

Основные понятия психологии семьи

Понятиям «семья» и «брак» даются следующие определения:

Семья – малая социальная группа, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях между людьми, живущими вместе и ведущими общее хозяйство (Соловьев, 1977).

Семья – основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью (Большая советская энциклопедия).

Семья – совокупность лиц, связанных между собою узами родства или брака (Энциклопедия Брокгауза и Ефрона).

Семья – группа людей, состоящих из родителей, детей, внуков и ближних родственников, живущих вместе (толковый словарь Ушакова).

Брак – легитимное признание взаимоотношений мужчины и женщины, которые сопровождаются рождением детей и ответственностью за физическое и моральное здоровье членов семьи.

Типы семьи по В.Ю. Слабинскому:

1. Расширенная семья – включает несколько поколений членов семьи и других значимых взрослых (более далёкие родственники, друзья членов семьи, соседи). Прообраз такой семьи – клан или род.
2. Традиционная или патриархальная семья – состоит из представителей трёх и более поколений, представители которых находятся в тесных психологических и материальных взаимосвязях.
3. Нуклеарная семья - отдельно живущая супружеская пара с ребёнком или без детей. Одна из черт нуклеарных семей – это то, что партнёра любят, но мнением его часто не дорожат. Супруги нередко излишне небрежны, несдержанны и самоуверенны по отношению друг к другу. Это является фактором риска для благополучия нуклеарной семьи. Функции старшего поколения берёт на себя государство, освобождая поколение родителей от ответственности и фокусируя его на труде во благо государства.
4. Неполная семья – нуклеарная семья, где поколение родителей состоит из одного представителя, отца или матери.
5. Функциональное сожительство – отношения пары основываются на договорённости, носящих частный, а не социальный (юридический) характер. Одной из причин сохранения «неформальных» отношений между партнёрами является страх ответственности и желание сохранить свободу (надежда на будущую встречу с идеальным партнёром).

Типы семьи по М.Арутюнян:

1. Традиционная семья – воспитывается уважение к авторитету старших, педагогическое воздействие осуществляется сверху вниз. Основным требованием является подчинение. Итогом социализации ребёнка является способность легко вписаться в «вертикально организованную» общественную структуру. Дети из таких семей легко усваивают традиционные нормы, но бывают безынициативными, не гибкими в общении, действуют исходя из представления о должном.
2. Детоцентрическая семья – главная задача – обеспечение счастья ребёнка. Семья существует только для ребёнка. Воздействие, как правило, снизу вверх (от ребёнка к родителям). Существует симбиоз ребёнка и взрослого. В результате у ребёнка формируется завышенная самооценка, ощущение собственной значимости, но возрастает вероятность конфликта с социальным окружением за

пределами семьи. Велик риск социальной дезадаптации ребёнка при взаимодействии с социальными институтами.

3. Супружеская (демократическая) семья – цель – взаимное доверие, принятие и автономность членов. Воспитательные воздействия – «горизонтальное», диалог равных родителей и ребёнка. В семейной жизни всегда учитываются взаимные интересы. Итогом такого воспитания является усвоение ребёнком демократических ценностей, гармонизация его представлений о правах и обязанностях, свободе и ответственности, развитие активности, самостоятельности, доброжелательности, уверенности в себе, адаптивности и эмоциональной устойчивости. Вместе с тем у таких детей может быть не сформирован навык подчинения социальным требованиям, они плохо адаптируются к среде, построенной по «вертикальному принципу».

По мнению М.Арутюнян инфантилизм молодёжи – прямое следствие массового распространения детоцентрических семей в современном обществе. Причины возникновения детоцентризма она видит в следующем:

- увеличение продолжительности жизни, совместного существования детского и родительского поколений, существование наедине, когда мать – только мать, но не дочь;
- нуклеаризация семьи, уменьшение числа детей; практические связи в совместном труде заменяются эмоциональными;
- отсутствие чётких норм санкционирования отношений между родителями и детьми привело к утрате дистанции между ними;
- изменения в системе образования: до 17 – 22 лет детям необходима материальная помощь родителей.

Термин «нормальная семья» - понятие условное. Можно считать таковой семью, которая обеспечивает требуемое благосостояние, социальную защиту членам семьи, создаёт условия для социализации детей до достижения ими психологической зрелости. «Нормальной семьёй» считают семью, где ответственность несёт муж. «Аномальной» - семью, где муж не несёт ответственности за неё. Если ответственность не несёт никто – это «псевдосемья».

