраняют способность понимать друг друга, оказывать поддержку, принимать ее, открыто разговаривать об умершем.

**5. Тяжелая болезнь.** К категории «семья с тяжелобольным человеком» относятся семьи, где один из членов страдает каким-либо серьезным соматическим либо нервно-психическим заболеванием, алкоголизмом, патологической ревностью и т.п. Болезнь одного из членов семьи сопровождается нарастанием эмоционального напряжения в семье и физической нагрузки у отдельных ее членов. Жалобы на нервно-психическое напряжение, неуверенность, тревога наиболее часто встречаются при беседе с членами семей с тяжелобольным (Э.Г. Эйдемиллер, 2002).

Все трудности, с которыми сталкивается семья больного, можно разделить на объективные и субъективные. К числу объективных относятся возросшие расходы семьи, неблагоприятное воздействие сложившейся ситуации на здоровье ее членов, нарушения ритма и распорядка жизни семьи. Среди субъективных трудностей выделяют переживания и эмоциональные реакции: растерянность из-за полной беспомощности больного; замешательство, вызванное непредсказуемостью его поведения; постоянное беспокойство о будущем, связанное с неспособностью больного решать свои жизненные проблемы самостоятельно; чувство страха; чувство вины; депрессия; разочарование; фрустрация; гнев, вызванный неразрешимостью

самой проблемы заболевания. Такие реакции семьи нормальны и естественны, ибо обусловлены они чрезвычайной сложностью ситуации и невозможностью повлиять на нее.

Можно выделить несколько этапов переживания семьей данного кризисного события. Они проявляются в нарастании, а затем спаде напряжения и сопровождаются различными субъективными переживаниями (чувство тревоги, растерянности, беспомощности и т.п.) и поисками разных способов адаптации (методом проб и ошибок, формированием защитных «семейных мифов», переоценкой ценностей и др.). Существуют индивидуальные различия в переживании семьями данного ненормативного кризиса, возможны «застревания» на одной из стадий, различная скорость и порядок их прохождения.

Опишем стадии переживания данного кризиса.

*Этап шока* характеризуется возникновением у членов семьи состояния растерянности, беспомощности, страха перед исходом заболевания, собственной неполноценности, ответственности за судьбу больного, чувства вины за то, что они не сделали ничего, чтобы предотвратить появление заболевания, или сделали что-то, обострившее положение. Эти переживания приводят к изменению привычного образа жизни членов семьи, зачастую становясь источником различных психосоматических расстройств и оказывая негативное влияние на взаимоотношения как внутри семьи, так и за ее пределами. Иногда несчастье объединяет семью, делает ее членов более внимательными друг к другу. В основном эта фаза достаточно кратковременна.

На *этапе отрицания* члены семьи оказываются не в состоянии адекватно принять и переработать полученную информацию и используют разнообразные средства защиты, позволяющие им уйти от необходимости признать факт наличия заболевания, что снижает адаптивный потенциал семьи. Иногда беспокойство и растерянность членов семьи трансформируются в негативизм, отрицание поставленного диагноза, направленные на сохранение стабильности семьи. Отрицая факт болезни, члены семьи могут отказываться от обследования больного и проведения каких-либо коррекционных мероприятий. Именно на этом этапе формируется так называемый синдром «хождения по кругу врачей» (Р.Ф. Майрамян, 1976).

*Этап печали и депрессии* связан с осознанием проблемы. Нередко наблюдается снижение интереса к работе, отказ от привычных форм проведения досуга, чувство гнева, стремление к изоляции. Необходимость заботы о больном члене семьи и специального непрерывного ухода за ним могут приводить к амбивалентным чувствам. Этот синдром, получивший название «хроническая печаль», является результатом постоянной зависимости членов семьи от потребностей больного.

*Этап зрелой адаптации* характеризуется принятием факта болезни, реалистичной оценкой прогноза развития заболевания и перспектив выздо-

рождения. В это время все члены семьи способны адекватно воспринимать ситуацию, руководствоваться интересами больного, устанавливать контакты со специалистами и следовать их советам.

**6. Инцест** – интимные отношения между членами одной и той же семьи, например, между родителями и детьми, между сиблингами и т.д. *Психологический смысл инцеста* подразумевает определенные действия с сексуальным подтекстом, которые совершаются по отношению к объекту инцеста (ребенку, подростку, взрослому) для удовлетворения сексуальных потребностей агрессора, который эмоционально связан с зависящим от него человеком и авторитетен для него. Инцест не всегда включает сексуальную связь или прикосновения как таковые. Он может иметь только психологическое содержание, значение которого состоит в переживании жертвой чувства осуществляющегося над ней насилия. Жертвой инцеста является ребенок или взрослый, по отношению к которому совершено физическое насилие с сексуальным подтекстом или непосредственно половой акт; психологическое насилие, включающее моральное давление с сексуальным подтекстом; разговоры на сексуальные темы; демонстрация сексуальных действий в присутствии объекта инцеста.

Последствия инцеста всегда весьма негативны и вместе с тем разнообразны: они проявляются в эмоциональной, когнитивной и (или) поведенческой сферах личности. У детей, подвергшихся сексуальному насилию, создается повышенный риск развития следующих нарушений: аддиктивное поведение, склонность к суициду, к проституции, психические нарушения, посттравматическое стрессовое расстройство и сексуализированное поведение, развитие в зрелом возрасте эмоциональных расстройств (фобии, депрессия), мазохистических тенденций, сексуальных, супружеских проблем и т.д.

За фактом инцеста, как правило, скрывается полное или частичное разрушение супружеской подсистемы. Между такими партнерами обычно имеется молчаливое соглашение сохранять брак независимо от обстоятельств. При этом инцест символизирует полное доминирование одного участника над другим, полный контроль над всеми сферами его жизни. Даже если не используется физическое насилие, часто взрослые угрожают ребенку, находящемуся в зависимой позиции от родителя. Это характерно для семей с очень жесткими внешними границами и внутрисемейным слиянием. Инцестные семьи, как правило, живут замкнуто, с минимальным количеством контактов с внешним миром. Подобный образ жизни может объясняться тем, что общественные нормы противоречат внутрисемейным. Внутри замкнутой семейной системы может существовать множество факторов, предрасполагающих к семейной дисфункции. Ребенок всегда расценивается как жертва, причем не только сексуального акта, но и семейной дисфункции.

Помимо инцеста первого рода, выделяют также *психологический, или символический (скрытый), инцест*, не предполагающий сексуальных от-

ношений между его участниками. При символических инцестных отношениях в семье ребенок может выступать как суррогат супруга или супруги. Квазисупружество находит выражение в том, что родитель начинает делиться с ребенком информацией глубоко личного или даже сексуального характера, делает сына (дочь) ответственным за собственные проблемы. При этом у ребенка возникают амбивалентные чувства и переживания: с одной стороны, гордость за оказываемое доверие, а с другой – отчаяние из-за невозможности нести ответственность, не соответствующую возрасту и статусу. Это приводит к ролевому дисбалансу в семье.

Можно выделить признаки, наличие которых в рассказе клиента позволяет с достаточно большой степенью вероятности подозревать инцест в детстве либо возможность инцестных событий, которые не осознаются или скрываются. Гипотеза об инцесте может быть выдвинута при наличии в рассказе клиента нескольких из следующих признаков:

- страх темноты, кошмарных сновидений, содержанием которых являются преследование, угроза нападения, вторжения, попадания в ловушку;
- нарушение восприятия собственного тела (деперсонализация, отчуждение тела, манипуляции с собственным телом с целью избежать внимания к себе);
- проявление аутодеструктивного поведения (порезы на теле, частое попадание в ситуации, влекущие за собой повреждения);
- наличие суицидальных мыслей, интереса к самоубийству; пассивное суицидальное поведение, которое выражается в том, что человек часто и неосознанно оказывается в ситуациях риска;
- пониженный фон настроения; эмоциональная лабильность;
- максимализм в поведении (перфекционизм или поведение по типу «чем хуже, тем лучше»);
- враждебность по отношению к людям определенного возраста, пола, определенной этнической группы, совпадающей с этнической принадлежностью человека, совершившего инцест;
- неспособность ощутить собственное «я», впечатление, что все происходит с кем-то другим;
- ригидный, жесткий контроль над своими мыслями, страх фантазирования;
- чрезмерная серьезность и отсутствие чувства юмора;
- слабое ощущение своих психологических границ, выражающееся либо в неспособности доверять кому бы то ни было, либо, наоборот, в чрезмерной доверчивости к окружающим;
- постоянное переживание чувства вины, стыда и унижения;
- ощущение себя жертвой сексуальных отношений, чувство собственного бессилия, неумение сказать «нет»;
- практически полное отсутствие детских воспоминаний;

– скрытность, избегание разговоров о взаимоотношениях в семье, об отдельных членах семьи;

– уверенность, что никто не может понять, поддержать, проявить сопереживание; страх быть осужденным;

– наличие сенсорных вспышек (*флешбек-эффекты*), во время которых перед взором внезапно появляется какое-то место или событие; сенсорные вспышки одинаковы и провоцируются одними и теми же раздражителями;

– боязнь шума, стремление контролировать громкость голоса, тихо говорить, тихо смеяться.

Инцест не типичен для хорошо функционирующих семей с прямыми и ясными внутрисемейными посланиями. С большей вероятностью он может возникать в семьях, для которых характерны нарушения сплоченности (сверхблизкие отношения или эмоциональная изоляция), ролевые дисфункции и нарушения внутренних границ семьи. Это позволяет рассматривать инцест как результат глубокой семейной дисфункциональности.

Итак, в данном разделе рассмотрены основные нормативные и ненормативные семейные кризисы, каждый из которых требует особого подхода в работе психолога. В заключение следует отметить, что при возникновении кризисных состояний специалистам следует особое внимание уделять психологическим и поведенческим реакциям детей. Длительное пребывание ребенка в ситуации кризиса, в деструктивных условиях повторяющихся внутрисемейных конфликтов может вызывать серьезные личностные новообразования, что требует обязательной и глубокой психологической проработки со специалистом (Е.В. Пятницкая, 2006, 2007).

### **Системная диагностика причин и анализ факторов возникновения кризисных состояний в современных семьях**

Понятие системной диагностики кризисной семьи за последние два десятилетия прочно вошло в активный лексикон не только представителей гуманитарных/социальных наук, но и сотрудников СО НКО, специалистов социозащитных учреждений. Однако за это время оно «обросло» различными трактовками и интерпретациями, многие из которых отражают достаточно ограниченные аспекты рассмотрения проблемы, обусловленные личным опытом либо узкопрофессиональными позициями авторов. Далеко не всегда в этих трактовках диагностики семейного кризиса прослеживается прямая связь с «корневым» научно-психологическим пониманием семьи как системы многоуровневых отношений. Однако большая часть современных специалистов-практиков исходит из того, что при семейном кризисе возникает глобальный сбой в функционировании всех компонентов системы. При этом *кризисное состояние семьи характеризуется критиче-*

ским истощением прежде всего эмоционально-волевых (а затем уже физических и финансовых!) ресурсов брачных партнеров, требуемых для преодоления возникших проблем. По этой причине развитие семейного кризиса невозможно понять и спрогнозировать без тщательной диагностики личностных ресурсов супругов. Диагностика семьи должна также отражать характер внутрисемейных отношений, степень удовлетворения базовых потребностей всех членов семьи. Следует особо отметить, что причины возникновения проблемной ситуации далеко не всегда очевидны для самих членов кризисной семьи, так как они могут проистекать из вполне привычных для них моделей общения и поведения.

