

Министерство социального развития Смоленской области

**Смоленское областное государственное бюджетное учреждение
«Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних
«ГАРМОНИЯ»**

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МОЛОДОЙ СЕМЬИ



Вязьма 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1. Теоретико-методические аспекты психолого-педагогической поддержки молодых семей	5
2. Содержание социально-педагогической и психологической поддержки молодой семьи	10
3. Психолого-педагогические принципы и методы поддержки молодых семей в состоянии кризиса	16
3.1. Разновидности семейных кризисов: их причины и психологические характеристики	18
4. Системная диагностика причин и анализ факторов возникновения кризисных состояний в современных семьях	30
5. Комплексная психолого-педагогическая помощь молодой семье в ситуации кризиса	35
6. Универсальный алгоритм работы с кризисными семьями.....	38
7. Содержание коррекционно-развивающей работы семейного психолога с детьми и родителями из кризисных семей	38
8. Заключение	39
Литература	40

Введение

В современном обществе семья является одним из фундаментальных институтов общества, а также малой группой – одной из наиболее стабильных и постоянных ячеек общества. Роль семьи в жизни каждого человека неоспоримо велика: именно семья способствует процессу адаптации и социализации, а также удовлетворению наиболее важных личностных потребностей человека. В семье происходит формирование и развитие личности человека, освоение необходимых социальных навыков, знаний, изучение культурных норм и правил, восприятие общепринятых ценностей и идеалов, необходимых для дальнейшей самостоятельной жизни в социуме. В семье личность может получить необходимую ей поддержку, защиту, взаимопонимание, так как только семья сможет обеспечить выполнение необходимых базовых, основных потребностей, таких как физиологические потребности (питание, отдых и другие), потребность в любви, заботе, потребность в безопасности, защищенности и другие. Данные, полученные в ходе научных исследований, проведенных в настоящее время, доказали, что для полноценного развития личности необходимо семейное воспитание, так как именно в семье удовлетворяются базовые потребности ребенка, формируются положительные жизненные представления. Исследованием семьи и роли семейного воспитания в жизни человека занимались многие ученые, среди которых были П. Ф. Каптерев, К. Д. Ушинский, Н. В. Шелгунов и другие. Исследователи обращали особое внимание на семейное воспитание как на главную обязанность родителей или как самостоятельное и творческое всестороннее развитие личности, при этом отмечалась необходимость изучения семьи как естественной среды для жизни ребенка в ячейке общества.

Семья, являясь составной частью общества, реагирует на его развитие и изменения. В настоящее время в российском обществе осуществляется модернизация важнейших сфер его жизнедеятельности, определяются долгосрочные перспективы социально-экономической политики Правительства Российской Федерации. В соответствии с ними должен установиться приоритет гражданина над государством, когда самореализация каждого члена общества может обеспечить последовательное повышение жизненного уровня населения, укрепление экономической и политической роли страны в мировом сообществе. Объектом и субъектом такой политики является молодежь и молодая семья.

Молодые семьи выделяются в особую категорию населения, наиболее легко реагирующую на различные общественные социально-экономические изменения. Такие особенности молодых семей как их формирование, структура, состав, тип семейного уклада отражают общественные изменения, происходящие на сегодняшний день.

На сегодняшний день социальная и государственная политика направлена на комплексную поддержку молодежи, в том числе поддержку незащищенной новой ячейки общества — молодой семьи. В Российской Федерации 2024 год был официально объявлен Годом семьи главой государства, для популяризации политики в сфере защиты семьи и сохранении традиционных семейных ценностей, а также для поддержки молодых семей как демографического потенциала государства.

Молодая семья — семья в первые три года после заключения брака (в случае рождения ребенка — без ограничения продолжительности брака), в котором оба супруга не достигли возраста 30 лет, а также семья, которая состоит из одного родителя до 30 лет и несовершеннолетнего ребенка.

Сама молодая семья относится к особым фундаментальным группам общества, так как одновременно является социальной группой и общественным институтом. Также стоит отметить, что молодую семью можно охарактеризовать своеобразной моделью общества и его социальных связей и взаимоотношений. Сама молодежь является незащищенным слоем населения в общественной жизни государства и находится в сложных взаимоотношениях с обществом, зачастую подвергаясь влиянию со стороны различных систем (экономической, политической, правовой и т. д.). В то же время молодая семья оказывает воздействие на общество как социальная микро-группа.

Среди функций молодой семьи (жизнедеятельность семьи, которая связана с удовлетворением определенных потребностей ее членов) стоит выделить традиционные функции: экономическая, репродуктивная, защитная. Однако при развитии человеческого общества к традиционным функциям присоединились новые функции, которые связанные с различными материальными, социальными, духовными процессами, происходящими в современном обществе.