Функции семьи по А.Н. Елизарову:

1. Порождение и воспитание детей.
2. Сохранение, развитие и передача последующим поколениям ценностей и традиций общества, аккумуляция и реализация социально-воспитательного потенциала.
3. Удовлетворение потребностей людей в психологическом комфорте и эмоциональной поддержке, чувстве безопасности, ощущении ценности и значимости своего «я», эмоциональном тепле и любви.
4. Создание условий для развития личности всех членов семьи.
5. Удовлетворение сексуально-эротических потребностей.
6. Удовлетворение потребностей в совместном проведении досуга.
7. Организация совместного ведения домашнего хозяйства, разделение труда в семье, взаимопомощь.
8. Удовлетворение потребности человека в общении с близкими людьми, в установлении прочных коммуникативных связей с ними.
9. Удовлетворение индивидуальной потребности в отцовстве или материнстве, контактах с детьми, их воспитании, самореализации в детях.
10. Социальный контроль за поведением отдельных членов семьи.
11. Организация деятельности по финансовому обеспечению семьи.
12. Рекреативная функция – охрана здоровья членов семьи, организация их отдыха, снятие напряжения.

Семейные обязательства (функции) по В.Ю. Слабинскому:

1. Педагогические обязательства базируются на удовлетворении потребностей в отцовстве и в материнстве, контактах с детьми и их воспитании, в том, что родители могут «реализоваться» в детях. В ходе выполнения воспитательной функции семья обеспечивает социализацию подрастающего поколения.
2. Хозяйственно-бытовые обязательства заключаются в удовлетворении материальных потребностей членов семьи, содействии сохранению их здоровья.
3. Обязательства в эмоциональной сфере – семья гарантирует своим членам удовлетворение потребностей в симпатии, уважении, признании, эмоциональной поддержке, психологической защите. Данная функция обеспечивает эмоциональную стабильность членов общества, активно содействует сохранению психического здоровья.
4. Обязательства духовного (культурного) общения – удовлетворение потребностей в совместном проведении досуга, взаимном духовном обогащении, играет значительную роль в духовном развитии членов общества.
5. Обязательства первичного социального контроля – обеспечение выполнения социальных норм членами семьи, в особенности теми, кто в силу различных обстоятельств (возраст, заболевание и т.п.) не обладает в достаточной степени способностью самостоятельно строить своё поведение в полном соответствии с социальными нормами.
6. Сексуально-эротические обязательства – удовлетворение сексуально-эротических потребностей членов семьи. С точки зрения общества важно, что семья осуществляет регулирование сексуального поведения её членов, обеспечивая биологическое воспроизводство общества.

Семейные роли

Классификация основных ролей в современной семье (Ю.Е.Алёшина):

1. Ответственный за материальное обеспечение
2. Хозяин – хозяйка
3. Ответственный по уходу за младенцем
4. Воспитатель
5. Сексуальный партнёр
6. Организатор развлечений
7. Организатор семейной субкультуры
8. Ответственный за поддержание родственных связей
9. «Психотерапевт»

Литература:

1. Дружинин В.Н. Психология семьи: 3-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 176 с.
2. В.Ю.Слабинский, Семейная позитивная динамическая психотерапия: практическое руководство. – СПб.: Наука и Техника, 2009.

Жизненный цикл семьи

Мотивация брака

5 основных мотивов:

1. Любовь
2. Духовная близость
3. Материальный расчет
4. Психологическое соответствие
5. Моральные соображения (Ковалев, 1988)

Харли выделяет основные ожидания в отношении партнера:

у мужчин – половое удовлетворение, привлекательная жена, спутник по отдыху, ведение домашнего хозяйства, восхищение жены и её моральная поддержка;

у женщин – нежность и забота, возможность поговорить, честность и открытость, финансовая поддержка, преданность мужа семье и выполнение им отцовских обязанностей.

Исследование *мотивов вступления в брак в дисфункциональных семьях* провели отечественные семейные психотерапевты Э. Г. Эйдемиллер и В.Юстицкис. Им удалось выявить следующие мотивы: бегство от родителей, долженствование (вступление в брак из чувства долга), одиночество, следование традициям (инициативе родителей), любовь, престиж, поиск материальных благ, месть.