За последнее столетие отечественные и зарубежные исследователи в области практической психологи разработали десятки и даже сотни эффективных диагностических методик, позволяющих осуществлять *системную диагностику семейного кризиса*. К наиболее часто применяемым методикам комплексной диагностики семейных отношений относятся:

1. Диагностическая методика «Семейная социограмма».
2. Проективная методика «Три дерева» для выявления особенности внутрисемейных отношений.
3. Проективная методика «Рисунок семьи в образах животных».
4. Техника семейного психологического консультирования – семейная психологическая игра «Лепешка».
5. Диагностическое интервью для взрослых «Привязанность» (по Дж. Боулби).
6. Диагностико-коррекционная техника «Если бы стены могли говорить».
7. Диагностико-коррекционная техника «Письмо к внутреннему образу матери».
8. Диагностико-коррекционная техника «Ментальные карты состояния».
9. Диагностико-коррекционная техника «Описание подтекстов».
10. Диагностико-коррекционная техника «Список 100».
11. Диагностико-коррекционная техника «Образы родительской семьи».
12. Распознавание типов воспитания на основе анализа процесса рисования и характера рисунков.

Следует отметить, что все указанные выше методики должны применяться только квалифицированными специалистами.

Построенная на их базе комплексная диагностика позволяет установить все составляющие кризисного состояния семьи на основе наиболее важных показателей его возникновения и динамики развития:

- уровень хронического стресса членов семьи, приводящего к фрустрации базовых потребностей;
- эмоциональная глубина переживания неудач и ситуаций, порождающих чувства безысходности, крушения надежд, унижения и т.д.;

- степень сформированности у членов семьи «комплекса неполноценности», установки на хронический неуспех в достижении цели;
- степень социальной дезориентации, возникшей вследствие неожиданности происходящего и дальнейшей непредсказуемости событий, разрушающей привычный ход жизни и вызывающей неопределенность будущего;
- степень разрушения целостного видения текущей жизненной ситуации, которая воспринимается сугубо субъективно и фрагментарно под влиянием таких негативных эмоционально-чувственных состояний, как страх, отчаяние, потеря контакта с другими и внутренней гармонии;
- глубина чувства одиночества и отверженности, чувства уникальности собственных переживаний и ощущения отсутствия искренней поддержки со стороны окружающих, что порождает обесценивание имеющихся социальных ресурсов.

После того как вышеперечисленные состояния и проблемы будут исследованы с помощью стандартизированных тестовых методик и личностных опросников, специалистам необходимо осуществить комплексный анализ полученных данных.

Одним из важных компонентов такого анализа является оценка временных параметров, динамики и интенсивности переживаний. По временному параметру и интенсивности переживания все семейные кризисы подразделяются:

- на кратковременные острые;
- кратковременные сглаженные;
- долговременные острые;
- затяжные сглаженные.

Последний тип иначе называется – хронические, так как такие переживания могут быть очень длительными по времени, например, если они вызваны тяжелой болезнью одного из членов семьи. Многие специалисты-практики отмечают необходимость оперативного отслеживания признаков кризисных состояний в семье, так как на ранних стадиях взрослые члены семьи еще имеют силы и ресурсы для сопротивления деструктивным процессам и способны более эффективно сотрудничать с сотрудниками соответствующих отделов и служб помощи.

#### **Семья на ранней стадии кризиса:**

1. Взрослые члены семьи пока еще верят в свои силы и располагают достаточными ресурсами для последовательного решения текущих проблем.
2. Противоречия в потребностях, интересах, ценностных установках и реальных целях взрослых членов семьи еще не прошли точку невозврата, не достигли открытого конфликтного противостояния.
3. Оперативное вмешательство в жизнь семьи в целях преобразования внутрисемейных отношений является наиболее эффективным при условии запроса на него со стороны как минимум одного члена семьи.

4. Вмешательство в жизнь семьи может исходно прояснить намерения и цели всех ее членов и тем самым ускорить динамику протекания кризиса. Насколько это целесообразно и эффективно, может определить только квалифицированный специалист.

Степень общей устойчивости семьи на ранней стадии кризиса определяется тремя переменными факторами:

- уровнем фрустрации/стресса, переживаемого семьей;
- восприятием стрессовой ситуации взрослыми членами;
- наличием у семьи внешних ресурсов, определяющих ее возможности при разрешении стрессовой ситуации.

*Каждый специалист, имеющий дело с семейным кризисом, должен помнить в процессе диагностики о необходимости анализировать возможное влияние не только явных, но и скрытых причин, провоцирующих периодические обострения ситуативных противоречий в семье. Иногда происходящие в семье события и процессы намеренно скрываются или камуфлируются взрослыми членами семьи, так как они боятся, что их обнаружение приведет к потере их статуса или к еще большей неустойчивости в семейной системе.* Таким образом, расширенный подход к сбору и анализу данных о семье во многих случаях вполне оправдан, так как при генерализации кризиса его влияние распространяется на весь диапазон семейных отношений и взаимодействий.

Как показывает практический опыт, проявления семейного кризиса столь разнообразны и вместе с тем факультативны, что целесообразно применять многоуровневый подход к их классификации.

Наиболее часто в социальных и психологических науках выделяют три уровня функционирования семьи: индивидуальный, микросистемный, макро-, или мегасистемный. С какой бы точки ни произрастал семейный кризис, он неизбежно будет затрагивать другие уровни, обуславливая нарушения их функционирования.

1. *Проявление семейного кризиса на индивидуальном уровне:*

- чувство дискомфорта, повышенная тревожность;
- неэффективность старых способов коммуникации;
- снижение уровня удовлетворенности браком;
- ощущение непонятости, невысказанности, безысходности и тщетности предпринимаемых попыток изменения ситуации, то есть ощущение ограничения своих возможностей, неспособность обнаружить в ситуации новые направления развития;
- смещение локуса контроля: член семьи перестает занимать субъектную позицию, ему начинает казаться, что нечто происходит вне его, а значит, и изменения должны произойти не с ним, а с другими. В таком случае он искренне начинает полагать, что именно изменение отношения или поведения другого члена семьи приведет к улучшению ситуации (О.А. Шиян);

- закрытость для нового опыта и в то же время надежда на «чудесное возвращение мира», не связанная с собственными изменениями;

- появление навязчивых мыслей и сверхценных идей у некоторых членов семьи;

- формирование симптоматического поведения.

## *2. Проявление семейного кризиса на микросистемном уровне:*

- нарушения по параметру сплоченности: уменьшение или увеличение психологической дистанции между членами семьи (крайние варианты: симбиотическое слияние и разобщенность);

- деформация внутренних и внешних границ нуклеарной семьи, крайними вариантами которой являются их диффузность (размытость) и жесткость (непроницаемость);

- нарушения гибкости семейной системы вплоть до хаотичности или ригидности (механизм сохранения и усиления негибких способов реагирования – «инконгруэнтная адаптация» – почти универсален в кризисных ситуациях, однако при длительном его использовании нарушается естественный обмен энергии в семье);

- изменения ролевой структуры семейной системы (появление дисфункциональных ролей, жесткое, неравномерное распределение ролей, «провал» роли, патологизация ролей);

- нарушение иерархии (борьба за власть, перевернутая иерархия);

- возникновение семейных конфликтов;

- рост негативных эмоций и критики;

- нарушения метакоммуникации;

- нарастание чувства общей неудовлетворенности отношениями в семье, обнаружение расхождения во взглядах, возникновение молчаливого протеста, ссоры и упреки, ощущение обманутости у членов семьи;

- регресс или возврат к ранним моделям функционирования нуклеарной семьи;

- «застревание» на какой-либо стадии развития семьи и неспособность решать задачи следующих этапов;

- противоречивость и несогласованность притязаний и ожиданий отдельных членов семьи;

- разрушение некоторых устоявшихся ценностей семьи и несформированность новых;

- нарушение традиций и ритуалов;

- неэффективность старых семейных норм и правил в отсутствие новых;

- дефицит действующих в семье правил.

## *3. Проявления семейного кризиса на макросистемном уровне:*

- актуализация семейного мифа, тесно связанного с макросоциальной ситуацией;

– реализация архаичного поведенческого паттерна, неадекватного актуальному контексту существования семьи, но являвшегося эффективным в предыдущих поколениях;

– нарушения внутренних и внешних границ расширенной семьи, крайними вариантами которых являются диффузность и жесткость (непроницаемость) границ;

– нарушения иерархии (например, перевернутая иерархия, межпоколенные коалиции);

– нарушения ролевой структуры расширенной семьи (ролевые инверсии, «провал» роли);

– нарушение традиций и ритуалов;

– неэффективность старых семейных норм и правил и несформированность новых.

В аспекте анализа возможных исходов семейного кризиса можно выделить *две потенциальные линии дальнейшего развития семьи*:

1. Деструктивная, ведущая к углублению нарушений по всему спектру семейных отношений и содержащая опасность для их полного или частичного распада.

2. Конструктивная, означающая возможность перехода членов семьи на новый уровень взаимодействия, а значит выхода на более устойчивый режим функционирования.

Таким образом, чтобы понять базовые причины кризисных состояний и отыскать конструктивные способы их преодоления, специалистам, работающим с семьями, необходимо выяснить *закономерности брачно-семейных отношений*, понять их «*нормативную*» динамику и *жизненные циклы семьи*, обусловленные зачастую весьма драматичными, личностными изменениями супругов. Опираясь на эти знания, можно выстроить как четкую модель постепенного превращения «среднестатистической», «нормально функционирующей» семьи в «проблемную» и «кризисную», так и целостную картину поэтапного преодоления семьей «дисфункциональности», возвращения из кризисного состояния в режим «благополучного функционирования».

В настоящее время многие исследователи для объяснения причин возникновения семейных кризисов привлекают метод *факторного анализа*. При этом в качестве наиболее значимых факторов, определяющих устойчивость супружеских отношений, выделяются следующие:

1. *Наличие/отсутствие между супругами психофизиологической взаимодополняемости*. Гармоничный брак предполагает, что индивидуальные психофизиологические особенности супругов, их характеристики темперамента, эмоционально-волевые реакции в конфликтах и копинг-стратегии при стрессовых ситуациях должны проявляться в режиме комплементарности, то есть не совпадения, а удачного взаимодополнения. Отметим, что

в дисгармоничных браках чаще встречаются столкновения однотипных темпераментов и способов реагирования на стрессы, что выливается в затяжные конфликты и взаимную фрустрацию потребностей партнеров.

2. *Совпадение в базовых ценностях и жизненных целях.* Данный фактор обуславливает возможность нахождения быстрого взаимопонимания между супругами по таким чувствительным для семьи вопросам, как отношения с родителями избранника, формирование внутрисемейного уклада, уровня совместных материальных притязаний и отношений с внешней средой. Непреодолимые конфликты неизбежны там, где партнеры диаметрально отличаются по своим жизненным целям и мировоззренческим позициям.

3. *Уровень образования.* Хотя высшее образование не всегда повышает уровень стабильности семейных отношений, и кризисные ситуации также неизбежны в браках, заключенных между двумя выпускниками высших учебных заведений, как правило, существенные различия в уровне образованности только усугубляют супружеские конфликты, поскольку для их эффективного решения культура мышления и интеллектуальные возможности партнеров должны быть примерно равными.

