

Семейная психология

Ковалева Екатерина Львовна

03.02.2018 г.

Список литературы

1. Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов
2. Олиферович, Н.И. Анализ функциональных показателей семейной системы
3. Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис Психология и психотерапия семьи
4. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений
5. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование
6. Варга, А.Я. Системная психотерапия супружеских пар
7. Сатир, В. Психотерапия семьи
8. Харчев, А.Г. Современная семья и ее проблемы

Экзамен

- Участие в работе малых групп
- Выполнение практического задания
- Тест

Семья – это

- **семья** может рассматриваться как система, обладающая определенной структурой и свойствами (Олиферович)

В малых группах рассмотрите содержание понятия семьи

Существует множество различных вариантов состава, или структуры, семьи

- «нуклеарная семья» состоит из мужа, жены и их детей;
- «пополненная семья», предполагает наличие супружеской пары с детьми, а также родители других поколений, например бабушки, дедушки, живущие в тесной близости друг от друга и составляющие структуру семьи;
- «Расширенная семья» — это сложносоставная семья, состоящая из нескольких поколений
- «смешанная семья», образовавшаяся вследствие брака двух разведенных людей;
- «семья родителя-одиночки»

Классификация современных семей

В малых группах рассмотрите виды современных семей

Классификация современных семей

- Традиционная семья,
- «Гражданский брак»,
- Неполная семья,
- Бездетная семья,
- Гостевой союз,
- Полигамный брак,
- Гомосексуальная семья,
- Семья с приемными детьми.

Группы семейных потребностей

1. создание и поддержание материальных условий жизнедеятельности семьи;
2. потребности в любви и опеке, связанные с материнством;
3. потребность в психологической и физической близости;
4. потребность в семейном общении

Причины популярности «гражданского брака»



Статистика по усыновлению и опеке



<https://ru-adopt.livejournal.com/484972.html>

Брак - это

бра́к является общественным институтом, регулирующим отношения между полами. Мужчина и женщина выступают в нем и как личности, и как граждане государства (Олиферович, Н.И. Психология семейных кризисов)

А.Г. Харчев определяет брак «как исторически меняющуюся социальную форму отношений между женщиной и мужчиной, посредством которой общество упорядочивает и санкционирует их половую жизнь и устанавливает их супружеские и родительские права и обязанности», а семью «как институированную общность, складывающуюся на основе брака и порождаемой им правовой и моральной ответственности супругов за здоровье детей, их воспитание»

Виды брака (по Шнейдер Л.Б.)

- одиночество как форма существования индивида без брачного партнера;
- незарегистрированное сожительство;
- сознательно бездетный брак;
- повторные браки;
- открытый брак;
- внебрачный секс;
- свингерство;
- интимная дружба;
- гомосексуальность;
- групповой брак,
- жилые сообщества и коллективные семьи

Как и любую систему, семью характеризует следующий ряд признаков:

- *взаимозависимость*: взаимовлияние отдельных элементов системы;
- *холизм*: отдельные элементы системы, объединяясь в целое, приобретают новые свойства, отличные от изначальных индивидуальных характеристик;
- *структурная организация*, основными параметрами которой являются: иерархичность, или соподчиненность элементов структуры; наличие границ, описывающих внутрисемейные отношения и отношения семьи и окружающей среды; сплоченность; ролевая структура семьи;
- *специфичность внутрисистемных процессов*;
- *динамичность, или способность развиваться*;
- *способность к самоорганизации*: наличие внутрисемейных сил, позволяющих семье оставаться целостной, сбалансированной системой и не разрушаться

Функции семьи — это ...

- **Под функциями семьи** понимается основное содержание совокупности социальных ролей в семье (Э.К. Васильева, А.Г. Харчев, М.С. Мацковский и др.).

Функции семьи

В малых группах приведите известные вам функции семьи

Функции семьи (Гребенников И. В., 1991)

- репродуктивная (воспроизводство жизни, то есть рождение детей, продолжение человеческого рода);
- экономическая (общественное производство средств к жизни, восстановление истраченных на производстве сил своих взрослых членов, ведение своего хозяйства, наличие своего бюджета, организация потребительской деятельности);
- воспитательная (формирование личности ребенка, систематическое воспитательное воздействие семейного коллектива на каждого своего члена в течение всей его жизни, постоянное влияние детей на родителей и других взрослых членов семьи);
- коммуникативная (посредничество семьи в контакте своих членов со средствами массовой информации, литературой и искусством, влияние семьи на многообразные связи своих членов с окружающей природной средой и на характер ее восприятия, организация внутрисемейного общения, досуга и отдыха).