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

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

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

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

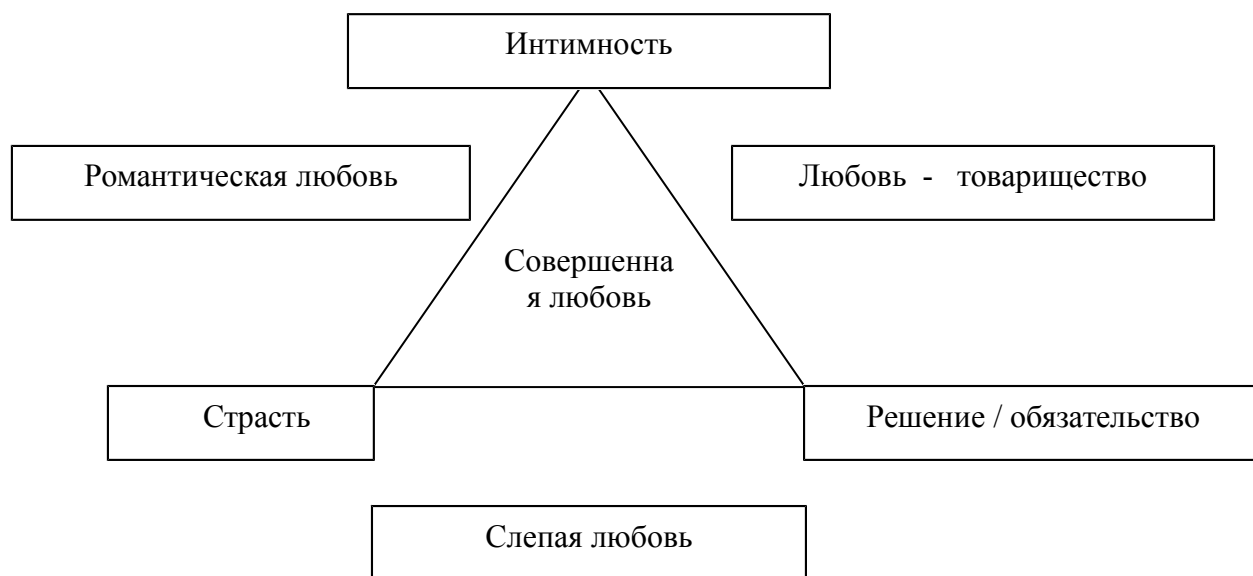
Теории любви и брака

3-ёх компонентная модель любви Г.Стернберга:

Интимность (наличие близких взаимоотношений): желание повысить благосостояние любимого человека, ощущение счастья с любимым, глубокое уважение к любимому человеку, возможность рассчитывать на него, когда это необходимо, взаимопонимание, умение делиться своей собственностью, получение и оказание эмоциональной поддержки, значимость любимого в жизни;

Страсть: романтические отношения, сексуальное влечение, самореализация;

Решение/обязательства: решение человека любит он или нет, обязательство поддерживать эту любовь.



Систематика видов любви

Вид любви	Интимность	Страсть	Решение/обязательство
симпатия	+	-	-
страсть	-	+	-
пустая любовь	-	-	-
романтическая любовь	+	+	-

любовь-товарищество	+	-	+
слепая любовь	-	+	+
совершенная любовь	+	+	+

Теория комплиментарных потребностей (дополняющих потребностей) Р. Уинча основывается на принципе, гласящем, что противоположности притягиваются. Р. Уинч пишет, что в выборе супруга каждый индивидуум ищет того, от кого ожидает максимум удовлетворения потребностей. Влюбленные должны обладать сходством социальных черт и психологически дополнять друг друга. Удовлетворение, вознаграждение и удовольствие рассматриваются как силы, способствующие сближению будущих супругов. Согласно этой теории, например, привлекательной для властного мужчины может быть кроткая женщина, а спокойному и мягкому мужчине нравятся энергичные и прямые женщины.

Теория «стимул–ценность–роль», или «обмен и максимальная выгода», Б. Мурстейна. Она основывается на двух важнейших посылах. Первая заключается в том, что на каждой ступени развития взаимоотношений партнеров прочность отношений зависит от так называемого равенства обмена. Иными словами, происходит своеобразный учет плюсов и минусов, активов и пассивов каждого партнера. Вторая посылка состоит в том, что брачный выбор включает в себя серию последовательных стадий, через которые должны пройти молодые люди.