4. *Возрастные и временные границы.* Возраст вступления в брак определяет социальную и психологическую зрелость партнеров, их подготовленность к выполнению супружеских и родительских обязанностей. Наиболее оптимальным для вступления в брак считается возраст от 24 до 28 лет. А наиболее оптимальная разница в возрасте между супругами определяется в границах от 1 года до 7 лет. Вместе с тем, как показывают современные исследования, для вторичных браков эта граница может быть увеличена вдвое. Часто на конфликтность партнеров оказывает влияние продолжительность их предбрачного знакомства. Если этот период оказывается слишком коротким, партнеры не успевают должным образом узнать друг друга не только в оптимальных условиях, но и в трудных ситуациях, когда ярко проявляются все личные качества и слабости характера.

В последнее время в теории и практике исследования семейных кризисов проявляется тенденция к включению максимально возможного числа внешних факторов, способных оказывать влияние на внутрисемейные отношения. Однако следует отметить, что при всей важности их изучения и учета необходимо избегать неоправданного расширения «сферы вероятной значимости».

В ряде случаев бесконечное пополнение списка различных *макро- и микросоциальных* факторов только затемняет понимание истинной природы семейного кризиса либо провоцирует слишком глобализированный и потому поверхностный взгляд на причины семейных кризисов. Однако упускается тот факт, что далеко не все современные семьи одинаково чувствительны к воздействию различных макро/микросоциальных факторов. Если же допустить, что некоторые из них способны оказывать примерно

равное по силе воздействие на современную семью, то чем тогда объяснить существенные различия в конечных эффектах и последствиях таких воздействий? Наиболее логичное объяснение заключается в том, что любые «внешнесредовые» по отношению к семейной системе факторы, по сути, оказывают лишь косвенное влияние на ее функционирование.

Более того, даже такие явно деструктивные социальные факторы, как безработица, резкое падение уровня жизни, деградация института семьи, попрание гражданских прав и свобод, во многих случаях вызывают лишь минимальные волнения в «семейной диаде», в то время как непосредственное влияние на отношения партнеров оказывают так называемые «внутренние» факторы, тесно связанные с их индивидуальной психологией. Именно они могут взорвать семью изнутри даже при самых благоприятных внешних условиях, а потому и должны выступать в качестве приоритетных и ключевых при поисках путей преодоления семейных кризисов. И поскольку межличностные конфликты и индивидуально-психологические проблемы супругов во всех случаях имеют критическое значение для функционирования семьи, необходимо более детально рассмотреть не всегда осознаваемые внутриличностные причины их возникновения, к которым специалисты в сфере семейных отношений относят:

- глубокое и устойчивое разочарование в партнере, вызванное каким-либо негативным опытом совместной жизни;
- непреодолимые и значительные расхождения в степени удовлетворенности супругов какими-либо аспектами брачных отношений;
- существенные различия в направлении и/или динамике духовно-го/личностного/культурного развития партнеров.

На глубину протекания семейных кризисов нередко оказывает влияние уровень индивидуального психического здоровья и психоэмоционального благополучия взрослых членов семьи (прежде всего супругов). Поэтому при анализе кризисных состояний, помимо указанных выше причин, следует также обязательно учитывать возможное влияние на семейные отношения таких «внутренних» факторов, как:

- психоэмоциональные травмы супругов и сопутствующие им посттравматические стрессовые расстройства, полученные до и после заключения брака;
- внутриличностные конфликты, периодически возникающие у супругов и оказывающие непосредственное влияние на их поведение в семье;
- психотические или невротические расстройства, как правило, имеющие корни в детском или юношеском периоде жизни супругов.

Специалисты также должны помнить, что сам факт переживания членами семьи длительного глубокого кризиса может порождать в их поведении достаточно большой спектр психотических проявлений и невротических реакций, как это представлено ниже.

### **Личностные реакции и состояния, возникающие при глубоком кризисе:**

- нервозность по мелочам, ощущение сжатия, давления на «я»;
- незавершенность многих дел, начинаний;
- состояние вечного выбора (выбор не сделан!) и отсутствия альтернатив;
- чувство ответственности за то, что находится за пределами компетенции;
- ощущение собственной серости, чувство ненужности;
- падение авторитетов, ценностей, установка на обесценивание всего и всех;
- вечная нехватка времени;
- чувство тревоги, безысходности;
- зауженное, однобокое восприятие реальности;
- человек теряет себя, не видит своего пути в жизни;
- отсутствие понимания своих настоящих желаний;
- апатия, бессилие, безжизненность;
- напряжение, пустота, нет радости;
- чувство одиночества, тоски;
- много болевых точек и «уколов»;
- вязкость мышления, заикленность на мелочах;
- потеря контроля над эмоциями;
- утрата своих личных границ (внешних и внутренних).

Как показывает практика, по мере разрешения кризисных ситуаций многие (если не все) указанные выше проявления и реакции постепенно исчезают.

Таким образом, представленные в данном разделе причины и факторы кризисных состояний при условии их комплексной диагностики позволяют сформировать целостную и систематизированную картину возникновения и протекания семейных кризисов. Однако без анализа этих причин и факторов невозможно начать эффективный поиск практических путей их преодоления и предупреждения. И, конечно же, вслед за психодиагностикой и системным анализом внутрисемейных факторов, провоцирующих кризисные явления, необходимо переходить к психологической помощи, направленной на устранение или минимизацию их негативного влияния.

### **Комплексная психолого-педагогическая помощь молодой семье в ситуации кризиса**

К настоящему времени в мировой практике наработаны чрезвычайно разнообразные виды и формы социально-психологической и медико-психологической помощи семье. *Выбор того или иного вида или подхода к реализации психологической помощи семье во многом зависит от про-*

*фессионального кредо специалиста, его ориентированности на те или иные результаты работы, а также от характера проблем и задач, стоящих перед ним. Сочетание указанных переменных определяют реализуемую на практике модель помощи кризисной семье. При этом в идеале каждая из применяемых моделей должна опираться на некую четко осознанную теоретическую базу / концептуальную основу, предопределяющую используемые методы и приемы психологической работы с конкретной семьей (Э.Г. Эйдемиллер, 2002).*

Для детального раскрытия приведенного выше теоретического положения требуется последовательно рассмотреть конкретное содержание каждого использованного понятия.

Итак, для начала необходимо выделить и кратко описать основные *виды психологической помощи семье.*

*Информирование.* Психолог может предоставить семье или отдельным ее членам информацию об особенностях функционирования семьи на разных этапах развития, о задачах, стоящих перед семьей в кризисные периоды, о возрастно-психологических особенностях развития личности. Также психолог может предоставить семье информацию о возможности получения дополнительной помощи у других специалистов.

*Индивидуальное психологическое консультирование.* Данный вид психологической помощи предполагает работу с одним из членов семьи и базируется на идее М. Боуэна о том, что изменения даже одного члена семьи приводят к изменениям всей системы внутрисемейных отношений.

*Консультирование супружеской пары.* Данный вид психологической помощи предполагает работу с супружеской парой и направлен на оптимизацию взаимодействия между брачными партнерами.

*Групповая психотерапия супружеских пар.* Этот вид работы предполагает объединение в группу нескольких супружеских пар с целью получения поддержки и проработки супружеских проблем.

*Семейная психотерапия.* В семейном консультировании принимает участие нуклеарная либо расширенная многопоколенная семья в том случае, когда имеющиеся проблемы затрагивают всю систему в целом.

По упомянутому выше критерию *ориентированности* психологическая помощь семье может быть ориентирована:

– преимущественно на одного из членов семьи в связи с проблемами, которые прямо или косвенно вызваны его поведением или отношением к семейной жизни;

– на брачную или предбрачную пару;

– на семью в целом, включая всех детей и близких родственников;

– только на родителей и детей;

– на ребенка или подростка, проживающего в семье.

По своему методическому наполнению комплексная психолого-педагогическая помощь кризисной семье может состоять:

1. В рекомендациях относительно выбора оптимальных организационных мер. Например, это может быть выбор действий, направленных на сохранение семьи, разрешение конфликта, восстановление отношений или воспитание ребенка. К рекомендациям можно отнести и направление семей на дополнительные консультации у психоневролога, логопеда, психолога-консультанта другого профиля и т.п.

2. В рекомендациях относительно используемых методов воспитания, обучения, включая рекомендации по дошкольному обучению и преодолению трудностей в обучении, а также рекомендации по направлению детей в специализированные школы / детские сады.

3. В определении и повышении готовности членов кризисной семьи к необходимым волевым усилиям и личностным изменениям, направленным на преодоление возникших кризисных состояний.

4. В проведении методик, способствующих профессиональной ориентации и социальной адаптации членов кризисных семей.

5. В осуществлении более глубоких вмешательств во внутрисемейные отношения, включая психотерапевтические и психокоррекционные воздействия на семью в целом или отдельных ее членов.

Как уже было сказано выше, в соответствии с профессиональной ориентированностью специалиста и характером стоящих перед ним задач можно выделить несколько моделей психолого-педагогической помощи семье.

*Педагогическая модель* базируется на гипотезе недостаточной педагогической компетентности родителей и предполагает оказание им консультативной помощи в воспитании детей. Специалист анализирует вместе с родителями сложившуюся ситуацию и вырабатывает программу мер, направленных на ее изменение. При этом специалисту должны быть хорошо известны типичные проблемы воспитания в семьях, приемы и способы воспитания, так как он должен давать советы и задания по оптимизации стратегий воспитания, а также проверять их выполнение. Как правило, в большинстве случаев консультанты, выбирающие данную модель по своей профессиональной подготовке, являются социальными педагогами или социальными работниками, реже психологами.

*Диагностическая модель* основывается на предположении дефицита специальных знаний у родителей, которые позволили бы им составить адекватную картину причин возникших проблем и принять правильное решение. В данной модели акцент ставится на оказании помощи в виде выявления ранее «скрытых» для членов семьи причин и факторов кризисных состояний и составления диагностического заключения. При этом часто используется коррекционный потенциал (эффект), заложенный в диагностические методики. Для реализации данной модели специалист должен владеть методами комплексной диагностики.

*Социальная модель* помощи основывается на предположении, что семейные трудности – результат неблагоприятных жизненных обстоятельств

и, помимо анализа жизненной ситуации и рекомендаций, предполагает непосредственное вмешательство в эти обстоятельства посредством оказания правовой, финансовой, вещевой и даже продуктовой помощи кризисным семьям.

*Медицинская модель* помощи предполагает, что в основе семейных трудностей лежат болезни, болезненные состояния или болезненное развитие, оказывающее негативное ограничивающее влияние на возможности социальной адаптации и личностной самореализации членов семьи. В рамках данной модели координируются усилия соответствующих специалистов, направленные прежде всего на устранение выявленных патологий развития и излечение болезней.

*Психологическая (коррекционно-психотерапевтическая) модель* помощи предполагает, что причины тех или иных проблем или неблагополучий в семье лежат либо во внутрисемейном общении, либо в личностных особенностях членов семьи. И то и другое рассматривается не как следствие болезни кого-либо из членов семьи, а как закономерное, хотя и негативное, следствие личностного самораскрытия членов семьи и развития семьи в целом. Психологическая модель фокусируется на коррекции и терапии семейных отношений для устранения возникшей дисгармонии. Данная модель предполагает системный анализ семейной ситуации, включая анализ личности каждого ее члена и создание на его основе «диагноза», который позволяет психологу-консультанту (психотерапевту) найти решения, приемлемые для всей семьи. При этом специалист должен отыскать и усилить внутренние (духовно-психологические) ресурсы семьи в целом и ее отдельных членов. Необходимо использовать эти ресурсы для того, чтобы члены семьи научились самостоятельно и уверенно справляться с возникающими затруднениями. Психологическая (коррекционно-психотерапевтическая) модель помощи используется прежде всего в работе практических психологов и психотерапевтов.