Функции семьи (М. С. Мацковский, 1989) (дополняет)

1. хозяйственно-бытовая,
2. социально-статусная,
3. эмоциональная,
4. сексуальной,
5. сфера первичного социального контроля,
6. сфера духовного общения.

Функции семьи (Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкис)

1. воспитательная;
2. хозяйственно-бытовая;
3. эмоциональная;
4. духовного общения;
5. первичного социального контроля;
6. сексуально-эротическая.

А.Г. Харчев, А.И. Антонов делят функции семьи на специфические и неспецифические:

Специфические, вытекающие из сущности семьи и отражают ее особенности как социального явления.

К специфическим функциям семьи относятся:

- репродуктивная функция (рождение детей);
- экзистенциальная функция (содержание детей);
- функция социализации (воспитание детей).

Эти функции сохраняются при всех изменениях общества.

А.Г. Харчев, А.И. Антонов делят функции семьи на специфические и неспецифические:

неспецифические - те функции, к выполнению которых семья оказалась принужденной или приспособилась в определенных исторических обстоятельствах.

К неспецифическим функциям семьи относят:

- накопление и передачу собственности;
- передачу статуса;
- организацию производства и потребления;
- домохозяйство;
- отдых и досуг;
- заботу о здоровье и благополучии членов семьи;
- создание микроклимата, способствующего снятию напряжения и самосохранению Я каждого и др.

Эти функции раскрывают исторически преходящую картину жизнедеятельности семьи.

Функции семьи (обобщение теории и практических знаний, без авторства)

1. Хозяйственно-бытовая функция, в современном мире сильно упрощается, особенно в мегаполисе, в связи с наличием различных устройств и даже роботов для поддержания дома в порядке. Если раньше женщина тратила огромное количество времени на уборку, то сейчас даже самостоятельно это проще и быстрее. Мужчина и женщина могут взаимозаменять друг друга в этом вопросе без ущерба для других дел.
2. Сексуально-эротическая функция – безусловно высокая степень эмоциональной близости углубляет и удовольствие от сексуальной близости, в семье на сегодняшний день есть возможность не жёстко следовать социальным догмам о сексе, а относиться к себе и партнёру бережнее, стараясь не истощать интерес к этой сфере человеческого бытия.
3. Функция воспроизводства – для продолжения рода нет нужды быть в браке.
4. Родительская функция – быть родителями, адекватно взаимодействовать по поводу ребёнка вполне можно и вне брака.
5. Духовная функция – современный брак имеет шанс на развитие, если оба супруга обращают внимание на себя, и задают себе вопросы: как? и куда я живу?
6. Функция первичного социального контроля – если следовать социальным нормам и догмам без осознания и ассимиляции их для себя, то эта функция даже вредна и может стимулировать излишнее чувство стыда или вины.

Функции семьи (обобщение теории и практических знаний, без авторства) - продолжение

7. Функция безопасности – пространство семьи даёт такую безопасность для её членов, однако на данный момент и каждый взрослый может по отдельности создать его.
8. Функция коммуникации – через семью создаётся некая призма, которая фильтрует входящую информацию. Если про взрослых, то каждый сам отвечает за то, что он «кушает» из современного информационного поля. Если про ребёнка, то оградить нельзя, но можно дать функциональный пример получения и освоения информации.
9. Экономическая функция, любой взрослый сегодня может зарабатывать достаточно или даже много денег.
10. Развлекательно-восстановительная функция – чем меньше тревоги в семье, тем легче она реализуется.
11. Функция эмоциональной близости – задача супружеской пары понять, что выйдя из родительской семьи они имеют определённый порог близости и повышение его и может быть глобальной задачей на всю жизнь.

Взаимоотношения между структурными элементами семейной системы характеризуются следующими параметрами (свойствами):

1. сплоченность,
2. иерархия,
3. гибкость,
4. внешние и внутренние границы,
5. ролевая структура семьи (Черников А. В., 2001).

Черников А. В. Системная семейная терапия:
Интегративная модель диагностики. М., 2001.

Структура семьи

- Семейная структура представляет собой совокупность элементов и взаимосвязей между ними.
 - В качестве *структурных элементов семьи* как системы выделяют
 - Супружескую подсистему,
 - Родительскую подсистему,
 - Сиблинговую подсистему (братья, сестры),
 - Индивидуальную подсистему,
- представляющие собой локальные, дифференцированные совокупности семейных ролей, которые позволяют семье выполнять определенные функции и обеспечивать ее жизнедеятельность

УРОВНИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ

Индивидуальный (отдельный член семьи)	Микросистемный (нуклеарная семья)	Макросистемный (расширенная семья)	Мегасистемный (семья и социальное окружение)
ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СЕМЬИ			
Когнитивный аспект			
<ul style="list-style-type: none"> - идентификация себя как члена семьи, - индивидуальные границы, - семейно обусловленная индивидуальная мифология 	<ul style="list-style-type: none"> - циркулирование информации, - метакоммуникация, - внутрен- ние и внешние границы нуклеарной семьи, - представления о семейной иерархии 	<ul style="list-style-type: none"> - семейные мифы, - семейная история, - семейные сценарии, - семейные ценности, семейные нормы и правила, - внутренние и внешние границы расширенной семьи, - представления о семейной иерархии 	<ul style="list-style-type: none"> - представления членов семьи об их социальном статусе и степени соответствия принятым в данном социуме нормам и требованиям к семье
Эмоциональный аспект			
Удовлетворенность браком и семейными отношениями, соматизация, обусловленная семейным функционированием	Стиль эмоциональной коммуникации, сплоченность	Стиль эмоциональной коммуникации, сплоченность	Удовлетворенность семьи своим положением в обществе
Поведенческий аспект			
Проявления индивида как члена семьи, семейная адаптация	Паттерны взаимодействия, традиции и ритуалы нуклеарной семьи, ролевое взаимодействие членов нуклеарной семьи, иерархическое взаимодействие членов нуклеарной семьи	Паттерны взаимодействия, традиции и ритуалы расширенной семьи, ролевое взаимодействие членов расширенной семьи, иерархическое взаимодействие членов расширенной семьи	Социальная адаптация, взаимодействие семьи с социальными институтами, семейное взаимодействие, обусловленное действием социальных стереотипов

Сплоченность

- *Сплоченность* (связь, эмоциональная близость, эмоциональная дистанция) можно определить как психологическое расстояние между членами семьи.
- Применительно к семейным системам это понятие используется для описания степени интенсивности отношений, при которой члены семьи еще воспринимают себя как связанное целое.
- выделяют четыре уровня сплоченности и, соответственно, четыре типа семей

Уровни сплоченности семьи

В малых группах рассмотрите варианты сплоченности семьи

Уровни сплоченности по Д. Олсон :

1. Разобщенный (низкая степень сплоченности членов семьи, отношения отчуждения).
2. Разделенный (некоторая эмоциональная дистанцированность членов семьи).
3. Связанный (эмоциональная близость членов семьи, лояльность во взаимоотношениях) .
4. Запутанный (уровень сплоченности слишком высок, низкая степень дифференцированности членов семьи).

Сбалансированными и обеспечивающими наиболее оптимальное семейное функционирование являются разделенный и связанный уровни сплоченности.

Иерархия

1. характеризует отношения доминирования-подчинения в семье.
2. термин «иерархия» не может быть ограничен данным простым определением, поскольку включает в себя характеристики различных аспектов семейных отношений:
 - авторитетность,
 - доминирование,
 - степень влияния одного члена семьи на других,
 - власть принимать решения.

Нарушение иерархии

1. Одним из наиболее типичных нарушений структуры семьи - является инверсия иерархии (перевернутая иерархия). При такой семейной дисфункции ребенок приобретает власти больше, чем имеется хотя бы у одного из родителей.
2. На макросистемном уровне этот феномен проявляется в ситуации, когда определяющая позиция в воспитании детей занимает бабушки (дедушки), а не непосредственными родителями. В нуклеарных семьях инверсия иерархии часто наблюдается при наличии:
 - межпоколенной коалиции (коалиции между ребенком и родителем против другого родителя);
 - химической зависимости одного или обоих родителей;
 - болезни или потери трудоспособности одного или обоих родителей;
 - болезни или симптоматического поведения у ребенка, благодаря которым он приобретает чрезмерное влияние в семье и регулирует супружеские взаимоотношения.

Гибкость

- Способность семейной системы адаптироваться к изменениям внешней и внутрисемейной ситуации.
- Для эффективного функционирования семьи нуждаются в оптимальном сочетании внутрисемейных изменений со способностью сохранять свои характеристики стабильными.
- Не сбалансированные по параметру гибкости семейные системы характеризуются ригидностью или хаотичностью.

Ригидность и хаос (по Олсону) – несбалансированная семья

- Семейная система становится ригидной, когда она перестает отвечать на жизненные задачи, возникающие перед ней в связи с прохождением стадий жизненного цикла.
- При этом семья теряет способность изменяться и приспосабливаться к новой для нее ситуации.
- Появляется тенденция к ограничению переговоров, большинство решений навязывается лидером.
- По Д. Олсону, система часто становится ригидной, когда она чрезмерно иерархизирована.
- Система в хаотическом состоянии имеет неустойчивое или ограниченное руководство.
- Решения, принимающиеся в семье, часто являются импульсивными и непродуманными. Роли неясны и часто смещаются от одного члена семьи к другому.