Первую стадию Б. Мурстейн назвал «стимул». Когда мужчина и женщина видят друг друга впервые, складывается первоначальное мнение по поводу внешности другого человека, его ума, умения держаться в обществе, а также происходит восприятие и оценка тех собственных качеств, которые могут быть привлекательными для другого человека.

Вторая стадия – сравнению ценностей. Партнеры обсуждают свои взгляды на жизнь, брак, мужские и женские роли в семье, на воспитание детей и т.п. Мужчина и женщина либо укрепляют взаимные симпатии, либо, поняв, что у них мало общего, порывают друг с другом.

На третьей стадии – ролевой – партнеры проверяют, соответствует ли ролевое поведение одного ожиданиям другого.

Идея существования нескольких стадий в процессе выбора брачного партнера лежит и в основе *теории «фильтров» А. Керкгоффа и К. Дэвиса.* Первый фильтр – место жительства – отсеивает тех потенциальных партнеров, с которыми человек никогда не сможет встретиться. Затем фильтр гомогамии исключает тех, кто не подходит друг другу по социальным критериям. На последующих стадиях устанавливаются сходство ценностей и совместимость ролевых ожиданий.

«Круговая теория любви» А. Рейса объясняет механизм выбора брачного партнера через реализацию четырех последовательных, взаимосвязанных процессов.

1. Установление взаимосвязи. Имеется в виду легкость общения двух людей, иными словами – насколько «в своей тарелке» они чувствуют себя в обществе друг друга. Это зависит как от социально-культурных факторов (социального класса, образования, религии, стиля, воспитания), так и от индивидуальных способностей человека вступать в контакт с другими людьми.

2. Самораскрытие. Ощущение взаимосвязи с другим человеком рождает чувство расслабления, доверия и облегчает раскрытие себя перед другим. Здесь также большое влияние оказывают социально-культурные факторы.

3. Формирование взаимной зависимости. Постепенно у мужчины и женщины возникает и развивается система взаимосвязанных привычек, появляется чувство необходимости друг другу.

4. Реализация основных потребностей личности, какими, по мнению А. Рейса, являются потребности в любви, доверии, стимуляции кем-либо ее амбиций и др. Развитие чувства любви идет в направлении от первого процесса к четвертому. Безусловно, что пропуск

одного из них негативно сказывается на развитии или стабильности любовных отношений.

Типология стилей любви Джона Алана Ли:

1. Эрос – начинается с сильного физического притяжения, восприятие партнёра как идеального, игнорирование его недостатков, любовь с первого взгляда.
2. Сторге – в переводе с древнегреческого означает любовь притворства, живут по соседству, симпатизируют друг другу и решают создать семью.
3. Людус – любовь-игра. Коллекционирование любовных переживаний, любовь без обещаний.
4. Мания – требование любви от партнёра, зависимость от объекта привязанности, отсутствие уверенности в себе.
5. Прагма – осознанный выбор партнёра в соответствии с вероисповеданием, социальным происхождением, хобби, поиски партнёра – сортировка.
6. Агапе или каритас – самоотверженная любовь человека готового на самопожертвование, забота о благе другого, если человек решает, что партнёру будет лучше с другим, то отказывается от любви.
7. Людистический эрос – довольны жизнью, не хотят сильных любовных переживаний, не испытывают глубоких чувств, но способны помочь партнёру наслаждаться любовью, прекращают отношения, если не испытывают наслаждения.
8. Сторгический людус – жизнь – длинный перечень любовных историй, как правило, имеют супруга, осмотрительные, сдержанные, не высказывают своих чувств и эмоций, сохраняют отношения, если они взаимно удобны, не выносят сцен ревности.

Л.М.Панкова выделяет три стадии любви:

Первая – интерес, симпатия, влечение. Отношения эти могут быть длительными, недоговоренными, романтическими или будничными, но они всегда очень приятные, поднимают настроение, хотя пока ни к чему не обязывают.

Вторая – восхищение, восторженность, влюбленность, страсть. Эти чувства уже создают определенную напряженность и накал, они всегда волнуют, но утомляют, выбивают из ритма, требуют своего разрешения. Страсть либо должна погаснуть, либо получить удовлетворение.

Третья – поклонение, уважение, преданность. Можно испытать страсть как наваждение, но любить не уважая человека нельзя. На этой стадии любовь приводит мужчину и женщину к принятию решения о вступлении в брак.