Как правило, содержание психологической помощи заключается в обеспечении членов кризисной семьи эмоциональной, смысловой поддержкой, которая особо необходима в кризисных ситуациях. В целом в процессе проведения систематических встреч с кризисной семьей психолог осуществляет по отношению к ней ряд важнейших функций:

- *поддерживающую функцию*. Консультант обеспечивает психологическую поддержку, которая отсутствует или приняла искаженные формы в реальных семейных отношениях;

- *посредническую функцию*. Психолог-консультант в роли посредника в возникающих семейных конфликтах содействует восстановлению нарушенных связей членов семьи с внешним миром;

- *функцию обучения*. Консультант может способствовать развитию у всех членов семьи навыков общения, приемов саморегуляции, самопознания;

– *функцию развития*. Психолог помогает членам семьи в развитии основных социальных умений и навыков, таких как навыки внимательного отношения к другому, понимание нужд окружающих, умение оказывать поддержку и решать конфликтные ситуации, умение выражать свои чувства и понимать чувства других людей. Консультант также способствует поиску ресурсов семьи, позволяющих каждому из ее членов осознать и использовать возможности для саморазвития;

– *информационную функцию*. Эта функция основана на дидактическом изложении информации о психическом здоровье и нездоровье, о норме и ее вариантах, а также на советах, предложениях, руководстве, которые консультант предлагает семье или ее отдельным членам.

Для более углубленного понимания целей и задач семейного консультирования каждый специалист должен научиться отвечать на пять основных вопросов (И.Г. Малкина-Пых, 2006):

1. В чем суть процесса, возникающего между человеком (или семьей), который оказался в трудной ситуации и обратился за помощью (клиентом), и человеком, оказывающим эту помощь (консультантом)?

2. Какие функции должен выполнять в консультативном процессе психолог, какие личностные черты, установки, знания и умения необходимы ему для успешного выполнения своих функций?

3. Какие резервы, внутренние силы клиента (семьи) могут быть актуализированы в ходе консультирования?

4. Как на процесс консультирования влияют особенности жизненной ситуации клиента (семьи)?

5. Какие приемы и техники может использовать специалист в этой ситуации?

Рассматривая более детально групповое семейное консультирование, необходимо отметить, что данный вид психологической помощи предполагает организацию работы двух типов групп: гомогенных (родительских, детских, групп для матерей и др.) и гетерогенных, используемых на определенных этапах работы с семьей и чаще всего принимающих форму совместных занятий родительских и детских групп.

Как показывает опыт, психологическая помощь оказывается более эффективной, когда с семьей работает команда специалистов (2–4 человека). Работа в команде позволяет избежать ряда «ловушек», связанных со спецификой работы с семейной системой, например, соблазна присоединиться и образовать коалицию с одним из членов семьи. Однако сколько бы специалистов не было задействовано в консультативном процессе, каждый из них должен строго придерживаться универсального алгоритма работы с кризисной семьей.

#### **Универсальный алгоритм работы с кризисными семьями:**

1. Создание «рабочего альянса» и отношений доверия.

2. Сбор информации о семье, позитивное переформулирование запросов членов семьи в задачи.
3. Исследование ресурсного поля и потребностей семьи, эмоциональное отреагирование – «поделиться нагрузкой».
4. Совместное планирование целей и способов стабилизации семьи.
5. Реализация совместного плана действий и закрепление достигнутых результатов.
6. Мониторинг изменений в функционировании семьи и отсроченных эффектов.

### **Содержание коррекционно-развивающей работы семейного психолога с детьми и родителями из кризисных семей**

Как уже было сказано выше, низкая компетентность молодых родителей в вопросах воспитания и общения с детьми может стать одной из главных причин возникновения кризисных процессов в семье. Поэтому в рамках комплексной поддержки кризисной семьи зачастую требуется подключение семейного психолога для проведения специальных коррекционно-развивающих занятий с обязательным участием как детей, так и родителей. Как правило, такие занятия начинаются с первичной диагностической работы с детьми, в ходе которой опытный психолог быстро входит в контакт со всеми взрослыми членами семьи. При этом в семейном консультировании часто допускается эклектический подход, сочетающий различные концепции и практические методы (такие как когнитивно-бихевиористский, гуманистический, телесно-ориентированный, арт-терапевтический и др.). Это позволяет психологу применять стратегию гибкой подстройки и принимать решения, ориентируясь на промежуточные результаты, полученные в процессе консультирования.

В контексте кризисной поддержки одной из важнейших задач психолога является подбор специальных игр для коррекционной работы с ребенком, исходя из его индивидуальной ситуации развития. В качестве основных средств коррекции поведенческих нарушений могут быть использованы следующие виды психотерапевтических игр: *сюжетно-ролевые и режиссерские, игры-эстафеты, ситуативные игры-знакомства, игры на установление доверительных отношений в коррекционной группе, психогимнастические игры-этюды, театрализованные игры-сказки, игры-коммуникации, игры с рисунками и другими продуктами творческой деятельности детей* и т.п.

Как вспомогательные средства коррекции могут использоваться *игры-забавы, подвижные и спортивные игры; игры-эстафеты и игры-развлечения, телесно-ориентированные упражнения на релаксацию.*

Выбор игр осуществляется в зависимости от индивидуальных особенностей и проблемы ребенка, этапа коррекции, общего подхода специалиста к построению коррекционной работы. Выбираемые в каждом случае игры не должны представлять собой хаотичный набор, они должны быть структурированы в соответствии с целью и задачами в единую четкую программу действий на основании принципа «от простого к сложному».

Накопленный к настоящему времени практический опыт позволяет выделить целый ряд игр и игровых техник, которые успешно применяются семейным психологом в форме как индивидуальной, так и групповой коррекционной работы с детьми в целях преодоления у них психологических травм, поведенческих нарушений и развития эмоционально-волевой сферы.

1. *Спонтанные игры.* Носят преимущественно диагностический характер. Ребенку предоставляется самому выбирать игрушки, сюжет и конкретные игровые действия; специалист выступает в роли наблюдателя, который может лишь иногда вмешиваться в игру, задавая уточняющие вопросы. Как правило, темой спонтанной игры становится или сюжет, позволяющий ребенку снять психоэмоциональное напряжение, или актуальная в настоящее время проблемная ситуация из жизни ребенка. Спонтанная игра позволяет, во-первых, установить доверительный контакт между специалистом и ребенком, а во-вторых, выявить наиболее значимые в жизни ребенка проблемы. Спонтанную игру можно применять в работе как с мальчиками, так и с девочками.

2. *Сочинение историй с игрушками.* Специалист предлагает ребенку конкретные игрушки и определяет сюжет будущей игры («Семья», «Один день в школе», «Я и брат» и т.п.). Ребенок сочиняет и разыгрывает в так называемой режиссерской игре (когда он сам говорит и действует за всех персонажей) историю на предложенную тему. Усложненным вариантом этой техники может быть игра с поочередным предъявлением игрушек ребенку. Специалист достает игрушки из закрытой коробки по одной, ребенок не знает заранее, какие игрушки лежат в коробке и в каком порядке они будут ему предъявлены. Это позволяет развивать воображение ребенка и умение спонтанного реагирования. Еще одним вариантом может быть дополнительное задание, например: «Сочини такую историю о тебе и твоём друге, которая учит чему-нибудь важному». Специалист внимательно слушает придуманную историю, а потом может пересказать ее ребенку в виде сказки. По результатам игры можно провести обсуждение по вопросам: «Чему учит твоя история?», «Кто в этой истории был самым счастливым (несчастливым) и почему?», «Можно ли было поступить по-другому?» и т.п. Таким образом, сочинение истории с игрушками выполняет одновременно и диагностическую, и терапевтическую функции. Очевидно, что в данной игре ребенок действует в соответствии со своей половой самоидентификацией, что открывает возможность для выявления, уточнения и расширения его поло-ролевых поведенческих реакций.

3. *Проигрывание реальных жизненных ситуаций.* Такие ситуации могут проигрываться в формате детского театра или с помощью ролевых фигурок, изображающих значимых для ребенка лиц. Ситуации и сюжеты могут предлагаться как самим ребенком, так и специалистом-психологом (на основе диагностики или бесед с родителями). Они выполняют функцию анализа, самоанализа и модификации поведения ребенка, а также расширения его картины мира. В такой ситуативной игре ребенок апробирует большое количество ролей: мамы, папы, дочери, сына, учительницы и т.п. Мальчик или девочка получают возможность выявить особенности поведения человека в зависимости от роли и ситуации и проанализировать особенности поведенческих проявлений, свойственных мальчику/девочке, мужчине/женщине.

4. *Аналитические игры* предназначены для детей более старшего возраста. Наиболее известные из них и интуитивно понятные: «Плюсы и минусы» и «Карта жизни». Они дают ребенку возможность проанализировать свои мысли, чувства и поведение. С их помощью также можно создать столь важные в коррекционной работе ситуации самонаблюдения и самопознания (в том числе половой самоидентификации), которые являются главным толчком к перестройке поведения. Кроме того, аналитические игры развивают эмоциональную чуткость и отзывчивость ребенка, помогают ему глубже понять эмоциональный мир близких людей.

5. *Игры на релаксацию и игры на эмоциональное реагирование.* Такие игры создают у ребенка новый опыт наблюдения за собственным телом и эмоциями. Они помогают формировать навыки саморегуляции эмоциональной сферы через последовательное освоение состояний тела и души. Выбирая игровую технику для релаксации и эмоционального реагирования, важно учитывать особенности поведенческого нарушения ребенка. Для замкнутых детей могут быть полезны игры, задействующие крупную моторику, помогающие приобрести уверенность в себе через свободу движений. Для импульсивных лучше использовать техники, развивающие координацию движений, навыки саморегуляции и концентрации, поскольку шумные и очень подвижные игры провоцируют у таких детей неуправляемые всплески активности. При использовании данных игр необходимо учитывать и половую принадлежность ребенка. Мальчики в большей степени предпочитают подвижные игры со спортивными элементами, предполагающие активное передвижение в пространстве, имитацию борьбы (бокса) и т.п. Девочкам же больше нравятся игры, основанные на танцевальных техниках, пении и т.п. Эффективность эмоционального реагирования и релаксации во многом зависит от правильности подбора конкретной игровой техники с учетом пола ребенка, а также свойственных ему эмоциональных проблем или поведенческих нарушений.

6. *Игры с элементами сказкотерапии.* Применяются в работе с детьми младшего возраста, уровень развития воображения которых еще не позво-

ляет использовать абстрактные и фантазийные техники, а также при более глубоких эмоциональных проблемах ребенка (страхи, обида, ревность, гнев и т.п.). Специалист читает ребенку уже готовую сказку (сочиненную им самим или подобранную в специальных сборниках, художественной литературе), в которой в аллегорической форме на характерном для сказок символическом языке анализируется проблемная ситуация, сложившаяся в жизни ребенка. Сказка является косвенным средством воздействия, не вызывающим сопротивления со стороны ребенка, так как позволяет ему окунуться в мир фантазии. Поэтому «сказочные» техники эффективны в работе со всеми детьми.

7. *Игровые арт-терапевтические техники.* Такие игры, как «Оживи свой рисунок» или «Пластилиновая душа», направлены на формирование образов и др. Они позволяют разнообразить групповые и индивидуальные занятия, а также предоставляют ребенку возможность и средства творческого самовыражения. Подобные техники, во-первых, формируют у ребенка чувство прекрасного, представления о форме и цвете, доставляют ему чисто эстетическое наслаждение благодаря созданию необычных авторских творческих произведений (при этом возможно применение оригинальных материалов: теней для век, папье-маше, пластилина, пальчиковых красок и др.). Во-вторых, проективность арт-терапевтических методик является дополнительной возможностью для более глубокой детальной проработки различных проблемных ситуаций из жизни ребенка, связанных с ними чувств и поведенческих актов, а значит для изменения поведения на основе самоанализа.