Вступая в брак, молодые люди зачастую испытывают сложности в адаптации к изменившимся условиям жизни и новой социальной роли, появляются множество разногласий и вопросов, которые молодые люди не могут решить ввиду малого уровня социального опыта. Также растет и процент разводов среди молодых людей, которые не смогли пройти адаптационный период, периоды кризиса семьи, не смогли реализовать все функции семьи и т. д. Именно поэтому встает необходимость в социально-педагогическом сопровождении молодых семей для помощи молодым людям в возникших вопросах и сложностях.

Социально-педагогическое сопровождение — процесс оказания квалифицированной и своевременной социально-педагогической помощи членам молодой семьи через организацию системы коррекционных воздействий на основе периодического анализа изменений, которые происходят в семье.

Данный процесс направлен на оказание помощи в становлении молодой семьи, помочь в адаптации молодых людей при изменении социальной роли, формирования новой социальной группы института семьи, формирование высокоразвитой социально-психологической группы. Само социально-педагогическое сопровождение представляет собой целостный комплекс, фактором которой является цель социального воспитания. Современное социально-педагогическое сопровождение — взаимодействие социального педагога, психолога или иного социального сотрудника с семьей или одним из членов семьи.

В состав данной динамической системы, которая образует сущность социально-психологического сопровождения входят субъекты социализации, разнообразные социальные связи, которые проявляются между ними, условия, которые создают возможность развития процесса взаимодействия социальных связей.

1. 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 будет 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 существенных 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

В большей части энциклопедических изданий акцент в понимании семьи ставится на объединении людей, основанном на браке и/или кровном родстве, на связанныности 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». Современные исследователи отмечают, что в семье как в особого рода малой группе с наибольшей естественностью удовлетворяются многие важнейшие личностные потребности человека. 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 устроению, 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 умещается» 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 семьи 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 важными, 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 те 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. 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: – воспроизведение 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 уровень 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 глубинные 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 супружеских пар 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 супружеских пар 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

При этом следует признать, что в настоящее время положение подавляющего большинства молодых семей в России можно характеризовать 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 супружеских пар. 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 супружеских пар 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 супружеских пар 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 супружеских пар, либо созревают серьезные предпосылки к распаду брачных отношений. При этом напряженные ситуации часто усугубляются 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.

2. 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 обусловливается совпадением интересов и духовных ценностей супружеских партнеров и контрастностью их личностных качеств. Стабильности брака способствует также желание молодых супружеских пар 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 супружеских пар, 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 супружеских пар, 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:

- чувство принадлежности всех членов семьи к семейной группе и рассмотрение любых других лиц как посторонних;
- индивидуальные усилия каждого, соответствующие их реальным возможностям вносить лепту в благополучие семьи;
- обязательство членов семьи морально поддерживать друг друга и оказывать взаимопомощь в случае необходимости;
- уверенность каждого члена семьи в поддержке со стороны остальных членов семьи в случае внешней угрозы, каких-либо вмешательств сторонних сил;
- 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 супружеских пар, характеризуется рядом критерии, которые в большей или меньшей мере поддаются качественному и количественному измерению:

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

2. Демографические аспекты благополучия семьи характеризуют идеальную семью как семью, состоящую из обоих супружеских пар 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 супружеских пар, 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 супружов с близкими родственниками, друзьями и коллегами по работе. Не менее важен анализ эмоционального фона внутрисемейных отношений, который может существенно меняться на разных стадиях развития семьи, например, быть позитивно-конструктивным в первые два года и негативно-деструктивным в последующие пять лет. Следует особо отметить, что учет стадиальности 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 специфичных 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 супружами. 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.

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 супружов 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 предложения (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 немалым 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 супружеской пары к периоду беременности. Период ожидания ребенка достаточно продолжителен и насыщен изменениями в характере отношений между супружескими. 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 супружами; – 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 супружов к новой ролевой структуре в семье. С рождением ребенка начинается практическое освоение супружами 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 оказывается 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 оказывается 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.

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 последовательного 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 представлении 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

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 супружами 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].

3. 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 установленные 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 является 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. Происходит 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 (усиление 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 не эффективными, 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, лично значимым вопросам, однако он соотносит свои выборы с ценностями и интересами всей семьи;
- в семье существуют некие ритуалы для поддержания сплоченности и обычай 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.

3.1. 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 супружеских пар 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 супружеских пар 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, помочь 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 помочь 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. Наличие широких, практически полезных социальных связей.
4. Возможности детских воспитательных учреждений.
5. Наличие эмоционально подкрепляющих родственных отношений.
6. Количество надежных друзей, приятелей, готовых оказать помощь.
7. Наличие востребованной, статусно значимой профессии, работы.
8. 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 достает 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).