Однако в психологии имеются исследования, по результатам которых был сделан вывод, что браки по любви не лидируют в списке наиболее стабильных. Например, С.В.Ковалев считает, что семейные союзы, заключенные через службу знакомств, в несколько раз устойчивее, чем браки по любви. Более того, он приходит к выводу, что и ожидание любви, и даже самое ее существование в семье приводят к гибели супружества.

Факторы, влияющие на брачные отношения.

Установлено, что благотворно влияют на брачные отношения: знакомство на работе или в учебном заведении; взаимное положительное первое впечатление; период ухаживания от одного до полутора лет; инициатива брачного предложения со стороны мужчины; принятие предложения после непродолжительного обдумывания (до двух недель); сопровождение регистрации брака свадебным торжеством.

Специальных компенсирующих мер требуют добрачные отношения, имеющие некоторые особенности.

Случайный характер знакомства. Исследования показали, что более 60 % благополучных супругов познакомились на работе или студенческой скамье.

Короткий (до шести месяцев) или долгий (более трех лет) период ухаживания. За непродолжительное время, как правило, молодые люди не могут глубоко узнать друг друга и проверить правильность своего решения вступить в брак, а на протяжении длительного периода ухаживания часто возникают монотонность общения, стереотипность в поведении партнеров, что может привести к охлаждению в отношениях – такая пара либо не создает семью, либо распадается.

Проявление прямой или косвенной инициативы заключения брака со стороны женщины (вынужденное или спровоцированное). В первую очередь речь идет о беременности. Исследования показали, что вероятность распада семей с добрачной беременностью примерно в 2 раза выше по сравнению с другими ситуациями. Это можно объяснить тем, что, во-первых, добрачная беременность нарушает процесс адаптации жениха и невесты к браку. Из нормального хода развития взаимоотношений мужчины и женщины практически выпадает важнейшая стадия развития семьи – освоение новых для себя супружеских ролей. Молодые люди сразу «перескакивают» на следующую стадию семейной жизни, связанную с рождением и воспитанием ребенка. Во-вторых, появление ребенка резко обостряет экономические проблемы, вызывая частые конфликты, напряженность супружеских взаимоотношений, провоцирует принятие решения о разводе.

Возраст будущей пары. Это относится к тем молодым людям, которые спешат или вынуждены по разным причинам сразу после школы выйти замуж или жениться. Наиболее приемлемое время для замужества, по мнению психологов, социологов, 22–23 года. Женская красота достигает своего расцвета, к этому времени закончена учеба, получена профессия. Мужской организм созревает позднее женского: до 25 лет будут расти кости, мышцы, формироваться характер, темперамент. Кроме того, супружество – это начало регулярной половой жизни, часто непосильная нагрузка для неокрепшего мужского организма, и он преждевременно изнашивается. Прибавляются материальные проблемы, сложности быта – у 18–19-летнего мужа может наступить глубокое разочарование в семейной жизни.

В последние годы отмечается тенденция к «взрослению» брачного возраста. Все больше молодых людей стараются получить образование, профессию, иметь материальный достаток и жилищные условия, а потому считают оптимальным для вступления в брак возраст после 25–27 лет. Однако эмпирически доказано, что поздний возраст вступления в брак также является добрачным фактором «риска».

В формировании супружеской пары различают два периода: добрачный (до принятия парой решения о вступлении в брак) и предбрачный (до заключения брачного союза).

Функции добрачного периода отношений:

- накопление совместных впечатлений и переживаний. На этом этапе создается своеобразный эмоциональный потенциал будущей семейной жизни, запас чувств, которые позволят более успешно и менее «болезненно» адаптироваться к ней;
- более глубокое узнавание друг друга и параллельно уточнение и проверка принятого решения о возможности семейной жизни;
- проектирование семейной жизни. Этот момент, как правило, не рассматривается будущими супругами или не осознается ими. Большинство психологов справедливо отмечают, что между партнерами необходим информационный обмен по таким вопросам, как ценностные ориентации и жизненные планы; детали биографии; представления о супружестве; ролевые ожидания и притязания; репродуктивные установки и др.

При изучении личности супругов особого внимания заслуживают такие свойства: экстравертность–интравертность, доминантность–подчиненность, ригидность–гибкость, оптимизм–пессимизм, беспечность–ответственность, рационализм–романтизм, вспыльчивость–лабильность, способность к социальной адаптации.