При использовании игровой коррекции поведенческих нарушений посредством названных выше игр подопечный ребенок приходит к более адекватному пониманию причин своих проблем и сложностей в своем взаимодействии с окружающими людьми, расширяет свое представление о мире и поведенческий репертуар, формирует половую самоидентификацию, вырабатывает новые умения и навыки реагирования в сложных, проблемных ситуациях.

Параллельно с игровой коррекцией детских проблем в режиме индивидуальных консультаций должна проводиться работа с родителями. Более того, можно и нужно активно подключать родителей к проведению описанных выше игровых техник для осознания ими своих ошибок в воспитании и необходимости выработки грамотной родительской тактики поведения. В процессе такой работы родители станут проявлять больший интерес к информации о возрастных особенностях их ребенка, а также о причинах его нежелательного поведения. Им также может быть предложен ряд практических домашних заданий, предназначенных для развития сенситивности в отношении эмоциональных проявлений детей, умения демонстрировать свое безусловное принятие, тактично выдвигать требования и доводить их до конца.

Эффективность перечисленных игровых техник неоднократно доказана следующими результатами, полученными в ходе индивидуальной и групповой коррекционной работы:

- стабилизация психоэмоционального состояния (уравновешенность позитивный фон настроения, способность к эмпатии и др.);
- развитие навыков самонаблюдения и самоанализа, произвольной регуляции поведения и самоконтроля;
- увеличение вариативности поведенческого репертуара, поведение перестает быть стереотипным, гармонизируются отношения со сверстниками (одноклассниками и друзьями во дворе) и взрослыми (родителями, учителями).

Таким образом, игровые техники играют важную роль в процессе комплексной реабилитации кризисной семьи, поскольку не только дети из таких семей, но и взрослые весьма позитивно реагируют на коррекционную работу, построенную на совместной игровой деятельности. В ходе игровой терапии не только быстрее решаются такие поставленные задачи, как преодоление различных видов поведенческих нарушений у детей, но и происходит возрастание осознанности поведения и воспитательных стратегий у самих родителей.

Следует отметить, что как процесс игровой психотерапии, так и иные виды коррекционной работы подчиняются определенной закономерности изменений, происходящих в семье, переживающей кризис. Эти изменения во многом являются результатом последовательной работы специалистов, которая в идеале должна состоять из всех указанных ниже *этапов*:

1. Выявление и коррекция представлений членов семьи о причине и характере переживаемых ими трудностей.

2. Уточнение фактов семейной жизни, ее динамики. Анализ семейной истории для адекватного понимания сложившейся ситуации.

3. Получение семьей обратной связи от консультанта, включающей сообщение о том, как консультант понимает проблему, отражение его собственных чувств и переживаний, поддержку семьи в ее желании получить психологическую помощь.

4. Определение проблемного поля семьи. На этом этапе осуществляется идентификация проблем данной семьи; выдвигаются предположения относительно причин возникших трудностей, механизмов их возникновения и развития; при необходимости собираются дополнительные сведения для проверки выдвинутых гипотез. Итогом данного этапа является согласование представлений психолога и членов семьи об имеющихся проблемах и постановка реалистичных целей.

5. Проработка наиболее значимых чувств и представлений членов семьи, связанных с переживаемым кризисом.

6. Идентификация альтернатив. На этой стадии выясняются и открыто обсуждаются возможные альтернативы решения проблем. Консультант

побуждает членов семьи проанализировать возможные варианты, помогает выдвинуть дополнительные альтернативы, не навязывая своих решений.

7. Планирование. На этой стадии осуществляется критическая оценка выбранных альтернатив. Консультант помогает семье разобраться, какие альтернативы подходят и являются реалистичными с точки зрения предыдущего опыта и настоящей готовности измениться. Проверка реалистичности выбранного решения (ролевые игры, «репетиция» действий и др.).

8. Деятельность. На этом этапе происходит последовательная реализация плана решения проблем семьи, особую важность приобретает поддержка консультантом членов семьи.

Последовательное прохождение указанных этапов – от первичного установления ключевых фактов семейной жизни до успешной реализации намеченной программы антикризисных действий – может быть осуществлено только при условии наличия у специалистов соответствующей квалификации и практического опыта общения с кризисными семьями.

В последние десятилетия замечено увеличение в молодых семьях числа детей с различными нарушениями эмоционально-волевой сферы и задержкой в развитии познавательных функций. Зачастую молодые родители, сталкиваясь с такими проблемами, не могут решить их самостоятельно и остаются без должного внимания со стороны соответствующих служб и центров. Поэтому в методическом арсенале каждого социально-психологического центра должны быть программы коррекционных упражнений, предназначенных для работы с детьми, имеющими наиболее типичные нарушения в психическом или речевом развитии. Как известно, дети, страдающие теми или иными нарушениями развития, наиболее уязвимы в ситуациях глубокого семейного кризиса. Зачастую экономические проблемы молодых семей не позволяют им оплачивать дорогостоящие программы, направленные на психолого-педагогическую коррекцию выявленных у детей нарушений. При этом молодые родители порой совершают очень много ошибок при воспитании таких детей, а потому нуждаются в перестройке своих подходов и методов воспитания, что требует проведения специальных занятий с ними. Но чтобы родители освоили соответствующие воспитательные умения, специалисты должны показать им на собственном примере приемы коррекции эмоционально-волевой сферы и пути обучения детей «с особыми образовательными потребностями».

Ниже представлена примерная структура коррекционно-развивающих занятий с детьми старшего дошкольного возраста, страдающими от синдрома гиперактивности и дефицита внимания (СДВГ). В данной программе описана последовательность групповых занятий для детей, страдающих от СДВГ и имеющих соответствующую симптоматику: расторможенное поведение, частые вспышки агрессии, низкая степень самопринятия, тревожность и враждебность к сверстникам и взрослым, ко всему окружающему миру.

При этом у большинства таких детей часто отмечаются эмоциональная лабильность и неустойчивость, а также сомнения и неуверенность в себе. СДВГ – это достаточно сложная проблема, поэтому такая программа требует длительных коррекционных мероприятий и зачастую сопровождается медикаментозным лечением. Немалое значение в ней имеют элементы игровой терапии, которые важны для включения гиперактивных детей в коррекционный процесс. Вместе с тем в таких программах не менее важен последовательный, поэтапный процесс усложнения задания при оказании им психологической помощи. Коррекционную программу для группы детей с синдромом гиперактивности специалисты центра выстраивают на «цепочках» игр, требующих напряжения, сосредоточения или произвольного распределения внимания. При этом в ряде случаев до минимума снижают требования к самоконтролю импульсивности и не ограничивают двигательную активность. В процессе построения тренинговых коррекционных занятий специалисты учитывают тот факт, что не следует перенапрягать организм и психику ребенка, страдающего СДВГ. Так, например, развивая усидчивость, не стоит одновременно требовать от него активного внимания и подавлять импульсивность. А задания, направленные на контроль эмоциональной импульсивности, не должны ограничивать ребенка в двигательной (мышечной) свободе и могут допускать определенную долю рассеянности внимания.

Ниже приводится краткое описание наиболее успешно апробированных на практике игровых упражнений, которые могут быть встроены в предложенной последовательности в коррекционные групповые занятия с детьми и их родителями. Все эти упражнения направлены либо на развитие произвольного внимания, либо на формирование усидчивости, поэтому они являются взаимодополняющими и могут составлять структуру единого игрового сюжета.

### **Подвижные игры на развитие произвольного внимания (устойчивости, переключения, распределения объема)**

*«Иди и стой».* Группа двигается под музыку по комнате. При остановке музыки все должны тотчас замереть на месте. Затем в этой фазе оцепенения даются новые задания для различных видов движения, выполнение которых начинается с началом музыки: двигаться, как карлик, великан, футболист, машина, медведь и т.д. После каждого задания на движение следуют остановка музыки и фаза замирания.

*«Самый ловкий наездник».* По залу расставляются в случайном порядке стулья. «Наездники» садятся на них лицом к спинке. Когда заиграет музыка, все встают со стульев и начинают скакать по залу, подражая движениям лошади. В это время ведущий убирает один стул. С окончанием музыки дети должны сесть на стулья, но обязательно лицом к спинке. Оставшийся без стула выходит из игры (используется мажорная музыка).

*«Спляшем мы еще разок».* Дети встают в круг парами лицом друг к другу так, чтобы получилось два круга: внутренний и внешний. Дети хором произносят слова и делают соответствующие движения: «Вместе все похлопаем: / Раз-два, раз-два-три, / Спляшем мы еще разок, / До свидания, дружок!». С последними словами дети, как бы прощаясь, машут друг другу руками и меняются партнерами: внешний круг передвигается по часовой стрелке, а внутренний остается на месте. Текст и движения дети повторяют уже с новыми партнерами. Таким образом, каждый ребенок побывает в паре со всеми другими детьми (рифмовка разучивается заранее).

*«Сова».* Маленький коврик превращается в «гнездо». Дети выбирают водящего – «Сову», который садится в «гнездо» и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит: «Ночь!». «Сова» открывает глаза и начинает летать. Все играющие должны замереть. Тот, кто пошевелится или засмеется, становится «Совой». Игра продолжается.

*«Кто что любит делать».* Дети встают в круг. Затем по очереди выходят в центр круга и показывают (без слов), что они любят делать. Остальные угадывают, что было загадано. Каждый ребенок должен показать хотя бы по одному разу задуманное им (мы использовали спокойную музыку).

*«Живые песенки».* Из группы детей выбирают одного – это «Певец». Ведущий сообщает «Певцу» только первую строчку известной всем песни. «Певец», не произнося ни звука, используя мимику, жесты, подручные предметы, должен инсценировать первую строчку песни. Дети угадывают или название песни, или первую строчку.

*«Запомни-ка!».* На столе располагаются различные предметы (не больше 15). Игрокам дается три секунды, а затем предметы накрываются тканью. Дети должны назвать все предметы, находящиеся под ней.

### **Игры, направленные на формирование усидчивости**

*«Очертания тела».* Группу разбивают на пары. Каждая пара получает полосу бумаги по размеру тела и мелки. Один игрок из пары ложится на бумагу, а другой очерчивает его тело мелком. Игрок должен пролежать как можно дольше, не нарушив контур. Игроки меняются ролями.

*«Шумовой рай».* Используется кассета, на которой записаны различные шумы: пение птиц, ветер, плеск воды, шум листьев. Участники игры подыскивают себе удобное место, садятся или ложатся. Затем проигрывается кассета. Детям предлагается закрыть глаза и отдохнуть, а потом поделиться тем, что они представляли под эту музыку.

*«Парящие шары».* Участники вместе ложатся на пол на спину на расстоянии не более одного метра друг от друга. Им дается большой надувной шар, который поддерживается ногами в воздухе и передается по кругу. Ведущий следит за тем, чтобы шар не уходил за контур расположения участников игры и при необходимости удерживает его от падения.

Описанные упражнения могут продуктивно дополняться другими видами групповых занятий в целях сбалансированного распределения различных видов активности детей.