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 несостоительности 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.
- *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 самоценности, 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, выражаясь 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;
- принимающая, обусловленная адекватной оценкой реальности и принятием ее, что дает возможность сохранить с бывшим партнером отношения, 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.

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

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. Дейте, 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, острые скорби, 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, потеря 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 проведение 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 регressive 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 семей 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. Олифирович, 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 реагирования 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 неизбежности 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.

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 «застревание» на одной из стадий, различная скорость и порядок их прохождения.

Опишем стадии переживания данного кризиса.

1. **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.
2. **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.

3. **Этап зрелой адаптации** характеризуется принятием факта болезни, реалистичной оценкой прогноза развития заболевания и перспектив выздо ровления. В это время все члены семьи способны адекватно воспринимать ситуацию, руководствоваться интересами больного, устанавливать контакты со специалистами и следовать их советам.

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 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), мазохизм.

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 отношений 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).

4. 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 критически 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 психологии 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. Проективая 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 стандартизованных 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:

- 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.

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 фruстрации/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, обусловливая нарушения их функционирования.

1. Проявление семейного кризиса на индивидуальном уровне:

- чувство дискомфорта, повышенная тревожность;
- неэффективность старых способов коммуникации; – снижение уровня удовлетворенности браком;
- ощущение непонятности, невысказанности, безысходности и тщетности предпринимаемых попыток изменения ситуации, то есть ощущение ограничения своих возможностей, неспособность обнаружить в ситуации новые направления развития;
- смешение 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 протesta, 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 брачносемейных 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.

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 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 оказываются 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 какимлибо негативным опытом совместной жизни;
- непреодолимые и значительные расхождения в степени удовлетворенности супругов какими-либо аспектами брачных отношений;
- существенные различия в направлении и/или динамике духовного/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, зацикленность 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 профессионального 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 предшкольному 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.

6. 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. Реализация совместного плана действий и закрепление достигнутых результатов.
5. 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, игрыкоммуникации, игры с рисунками и другими продуктами творческой деятельности детей и т.п. Как вспомогательные средства коррекции могут использоваться игрыизабавы, подвижные и спортивные игры; игры-эстафеты и игрыразвлечения, 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.

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 состоят в активном формировании жизненной позиции будущего семьяниня, что обеспечивает устойчивость брака, выработку установок на ответственное родительство. 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 навыков, правильная организация практической деятельности детей и семейного досуга – все это имеет важнейшее значение в воспитании семьянина.

ЛИТЕРАТУРА

1. Концепция государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс]: URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения 10.01.2024)
2. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие для студентов вузов. 5-е изд. М.: Академический Проект: Альма Матер, 2005.
3. Андреева Т.В. Психология семьи. СПб.: Речь, 2007.
4. Арканцева Т.А., Дубровская Е.М. Полоролевые представления современных подростков как действенный фактор их самооценки // Мир психологии. 1999. № 3.
5. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства: Учебное пособие. Москва: Издательство Института Психотерапии, 2003. С. 173–178.
6. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб.: Питер, 2007.
7. Ди Снайдер. Практическая психология для подростков. М.: АСТ-Пресс, 2001.
8. Ивлева В.В. Психология семейных отношений. Минск: Современная школа, 2007.
9. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога. Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
10. Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры: кн. для учителя. М.: Просвещение, 2001.
11. Кон И.С. Половые различия и дифференциация социальных ролей // Соотношение биологического и социального. М., 1975.
12. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия. 5-е изд. М.: Академический Проект: Гаудеамус, 2005.
13. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы. М.: Эксмо, 2004. 483 с.
14. Меньшова А.Ю., Панова О.И., Полякова И.Ю. Как сохранить любовь. СПб.: Речь, 2008.
15. Найк А. Практическая психология для девочек. М.: АСТ-Пресс, 2000.
16. Одинцова М.А. Сказкотерапия для взрослых. М.: Грифон, 2014. 46 с.
17. Основы психологии: практикум / ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Изд. 5
18. Одинцова М.А. Сказкотерапия для взрослых. М.: Грифон, 2014. 46 с.
19. Основы психологии: практикум / ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Изд. 5-е. Ростов н/Д.: Феникс, 2004.
20. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Академия, 2005.
21. Половое воспитание. Учебник. Ростов н/Д.: Феникс, 2001.
22. 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.
23. Росс А. Как преодолеть сложности в семейной жизни. Ростов н/Д.: Феникс, 2002.
24. Солдатова Г., Шайгерова Л. Жить в мире с собой и другими. М.: Генезис, 2001.