Не существует ответа на вопрос о влиянии схожести – противоположности и взаимного дополнения личностных черт на гармонию и успешность супружества. В

некоторых случаях полярности положительное влияние оказывает гомогения, в других – комплиментарность, в третьих – противоположность.

На отношения в семье оказывают влияние отношения в родительских семьях супругов. Ребёнок обучается своей будущей супружеской роли, мысленно отождествляя себя с родителем своего пола. Что касается родителя противоположного пола, его образ очень важен при выборе будущего партнёра. Выбор может происходить по сходству или противоположности. Вероятность гармоничного союза между мужчиной и женщиной, по мнению С.Кратохвила, напрямую зависит от сходства моделей семей, из которых происходят супруги.

Два важнейших измерения родительских взаимоотношений во многом определяют успешность брака ребенка. Первым важным измерением является доминирование в семье (кто из родителей «командовал», а кто подчинялся), вторым – общее благополучие (уравновешенность и взаимопринятие) взаимоотношений.

Различают также брак симметричный, комплементарный и ме-такомплементарный. В симметричном браке оба супруга имеют равные права, никто из них не подчинен другому. Проблемы решаются путем соглашения, обмена или компромисса. В комплементарном браке один распоряжается, дает приказания, другой ожидает совета или инструкции. В метакомплементарном браке ведущего положения достигает тот, кто реализует собственные цели путем подчеркивания своей слабости, неопытности, неумелости и бессилия, манипулируя своим партнером.

В.Таман обнаружил тенденцию воспроизводить в своей новой семье место, которое человек занимал среди братьев и сестёр. Старший брат, у которого была младшая сестра, создаёт устойчивый союз с женщиной, у которой был старший брак. Такие браки по статистике разводов являются наиболее прочными. Наихудший прогноз у брака между супругами, которые были единственными детьми в семье. В случае браков по идентичности, когда партнёры занимали одинаковое положение в семье, они лучше понимают друг друга, но плохо сотрудничают. Им лучше работать в разных областях, иметь личную свободу и воспитывать детей параллельно: сыновей – отец, дочерей – мать. Проблема заключается в ролевом конфликте. Оба партнёра конкурируют за одинаковые роли. Удачное взаимодействие возможно лишь тогда, когда каждый делает то, чего другой делать не хочет: если один посвящает время работе, то другой – домашним делам, если один планирует и руководит, то другой берёт на себя исполнительские функции.

Сценарий воспроизводства семьи:

1. дети в качестве образца получают модель супружеских отношений в родительской семье;
2. они проигрывают эти отношения, выступая в разных ролях со старшими и младшими братьями и сёстрами;
3. на основе оценки сходства моделей семьи они выбирают партнёра и воспроизводят ролевые отношения родительской семьи в новой семье.

Л.Беньямин считает, что ребёнок относиться к другим так же, как родители относились к нему. Сам к себе он относиться также, как родители относились к нему в детстве. Ребёнок интериоризирует способы родительского отношения и управления его поведением: доминирование становится жёстким саморуководством, пристыживание – самообвинением и т.д.. Отношения с родителями ребёнок строит на основе 2 основных стратегий:

1. дополнительного поведения: ребёнок реагирует инициативой на предоставление самостоятельности, бегством на преследование;
2. защитного поведения: ребёнок в ответ на отвержение начинает вести себя так, как будто его любят, как бы приглашая родителей изменить своё поведение.

**Периодизации семейных отношений. Жизненный цикл семьи.
Классификация этапов развития семьи (Дюваль, 1957):**

1. Вовлечение (взаимное исследование)
2. Принятие и развитие родительских ролей
3. Принятие новой личности (растет ребенок, новые потребности)
4. Введение детей во внесемейные институты
5. Принятие «подростковости»
6. Экспериментирование с независимостью
7. Подготовка к уходу детей
8. Уход детей, принятие этого факта (жизнь «глаза в глаза», пик разводов)
9. Пенсия
10. Старость и смерть

При анализе стадий развития супружеских отношений выделяются: молодое супружество, супружество среднего возраста и супружество зрелых лет.