Представленные выше материалы отражают лишь малую часть достаточно длительного по времени и многогранного опыта, накопленного специалистами центра социальной помощи семье и детям. Правила работы с клиентами, разработанные рекомендации по организации оперативной консультативной поддержки и апробированные упражнения позволяют расширить методический ассортимент всех сотрудников служб, отделов и иных структур, работающих с кризисными семьями. Общий обзор структурных и методических аспектов описанной работы может быть полезен всем, кто стремится составить для себя некую общую картину оказания помощи кризисной семье. На его основе молодые специалисты могут не только систематизировать этапы работы с членами семьи, но и разработать собственную адаптированную или модернизированную авторскую модель поддержки кризисных семей с момента их первого обращения до момента завершения реабилитационного процесса.

## **Резюме**

Современное общество пока не выработало механизмов действенной профилактики семейных кризисов. Поэтому в ближайшие годы вряд ли сократится количество кризисных семей, нуждающихся в эффективной психологической помощи. Одним из парадоксов общественной жизни является то, что, с одной стороны, проблематика семейных кризисов постоянно находится в фокусе общественного внимания, в выпусках телевизионных ток-шоу и популярных изданий, а с другой – кризисные семьи редко получают адекватную оценку и поддержку от окружающих. Не случайно большая часть таких семей предпочитает сохранять «закрытый» режим функционирования. Однако при этом клубок возникающих в семье проблем и противоречий постепенно нарастает до критического уровня, достижение которого приводит к необратимым последствиям в виде разводов, измен или семейного насилия.

В такой ситуации для семьи большое значение имеет возможность получения своевременной и квалифицированной психологической помощи. Без комплексной диагностики и анализа возникших проблем со стороны психолога и иных специалистов по семейным отношениям члены кризисных семейных оказываются не в состоянии адекватно воспринимать их причины и последствия. При этом не секрет, что далеко не все из них с энтузиазмом принимают даже корректные, тщательно выверенные и адресные психотерапевтические «вмешательства», как и любые другие попытки

вмешаться в их жизнь со стороны кого бы то ни было. Тем не менее растущая статистика и анализ терапевтической практики показывает, что многие «неразрешимые» кризисные состояния имеют типичные причины и повторяющиеся сценарии развития. Разрешение их вполне по силам современным психологам при наличии у них достаточной профессиональной подготовки и опыта ведения консультативной работы.

Одним из эффективных направлений психологической работы с кризисными семьями являются групповые тренинги (направленные на развитие эмпатии, эмоциональной саморегуляции, навыков общения и т.д.), а также периодические встречи в группах самопомощи, в которых семьи с аналогичными проблемами обмениваются опытом их решения. В последнее время активно развивается и такая форма психологической помощи, как дистанционное консультирование. И, конечно, эффективность психологической поддержки кризисных семей во многом зависит от психологической зрелости, искренности и силы желания в первую очередь их взрослых членов приобретать недостающие им знания и умения и повышать свою осведомленность в практических сферах и вопросах семейной психологии, педагогики или медицины.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

---

В условиях затянувшегося демографического кризиса комплексная подготовка молодежи к браку и семейной жизни должна стать одним из главных направлений воспитания молодого поколения в рамках реализации активной демографической политики. Она представляет собой целенаправленный процесс психологической, теоретической, методологической и практической подготовки юношей и девушек, направленный как на расширение их представлений о браке и семье, так и на освоение ими необходимых умений и ролей, востребованных в каждой семье.

Социально-психологические и педагогические аспекты такой подготовки, изложенные в первых трех главах, состоят в активном формировании жизненной позиции будущего семьянина, что обеспечивает устойчивость брака, выработку установок на ответственное родительство. С учащимися проводится систематическая целенаправленная подготовка к семейной жизни с помощью учебной и внеучебной работы, деятельности различных неформальных объединений, а также путем оказания помощи семье, формирования общественного мнения взрослых и молодежи о высочайшей ценности семьи для общества и для каждого человека в отдельности. Конечным же результатом такой подготовки должна стать позитивная готовность к семейно-брачным отношениям.

Наиболее глубокое воздействие на предбрачное поведение юношей и девушек, их критерии выбора потенциального брачного партнера оказывает семья. Характер взаимоотношений между ее членами, эмоциональная атмосфера семьи, активное участие обоих родителей в воспитании детей, наличие у отцов и матерей специальных знаний и педагогических навыков, правильная организация практической деятельности детей и семейного досуга – все это имеет важнейшее значение в воспитании семьянина. Но в воспитании семьянина значительная роль принадлежит и образовательной среде. Поэтому в данном пособии столь значительное место уделено описанию роли ведущего – специалиста при проведении групповых коррекционно-развивающих занятий с молодыми людьми.

Большая часть материалов четвертой и пятой глав пособия предназначена прежде всего для организации и совершенствования психолого-педагогической реабилитационной работы с членами молодых семей. В них также раскрываются практические аспекты организации групповой

и индивидуальной работы специалистов с детьми из кризисных семей. Групповые занятия, специально направленные на работу с молодой семьей, требуют включения всех членов семьи, что часто бывает невозможно сделать по ряду причин. Поэтому на практике более отработаны программы и мероприятия, направленные на помощь детям как самым слабо защищенным членам молодых семей.

### Основная литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие для студентов вузов. 5-е изд. М.: Академический Проект: Альма Матер, 2005.
2. Андреева Т.В. Психология семьи. СПб.: Речь, 2007.
3. Арканцева Т.А., Дубровская Е.М. Полоролевые представления современных подростков как действенный фактор их самооценки // Мир психологии. 1999. N 3.
4. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб.: Питер, 2007.
5. Ди Снайдер. Практическая психология для подростков. М.: АСТ-Пресс, 2001.
6. Ивлева В.В. Психология семейных отношений. Минск: Современная школа, 2007.
7. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога. Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
8. Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры: кн. для учителя. М.: Просвещение, 2001.
9. Кон И.С. Половые различия и дифференциация социальных ролей // Соотношение биологического и социального. М., 1975.
10. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия. 5-е изд. М.: Академический Проект: Гаудеамус, 2005.
11. Мадди С. Теории личности. Сравнительный анализ. СПб.: Речь, 2002.
12. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы. М.: Эксмо, 2004. 483 с.
13. Меньшова А.Ю., Панова О.И., Полякова И.Ю. Как сохранить любовь. СПб.: Речь, 2008.
14. Найк А. Практическая психология для девочек. М.: АСТ-Пресс, 2000.
15. Одинцова М.А. Сказкотерапия для взрослых. М.: Грифон, 2014. 46 с.
16. Основы психологии: практикум / ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Изд. 5-е. Ростов н/Д.: Феникс, 2004.
17. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Академия, 2005.

18. Потапов С., Вакса О. Этикет для подростков. М.: АСТ-Пресс, 2000.
19. Половое воспитание. Учебник. Ростов н/Д.: Феникс, 2001.
20. Правильный выбор: программа формирования у старших подростков социальных установок на здоровый образ жизни / сост. С.М. Чечельницкая, А.А. Михеева, Д.А. Шалаева, Ю.В. Величкина. М.: Фонд «Центр социального развития и информации», 2005.
21. Росс А. Как преодолеть сложности в семейной жизни. Ростов н/Д.: Феникс, 2002.
22. Солдатова Г., Шайгерова Л. Жить в мире с собой и другими. М.: Генезис, 2001.
23. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Ч. 1. М.: Генезис, 1998.
24. Матейчек З. Родители и дети. Магадан: Трамвай, 2011.
25. Гегель Г. Философия права. М.: Мысль, 1990.

### **Дополнительные источники, рекомендованные для изучения**

1. Баркан А.И. О чем говорят рисунки детей. М.: Этерна, 2014. 207 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб.: Речь, 2003. 144 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Семейная терапия. М.: Эксмо, 2006. 992 с.
4. Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2006. 360 с.
5. Пятницкая Е.В. Психологическая помощь детям и подросткам, переживающим психотравмирующие события: учебно-методическое пособие. Балашов: Николаев, 2008. 180 с.
6. Пятницкая Е.В. Психологическая помощь семьям, переживающим возрастные кризисы у ребенка // Инновационные технологии работы с семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации: региональный опыт социальных преобразований. Саратов: Саратовский источник, 2016. С. 204–207.
7. Пятницкая Е.В. Психология травматического стресса: учебное пособие. Балашов: Николаев, 2007. 140 с.
8. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб.: Речь, 2004. 256 с.
9. Системная семейная психотерапия / под. ред. Э.Г. Эйдемиллера. СПб.: Питер, 2002. 368 с.
10. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии / под общ. ред. Л.И. Вассермана. М.: Фолиум, 1996. 48 с.

**Тест-карта оценки готовности к семейной жизни  
(автор-разработчик Юнда И.Ф.)**

Данный вариант тест-карты представлен по материалам издания: Юнда И.Ф., Юнда Л.И. Социально-психологические и медико-биологические основы семейной жизни. Киев, 1990.

Методика предназначена для определения готовности будущих или молодых супругов к семейной жизни при помощи специально разработанной авторами тест-карты.

Оценка готовности к семейной жизни и на этой основе прогноз благополучия супружества нацелены как на создание прочного брака, так и на совершенствование взаимоотношений молодых супругов в период становления их совместной жизни. Тест полезен как при выработке индивидуальных программ такого совершенствования, так и при подготовке юношей и девушек к семейной жизни.

В тест-карте приведены типичные ситуации, возникающие между супругами в рамках десяти функций семьи (обозначены римскими цифрами: I – создание положительного психоэмоционального фона; II – поддержание уважительных, доброжелательных отношений с родственниками, близкими и друзьями; III – хозяйственно-экономическая функция; IV – производственно-трудовая деятельность; V – налаживание здорового семейно-бытового режима; VI – интимная жизнь; VII – деторождение; VIII – воспитание детей; IX – социальное самосовершенствование; X – постоянное обновление, развитие коммуникабельности).

Данный тест может проводиться со всеми молодыми людьми фертильного возраста вне зависимости от их семейного положения, включая юношей и девушек от 18 лет, потенциальных брачных партнеров, супругов-молодоженов.

Инструкция для респондентов: выберите в каждой из предложенных десяти ситуаций по одному из трех вариантов ответа (П – правильное, В – возможное, Н – неверное):

| Типичные ситуации                                                                                                      | Варианты поведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | П | В | Н |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|
| I. У юноши (девушки) неприятности на работе                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>– недовольство, упреки в нерасторопности, неумении ладить с начальством, решать производственные вопросы;</li> <li>– спокойно-дружеские отношения, иногда с утешением и разделением огорчения, сопереживание;</li> <li>– проявление нежности, стремление успокоить, поддержать уверенность в правоте</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |   |   |   |
| II. Встреча гостей: родителей, родственников и друзей                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– прием простой, без особого энтузиазма, чайный стол с обсуждением семейных проблем и новостей;</li> <li>– прием без всякого энтузиазма, без проявлений признаков должного уважения, в разговоре порой проскальзывает недовольство;</li> <li>– прием в торжественной обстановке, с празднично накрытым столом, любимыми кушаньями гостей, культурно-развлекательной программой</li> </ul>                                                                                                                             |   |   |   |
| III. Совместные покупки, заготовка продуктов                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>– дружное обсуждение планов, в реализации которых все члены семьи принимают посильное, но активное участие;</li> <li>– единоличное принятие решения, один из супругов отдает распоряжения, другой выполняет их;</li> <li>– безучастное отношение к предстоящему, отрицательные высказывания по поводу планов с последующей критикой сделанного, ссорами по этому поводу</li> </ul>                                                                                                                                    |   |   |   |
| IV. «Мне некогда, я работаю»                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>– рассуждения типа: «Работа на работе, а дома время – семье, личной жизни»;</li> <li>– отрицательная, порой раздражительная реакция на производственные проблемы;</li> <li>– отношение к занятости супруга (супруги) понимающее, хотя и без особого интереса к его (ее) профессии</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                          |   |   |   |
| V. Забота об уюте, эстетике быта, чистоте одежды, белья; уборка квартиры, приготовление пищи с учетом различных вкусов | <ul style="list-style-type: none"> <li>– рассуждения типа: «Идеальный порядок в доме – моя мечта, но одна (один) я не в состоянии справиться, нужны помощник и стимул»;</li> <li>– предпочтение самостоятельных занятий домоводством с адекватным восприятием доброжелательной критики и пожеланий, без отказов от полезной помощи;</li> <li>– рассуждения типа: «Признаю, что порядок в доме – хорошо, но заниматься им нет никакого желания, если бы кто-то взял уборку, стирку и приготовление пищи на себя, я была (был) бы очень рада (рад)»</li> </ul> |   |   |   |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| VI. Сексуальные отношения                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– сдержанность и умеренность в достижении сексуального удовлетворения;</li> <li>– сексуальные отношения занимают доминирующее место в семейной жизни, все остальное имеет соподчиненное значение;</li> <li>– половая жизнь отодвигается на задний план, главные интересы сосредоточены на материальном обеспечении, социальном престиже, трудовой деятельности</li> </ul>                                                         |  |  |  |
| VII. Забота о потомстве                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– рассуждения типа: «Поживем для себя, подумать о ребенке не поздно и через несколько лет», «Ребенок в семье нужен, но хочу не более одного»;</li> <li>– желание иметь как можно больше детей;</li> <li>– желание иметь двоих-троих детей</li> </ul>                                                                                                                                                                              |  |  |  |
| VIII. Забота о воспитании детей          | <ul style="list-style-type: none"> <li>– предоставление ребенку возможности самовоспитания, свободы выбора и действий;</li> <li>– стремление к разностороннему (интеллектуальному, психоэмоциональному и физическому) развитию ребенка;</li> <li>– противопоставление интеллектуальных и спортивно-физических наклонностей, курс на одностороннее развитие способностей</li> </ul>                                                                                       |  |  |  |
| IX. Самосовершенствование в рамках семьи | <ul style="list-style-type: none"> <li>– забота о всестороннем развитии каждого, индивидуальное овладение мастерством, выработка активной жизненной позиции;</li> <li>– развитие в кооперации (все только вдвоем, вместе), взаимное ограничение социальной активности;</li> <li>– досуг без целевых устремлений, поощрение свободного времяпровождения</li> </ul>                                                                                                        |  |  |  |
| X. Выбор и развитие коммуникабельности   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– импонирует скромное поведение в обществе, добросовестный труд не связан со стремлением завоевать всеобщее внимание, но ценится умение отстаивать свои позиции;</li> <li>– главным считается умение «не высовываться, быть незаметным в общении вне семьи, а порой и дома»;</li> <li>– стремление совершенствовать манеры поведения и формы общения, утверждать и с достоинством представлять свою семью и себя лично</li> </ul> |  |  |  |

Чтобы определить свою готовность к браку, каждому респонденту (среди которых могут быть женихи, невесты; жены, мужья) порознь надо подсчитать результаты в баллах согласно приводимой шкале оценок для каждого из трех вариантов поведения (во всех 10 ситуациях).

### Шкала оценок вариантов

| Типичные ситуации | Выбранный вариант поведения, баллы |    |    |
|-------------------|------------------------------------|----|----|
|                   | П                                  | В  | Н  |
| I                 | -5                                 | 10 | 15 |
| II                | 5                                  | -3 | 10 |
| III               | 10                                 | 5  | -3 |
| IV                | -3                                 | 5  | 10 |
| V                 | 10                                 | 15 | -5 |
| VI                | 10                                 | 5  | -3 |
| VII               | -5                                 | 15 | 10 |
| VIII              | -5                                 | 15 | 10 |
| IX                | 10                                 | 5  | -3 |
| X                 | 5                                  | -3 | 10 |

**Оценка результатов.** С формальной точки зрения каждый ответ имеет правильное или неправильное значение. К примеру, первый вопрос состоит из трех ответов: первый – П стоит 5 баллов; второй – В стоит 10, третий – Н стоит 15, то есть какой ответ человек выберет, такие баллы и плюсятся. И так по каждому вопросу. Однако во избежание эффекта «соответствия ожиданиям» следует указать респондентам, что в данном опросе нет «правильных» или «неправильных» ответов.

После подсчета все баллы суммируются:

- сумма баллов от 70 до 120 свидетельствует о достаточной подготовленности к семейной жизни;
- об удовлетворенной подготовленности в семейной жизни свидетельствует сумма набранных баллов в пределах 22–70;
- о недостаточной подготовленности к ней – сумма 21 и ниже.

С помощью тест-карты можно попытаться оценить и перспективы благополучия супружеских отношений. Для этого вновь обратимся к представленным в ней типичным ситуациям поведения. Результаты в баллах, подсчитанные порознь (женихом и невестой, мужем и женой), складываются, таким образом выводится общая сумма баллов, отражающая мнение обоих супругов. Затем следует разделить полученную сумму на два, то есть определить среднее арифметическое для супружеской пары:

- если искомый показатель окажется в пределах от 80 до 120 баллов, то прогноз в отношении супружеской гармонии весьма благоприятный;
- от 30 до 80 – благоприятный;
- ниже 30 баллов – малоблагоприятный.

Следует отметить, что положительные результаты отнюдь не являются абсолютными для прогноза семейного благополучия, но они в существенной мере отражают наличие основы для построения дружной, крепкой семьи, что доказывают результаты неоднократно проведенного анкетирования.

**Анкета «Нравственная готовность к браку»  
(автор-разработчик Погодина Е.К.)**

Данная анкета представлена по материалам научного издания: Погодина Е.К. Основы семейной жизни. Учебное пособие. Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2003. 94 с.

Инструкция для респондентов: просим вас ответить на вопросы данной анкеты, направленной на выявление ваших ценностных предпочтений в семейно-брачной сфере. Для каждого вопроса допускается один вариант ответа:

| <b>Вопросы</b>                                                                                                                            | <b>Полностью согласен</b> | <b>Согласен</b> | <b>Трудно сказать</b> | <b>Не согласен</b> | <b>Совершенно не согласен</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------|-----------------------|--------------------|-------------------------------|
| Жизнь стала бы чрезвычайно непривлекательна, если бы люди перестали жить семьями                                                          | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Удача больше важна в благополучии семьи, чем все специальные знания вместе взятые                                                         | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Раннее начало половой жизни наносит ущерб не только здоровью, но и благополучию будущей семьи                                             | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Очень трудно добиться своего, если с супругом (супругой) обходиться мягко, учитывать его состояние, сочувствовать и сопереживать ему (ей) | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Довести порученное дело до конца для меня дело чести                                                                                      | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Конфликты между родителями и их взрослыми детьми непреодолимы                                                                             | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Мне часто удается без труда уладить конфликты между сверстниками                                                                          | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |
| Не следует уступать мужу (жене), отказываться от своих привычек или изменять их, перевоспитывать                                          | 5                         | 4               | 3                     | 2                  | 1                             |

|                                                                                                                                                  |   |   |   |   |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| себя, так как это приводит к потере индивидуальности и подчинению                                                                                |   |   |   |   |   |
| Думаю, что поговорка «Каждый кузнец своего счастья» полностью применима и к семейной жизни                                                       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Я не уверен, что семья приносит большое удовольствие в жизни                                                                                     | 5 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| Если у человека есть доброта и такт, значит, для семейной жизни есть очень многое                                                                | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Если семья складывается не так хорошо, как рисовалось в мечтах, то никакие меры не предотвратят ее распада, поэтому лучше сразу разойтись        | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Я всегда стараюсь понять своих родителей и, если убеждаюсь в правоте их требований, подчиняюсь им                                                | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Некоторая беспечность и легкомыслие человека даже укрепляет семейную жизнь                                                                       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Тот, кто считает себя вполне подготовленным к семейной жизни, скорее всего, переоценивает себя. Всегда есть чему поучиться и что изменить в себе | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Нет необходимости, общаясь с представителями противоположного пола, проявлять особую деликатность и предупредительность                          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

Интерпретация результатов: анкета позволяет выявить уровень нравственной готовности к семейно-брачным отношениям. Для удобства подсчета баллов следует сразу написать два столбика чисел: от 1 до 15 – нечетные и от 2 до 16 – четные. Затем проставить против номера высказывания соответствующую ему оценку. Потом подсчитать сумму для нечетных номеров – первый столбец (С1) и сумму для четных номеров – второй столбец (С2).

Результат определяется по формуле:  $K = (32 + C1 - C2) : 64 \times 100 \%$ .

Если К:

- меньше 50 % – низкая нравственная готовность к семейной жизни;
- 50–80 % – средняя нравственная готовность к семейной жизни;
- 81–100 % – высокая нравственная готовность к семейной жизни.

После проведения анкетирования требуется организовать обсуждение полученных результатов с респондентами. При этом следует обратить внимание юношей и девушек (будущих молодых супругов) на необходимость последовательной и терпеливой проработки слабостей характера и преодоления тех негативных черт личности, которые находятся в тесной взаимосвязи с уровнем нравственного развития человека, а значит, с его готовностью к брачным отношениям и семейной жизни в целом.

**Проективная диагностическая методика  
«Совместное комментирование семейных сюжетов»  
(авторская разработка Малюченко Г.Н.)**

Проведение методики в рамках комплексной программы подготовки молодежи к брачно-семейным отношениям требует обязательного привлечения квалифицированного психолога, имеющего богатый опыт в проективной психологической диагностике.

Методика «Совместное комментирование семейных сюжетов» (СКСС) предназначена для исследования коммуникаций и отношений к значимым семейным проблемам в стабильных добрачных и супружеских парах. Она может проводиться как с теми молодыми людьми, которые уже планируют в ближайшем будущем вступить в официальный брак, так и с теми, кто еще не определился со своими планами, но уже имеет стабильные внебрачные отношения с партнером. Возможно также проведение методики для семей с детьми, включая расширенные семьи, имеющие межпоколенческие сегменты отношений.

В основе данной методики заложены те же принципы организации диагностики и интерпретации полученных данных, которые действуют в известной диагностической методике «Совместный тест Роршаха» (СТР), которая уже не один десяток лет применяется для диагностики внутрисемейных отношений. Также как и СТР, данная методика построена на парадигме отражения интрапсихических проблем и искаженных коммуникаций в процессе совместного толкования респондентами изображений, представленных на диагностических картах. В данной методике на картах отображены не абстрактные пятна, а типичные сюжеты семейной жизни, что позволяет выявить различия и совпадения в отношении респондентов к различным сферам семьи и брака. При этом респонденты проецируют в своем восприятии и толковании этих сюжетов значительную часть тех страхов, защитных реакций, личных амбиций и т.п., которые препятствуют построению семейной гармонии, вызывают конфликты и кризисы в браке. В ходе проведения данной методики также часто выявляются искаженные коммуникации в паре, которые:

а) могут отражать травматический опыт партнеров, их страхи, стремление к доминированию, а также неразрешенные внешние и/или внутренние конфликты;

б) могут быть следствием неосознаваемой психологической несовместимости партнеров.

Методика СКСС также имеет и коррекционный потенциал, поскольку ее применение показывает, как неизбежные индивидуальные различия супругов (например, в распознавании эмоциональных состояний другого, в уровне креативности и т.д.) проявляются при необходимости поиска совместных ответов. Проведение СКСС показывает, как партнеры воспринимают уникальность, аутентичность мышления и мировосприятия друг друга, насколько развита способность к эмпатии, готовность к гибкому поиску совместных решений и взаимным уступкам.