Молодое супружество продолжается менее пяти лет. Возраст супругов – от 18 до 30 лет. В этот период они привыкают друг к другу, покупают мебель и предметы обихода, часто не имеют собственной квартиры и живут с родителями одного из них. Со временем появляется квартира, которая постепенно обставляется, строится собственное домашнее хозяйство. Супруги ожидают детей, с рождением которых возникают обязанности, связанные с уходом и заботой о них. В профессиональной области молодые супруги только приобретают какую-либо квалификацию, постепенно они достигают определенного положения, адаптируются к новой семейной обстановке. Жена некоторое время находится в декретном отпуске. Совместная жизнь требует немалых затрат, в том числе психологических, поэтому их материально и «морально» поддерживают родители.

Супружество среднего возраста длится 6–14 лет. В этот период люди экономически активны, занимают стабильное общественное положение и избавлены от необходимости приобретения квартиры, мебели и т.д. В доме уже нет маленьких, дети – школьники становятся все более самостоятельными. Жена помимо обязанностей по дому может значительно больше времени отдавать профессиональной деятельности.

Супружество зрелого возраста наступает после 15 и длится до 25 лет. В семье уже взрослые дети, супруги остаются одни или привыкают жить с их семьями и воспитывать внуков.

Для супружества пожилого возраста характерно снижение производительности труда и увеличение проблем, связанных со здоровьем. Брак, как правило, стабилен. Супруги нуждаются в помощи и боятся потерять друг друга. Отношения между ними такие, какими они сложились в течение долгой совместной жизни. В это время уже тяжело что-либо менять. Сужение социальных контактов иногда усиливает давление на взрослых детей, особенно при совместном их проживании, что может служить причиной возникновения конфликтов. Конфликты между стариками могут служить отражением их конфликта с «молодыми» из-за различного отношения к ним.

Выделяют два основных критических периода в развитии супружеских отношений.

Первый наступает между третьим и седьмым годами супружеской жизни и продолжается в благоприятном случае около года. Его возникновению способствуют такие факторы:

- исчезновение романтических настроений, активное неприятие контраста в поведении партнера в период влюбленности и в повседневном семейном быту;
- рост числа ситуаций, в которых супруги обнаруживают разные взгляды на вещи и не могут прийти к согласию;
- более частые проявления отрицательных эмоций, возрастание напряженности в отношениях между партнерами.

Второй кризисный период наступает примерно между семнадцатым и двадцать пятым годами совместной жизни. Он менее глубокий, чем первый, и может продолжаться несколько лет. Его возникновение часто совпадает:

- с приближением периода инволюции, с повышением эмоциональной неустойчивости, страхами, появлением различных соматических жалоб;
- с возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей;
- с усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу быстрого старения, а также возможного стремления мужа сексуально проявить себя на стороне «пока еще не поздно».

В.Сатир пишет, что по мере роста каждого члена семейного коллектива семья проходит определенные этапы. Все эти этапы сопровождаются кризисом и повышенной тревожностью.

1. Зачатие, беременность и рождение ребенка.
2. Начало освоения ребенком речи.
3. Ребенок налаживает отношения с внешней средой, чаще всего это происходит в школе (в семью проникают элементы «школьного мира нового как для родителей, так и для детей»).
4. ребенок вступает в подростковый возраст
5. Ребенок становится взрослым и покидает дом.
6. Появляются невестки и зятья.
7. Наступление климакса.
8. Уменьшение сексуальной активности у мужчин (психологическая проблема).
9. Родители становятся бабушками и дедушками.
10. Смерть супруга.

Когда три или четыре кризиса происходят одновременно, жизнь становится напряженнее, чем обычно.

Семейные проблемы и конфликты

Классификация конфликтов на почве неудовлетворенных потребностей супругов (В.А. Сысенко, 1983, 1989).

1. Конфликты, размолвки, возникающие на основе неудовлетворенной потребности в ценности и значимости своего «я», нарушение чувства достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительное, неуважительное отношение.
2. Конфликты, размолвки, психические напряжения на базе неудовлетворенных сексуальных потребностей одного или обоих супругов.
3. Психические напряжения, депрессии, конфликты, ссоры из-за неудовлетворенной потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания, понимания юмора, подарков.
4. Конфликты, ссоры, связанные с пристрастием одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и другим гипертрофированным потребностям, приводящим к неэкономным и неэффективным, а порой и бесполезным затратам средств семьи.
5. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из супругов в распределении бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение семьи.
6. Конфликты, ссоры, размолвки из-за неудовлетворения потребностей супругов в питании, одежде, в устройстве домашнего очага и т.д.
7. Конфликты в связи с потребностью во взаимопомощи, взаимоподдержке, в сотрудничестве по вопросам разделения труда в семье, ведения домашнего хозяйства, ухода за детьми.
8. Конфликты, размолвки, ссоры на почве разных потребностей и интересов в проведении отдыха и досуга, различных хобби.