**Порядок проведения теста:** все карты предъявляются испытуемым в строгой последовательности, в соответствии с их нумерацией с первой до восьмой. Испытуемых просят внимательно изучить сюжет каждой картинки и провести следующую работу:

1. Дать исчерпывающее совместное описание того, что изображено на картинке.

2. Совместно определить и записать: о чем думает и что чувствует/переживает согласно сюжету женщина.

3. Совместно определить и записать: о чем думает и что чувствует/переживает согласно сюжету мужчина.

4. На основании высказанных и записанных предположений придумать для картинки любое совместное название, отражающее представленный сюжет или символизирующее текущее состояние семьи.

Если испытуемые выражают затруднения при выполнении указанных заданий, следует дать им время на размышление, но нельзя давать им свое видение сюжета, подсказки, задавать наводящие вопросы и т.п. При этом все обсуждения и комментарии испытуемых должны записываться специалистом, проводящим диагностику для последующей интерпретации с помощью инструментов и критериев, используемых в СТР. Однако исследователь не должен часто отвлекаться на записи ответов испытуемых. Он может попросить испытуемых записывать все свои версии на отдельных листах бумаги. При этом он может делать краткие записи по каждому сюжету.

Желательно, чтобы все четыре задания выполнялись совместно, но если в паре возникают непреодолимые разногласия относительно того или иного сюжета, испытуемым следует отдельно записать собственные варианты.

При всех отличиях двух методик (СКСС и СТР), методика проведения СКСС и интерпретации данных основана на длительном, продуктивном опыте использования с семьями СТР. Все принципы интерпретации, основанные на длительном опыте использования СТР, могут быть перенесены для использования в данной диагностической методике.

**Порядок предъявления карт-сюжетов:** всего в ходе теста предъявляется восемь карт, изображающих в виде силуэтов детей и взрослых типичные сюжеты семейной жизни:

1. Сюжет «Заботы многодетных семей».
2. Сюжет «Совместное ожидание...».
3. Сюжет «Внутрисемейное общение».
4. Сюжет «Разрыв общения и общности интересов...».
5. Сюжет «Выход в люди: готовность к внешним оценкам».
6. Сюжет «Рядом, но не вместе...».
7. Сюжет «Ребенок требует внимания...».
8. Сюжет «На старте совместных решений».

Четыре карты (1, 3, 5, 8-я) с нейтрально представленным семейным сюжетом позволяют выявить степень согласованности видения партнерами типичных сцен семейной жизни. Возможные разногласия могут проявляться в личной оценке партнерами степени позитивности/негативности представленного сюжета.

Две карты (2 и 4-я карты) с сюжетами, имеющими высокую вероятность негативных эмоциональных реакций, позволяют выявить степень согласованности оценки партнеров в отношении конфликтных, проблемных ситуаций. Возможные разногласия касаются ролей и вкладов мужчин и женщин в создание представленных ситуаций.

Две карты (6 и 7-я карты) с амбивалентно представленным сюжетом семейной жизни, в рамках которого мысли, чувства и действия изображенных членов семьи могут получать различные варианты оценок и интерпретаций от явно позитивных до явно негативных.

Критерии оценки совместных ответов и комментариев испытуемых к семейным сюжетам соответствуют принятым в СТР:

- доминантность – совместный ответ содержит ответ только одного члена пары либо каждый партнер настаивает на своем варианте (выс./сред./низк.);

- комбинаторика – совместные ответы часто включают отдельные идеи и элементы из предположений, высказанных каждым партнером (выс./сред./низк.);

- инноватика – появление новых идей/оценок в совместном ответе, не присутствующих в ранее высказанных индивидуальных ответах (выс./сред./низк.);

- подкрепление – ориентация партнеров на совместное создание ответов, взаимоподкрепление индивидуальных оценок, мнений и объединение их (идей) (выс./сред./низк).

Более подробно об этом можно найти в первоисточниках, изданных авторами-разработчиками (BaumanG., RomanM., 1968).

**1. Сюжет  
«Заботы многодетных семей»**



**2. Сюжет  
«Совместное ожидание...»**



**3. Сюжет  
«Внутрисемейное общение»**



**4. Сюжет  
«Разрыв общения и общности  
интересов...»**



**5. Сюжет  
«Выход в люди:  
готовность к внешним оценкам»**



**6. Сюжет  
«Рядом, но не вместе...»**



### 7. Сюжет

**«Ребенок требует внимания...»**



### 8. Сюжет

**«На старте совместных решений»**



## **Принципы и модели интерпретации полученных данных**

Все высказывания испытуемых (а также проявленные ими паравербальные транзакции) определяются по четырем категориям:

1. Облегчающие – в достаточной мере открытые для коррекции, sensitивно отражающие ранее высказанные идеи партнера, творчески их развивающие, облегчающие диалог и взаимопонимание между партнерами.

2. Нейтральные – подчеркнуто безоценочные, отстраненные, основанные на обыденном/стандартизированном восприятии сюжетов и сцен из семейной жизни. Могут скрывать реальное отношение к сюжетам и идеям партнера.

3. Затрудняющие – поспешно озвученные, не вполне корректные по смыслу и содержанию, уводящие от поставленной цели – поиску совместного решения.

4. Разрушающие – искажающие смысл идей и предложений, ранее высказанных партнером. Могут свидетельствовать о явном/скрытом противостоянии партнеров в сфере отношений, затронутых в сюжете.

При интерпретации полученных комментариев к картинкам следует также учитывать возможные проявления у испытуемых партнеров интрапсихических проекций, возникающих при предъявлении типичных семейных сюжетов:

1-й сюжет: отношение к непланируемой беременности, страх потери контроля над жизнью семьи и боязнь возникновения материальных проблем, связанных с рождением детей;

2-й сюжет: отношение к непредсказуемым жизненным событиям, боязнь показать партнеру и семье в целом беспомощность, неспособность решать проблемы в трудных ситуациях неопределенности;

3-й сюжет: отношение к семейным обязанностям и ролям, связанным с воспитанием детей, поддержанием традиционных семейных ценностей и благоприятной эмоциональной атмосферы;

4-й сюжет: отношение к родительским обязанностям и требованиям детей, к рискам, вызванным разрывом общения в паре; оценка факторов, провоцирующих конфликты и распад семьи в целом;

5-й сюжет: отношение к внешним оценкам со стороны знакомых, соседей или коллег, ориентация на мнения значимых лиц, на признание со стороны членов референтной группы и т.д.;

6-й сюжет: отношение к сложным ситуациям – демотивирующим, но вместе с тем требующим проявления инициативы, принятия ответственности и явного доминирования одного из партнеров;

7-й сюжет: отношение к проблемам воспитания детей, к эмоциональным реакциям партнера на детей и возникающим на этой почве разногласиям, а также оценка партнера как родителя и педагога;

8-й сюжет: отношение к необходимости выработки совместных решений проблем, к процессу согласования своих личных действий и интересов с действиями и интересами других членов семьи.

Таким образом, можно отметить, что каждый из восьми сюжетов может дать нам дополнительную информацию не только о характере коммуникаций между испытуемыми – партнерами, но и приоткрыть их отношение к тем или иным чувствительным темам семейной жизни.

Более подробно о принципах и инструментах интерпретации данных можно узнать в публикациях авторов методики СТР (смотрите, например, Loveland N, 1967).

**Коррекционно-диагностическая методика  
«Анализ психологического наследия»  
(авторская разработка Малюченко Г.Н.)**

Данная методика позволяет респонденту провести самостоятельный анализ своего психологического наследия и выявить, кто именно из представителей старших поколений и каким образом влияет на его характер, его судьбу. В основе данной методики два концептуальных положения:

1. На характер и личность каждого человека оказывают значительное влияние представители трех поколений. Отец и мать – первое поколение. Бабушки и дедушки – второе. Прабабушки и прадедушки – третье. При этом каждый из предков привносит в нас свои уникальные черты и качества, которые могут проявляться в большей или меньшей степени.

2. Для того чтобы определить, кто и какое влияние из наших предков оказывает на наши судьбы, мы должны предварительно собрать максимальное количество информации о каждом из них: его личности, характере, увлечениях и т.п. После этого можно приступать к данной методике, строго соблюдая порядок ее выполнения.

**Последовательность анализа психологического наследия от трех поколений:**

1. Возьмите чистый лист формата А3 или А4 и набор цветных карандашей.

2. Впишите себя в центральный круг, а в кружки вокруг своего имени – имена своих родителей. Если для некоторых из ваших предков не подходит форма круга, оформите их с помощью других более подходящих геометрических фигур.

3. Впишите различными цветами имена своих бабушек и дедушек в каждую из специально оформленных геометрических фигур. Рядом с именем предка оставьте место для записи от двух до четырех важнейших личностных качеств этого человека.

4. Постарайтесь как можно более точно определить от двух до четырех ключевых личностных качества, которые присущи каждому из ваших предков. При их записи можете установить также определенную градацию этих качеств для каждого из предков (что в первую очередь, что во вторую и т.д.).

5. В ходе определения ключевых личностных качеств следует двигаться от самых дальних (по времени) из известных вам предков к самым ближним (по времени). При необходимости следует записать, используя разные цвета, как положительные, так и отрицательные ключевые качества вашего предка.

6. Так как этот процесс отражает ваше личное восприятие ключевых качеств предков, вы в целях его объективизации должны вспомнить и записать для себя некие факты и свидетельства из прошлого, подтверждающие ваше мнение.

7. Если в результате различных семейных коллизий у вас есть дополнительные мамы и папы (мачехи и отчимы), то их ключевые качества тоже должны быть определены и записаны (словно они являются вашими кровными родственниками).

8. Теперь следует определить, какие из ключевых качеств ваших предков больше всего передались именно вам. Определите те из них, которые вы культивируете в себе, а также те качества, которые вы не хотели брать от предков, но они так или иначе присутствуют у вас.

9. Разделите свой личный круг (или другой геометрический символ) на соответствующее количество неравных долей в зависимости от степени влияния качеств предков на вашу личность и вашу жизнь в целом.

10. Важное задание для завершения методики: отдельно определите и запишите те личностные качества, которые отсутствуют у ваших предков, но имеют личную значимость и актуальны для вас в вашей настоящей жизни. Данные качества при условии их развития в значительной степени будут характеризовать вас для будущих поколений, определять ваше влияние на них.

Полученные результаты позволяют респондентам не только более четко определять свое психологическое наследие, полученное от предков, но и определять, какие именно уникальные качества и черты личности должны развиваться в своей жизни именно они.

*Учебное издание*

**Малюченко** Геннадий Николаевич,  
**Жуковский** Владимир Петрович,  
**Шанин** Сергей Викторович

МОЛОДАЯ СЕМЬЯ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ФОРМИРОВАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ

Учебно-методическое пособие

В оформлении издания использованы материалы,  
взятые из открытого доступа сети Интернет

Редактор *М.В. Благушина*  
Оригинал-макет подготовила *Т.Г. Петровец*

---

Подписано в печать 04.08.2019. Печать Riso. Бумага IQ allround.  
Гарнитура Times New Roman. Формат 60x84/16.  
Усл. печ. л. 8,83 (9,5). Усл. изд. л. 9,5. Тираж 100. Заказ № 466.

---

Отпечатано в типографии  
ГАУ ДПО «СОИРО»  
410031, г. Саратов, ул. Б. Горная, 1