Дэвид Бернс приводит причины отрицательного отношения к себе и жизни, разрушающие эмоциональные качества в семье:

1. Черно-белое мышление.
2. Склонность к обобщениям («Так происходит всегда»).
3. Применение отрицательного фильтра, фиксация на неудачах.

4. Преуменьшение положительных факторов.
5. Привычка делать поспешные выводы на основании «чтения мыслей» и «отрицательного ясновидения».
6. Применение метода «перевернутого телескопа: близкое, доступное преуменьшается, а недостижимое и отдаленное преувеличивается».
7. Восприятие мира исключительно через эмоции.
8. Излишнее увлечение словами: «Я должен», «Я должна».
9. Развешивание ярлыков.
10. Привычка брать на себя вину за события, которые невозможно контролировать.

Факторы, увеличивающие риск развода:

- Конфликтные отношения (развод) родителей одного из супругов;
- Совместное проживание с родителями одного из супругов на их жилплощади, вмешательство родителей;
- Поздний возраст вступления в брак;
- Деидеализация партнёра, нереалистичные ожидания;
- Высокая личностная конфликтность одного или обоих супругов;
- Неравный уровень образования и социального статуса супругов;
- Профессиональная занятость женщины, в том числе «бикарьерная» семья;
- Вынужденное раздельное проживание супругов (командировки, «дистантная» семья);
- Измены, сексуальная неудовлетворённость в браке;
- Отсутствие доверия в семейных отношениях;
- Бесплодие одного из супругов, невозможность иметь детей;
- Добрачные беременности («стимулированные» браки);
- Рождение ребёнка в первые 1-2 года брака;
- Употребление алкоголя и наркотиков, зависимость;
- Эгоистичность обоих супругов;
- Злоупотребление кредитами и ссоры по поводу денежных затрат;
- Ревность, заниженная самооценка и т.д..

Прямые факторы

Стивен Дак выделил 4 фазы распада эмоциональных отношений:

1. Интрапсихическая (внутренняя). У одного или обоих супругов появляется ощущение внутренней неудовлетворённости отношениями. Возможные исходы:

- Смириться и не проявлять свою неудовлетворённость;
- Высказать партнёру своё неудовольствие.

2. Интерпсихическая (диадическая). Партнёры обсуждают свои отношения. Повышается самораскрытие, партнёры экспериментируют. Возможные исходы:

- Перестройка отношений;
- Принятие распада.

3. Социальная фаза. В процесс распада семьи вовлекаются другие люди (родственники, друзья). Факт распада становится всеобщим достоянием. Окружение должно перестать воспринимать супругов как пару. Исход фазы: прекращение социальных контактов.

4. Фаза отделки. Оба бывших супруга перерабатывают полученный опыт внутри себя, создают «картину развода». Возможные исходы:

- Примирение с ситуацией, извлечение позитивных моментов, личного опыта;
- Произошедшее воспринимается как неудача, самообвинение, неврозы.

Фазы распада эмоциональных отношений по Дж.А.Ли:

1. осознание неудовлетворённости;

2. выражение неудовлетворённости;
3. переговоры;
4. принятие решения;
5. трансформация отношений.

Стадии развода по модели Кюблер – Росс:

1. Стадия отрицания;
2. Стадия озлобленности на партнёра;
3. Стадия переговоров;
4. Стадия депрессии;
5. Стадия адаптации.

Стратегии поведения в предразводной ситуации:

1. воинственно-ненавидящая, цель – вернуть супруга любой ценой, средства – шантаж, угрозы;
2. обострение любви, поиск вариантов удержать, привлечь супруга;
3. принятие реальности, отказ от требований немедленно принять решение, ожидание, когда супруг примет самостоятельное решение.

Литература:

1. Артамонова Е.И., Екжанова Е.В., Зырянова Е.В. и др. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / ред. Силяева Е.Г. – М.: Издательский центр «Академия», 2002.
2. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.