Семейные границы

- Это
- Виды границ:

В малых группах рассмотрите, как вы понимаете семейный границы

Семейные границы

- Это
- Виды границ: *жесткие, размытые и проницаемые*
- В хорошо функционирующих семьях границы между подсистемами ясно очерчены и проницаемы.
- Недостаточно четкие внутренние границы затрудняют развитие семьи и взросление ее членов и приводят к возникновению межпоколенных коалиций — объединений между членами различных подсистем.

Семейные роли

- устойчивые функции семейной системы, закрепленные за каждым из ее членов.
- ролевая структура семьи предписывает ее членам что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, взаимодействуя друг с другом

Выделяют следующие семейные роли:

1. Роли, описывающие взаимодействие членов семьи на микросистемном уровне:
 - супружеские роли: муж, жена;
 - роли, относящиеся к детско-родительской подсистеме: мать, отец, сын, дочь;
 - роли, относящиеся к сиблинговой подсистеме: брат, сестра.
2. Роли, описывающие взаимодействие членов семьи на макросистемном уровне:
 - роли, возникновение которых обусловлено супружескими связями: свекор, теща, невестка, зять и др.;
 - роли, обусловленные кровным родством: бабушка, дедушка, внук, двоюродный брат и др.

В функциональных семьях структура семейных ролей целостна, динамична, носит альтернативный характер и отвечает следующим требованиям:

- непротиворечивость совокупности ролей, образующих целостную систему, как в отношении ролей, выполняемых одним человеком, так и семьей в целом;
- выполнение роли должно обеспечивать удовлетворение потребностей всех членов семьи, при соблюдении баланса индивидуальные потребности — потребности других членов семьи;
- соответствие принятых ролей возможностям личности;
- способность членов семьи гибко функционировать в нескольких ролях.

Особенности функционирования семейной системы описываются такими понятиями, как:

- паттерны взаимодействия,
- циркулирование информации,
- стиль эмоциональной коммуникации,
- метакоммуникация

Паттерны взаимодействия

- это устойчивые способы поведения членов семьи и постоянно повторяющиеся коммуникативные стереотипы, включающие в себя определенные послания (сообщения) или содержащие определенный смысл для членов семьи.
- например, постоянное выражение друг другу недовольства, ссоры, высмеивание, обиды, унижение, поддержка, защита и т. д.
- стереотипная последовательность паттернов взаимодействия в ряде случаев может приобретать циркулярную форму.

Циркулирование информации в семье

отражает характер обмена информацией между членами семьи, обусловленный постоянным повторением определенных паттернов семейного взаимодействия.

Передача той или иной информации может осуществляться следующим образом:

- в виде прямых и ясных посланий друг другу;
- в виде косвенных обращений и манипулятивных действий;
- в виде двойных посланий;
- с привлечением третьих лиц для передачи информации.

Стиль эмоциональной коммуникации

- определяется соотношением позитивных и негативных эмоций, критики и похвалы в адрес друг друга, а также наличием или отсутствием запрета на открытое выражение чувств.
- стиль эмоционального общения в семье, в котором доминируют негативные эмоции, постоянная критика, унижение, устрашение партнера, неверие в его способности и возможности, ведет к снижению самооценки и самоуважения, росту внутреннего напряжения, тревоги, агрессии и, как следствие, к невротическим и психосоматическим расстройствам

Метакоммуникация

- Важная характеристика семейного функционирования, с точки зрения развития как самой семейной системы, так и отдельных членов семьи.
- Данный термин описывает процессы совместного обсуждения и осмысления того, что происходит между членами семьи, то есть представляет собой комментарий или сообщение по поводу коммуникации.
- Метакоммуникация может быть как вербальной, так и невербальной, и обычно представляет собой сигналы, помогающие правильно понять контекст сообщения.

Семейная история

- понятие, относящееся к историческому контексту семьи и описывающее хронологию значимых событий жизни семьи в течение нескольких поколений.
- Э. Г. Эйдемиллер (1993) для работы с семейной историей вводит термин «тема», под которым он понимает специфическую, несущую эмоциональную нагрузку проблему, вокруг которой формируется периодически повторяющийся в семье **конфликт**.
- Тема определяет способ организации жизненных событий и внешне проявляется в стереотипах поведения, которые воспроизводятся из поколения в поколение.

Семейный миф

- это многофункциональный семейный феномен, формирующийся на макросистемном и проявляющийся на микросистемном уровне в виде совокупности представлений членов данной семьи о ней самой.

В малых группах приветите примеры семейных мифов

Детальный пример на тему семейного мифа

- Клиент: я полная неудачница в семейной жизни: у меня маленький ребенок (3 месяца), на котором я постоянно срываюсь, кричу, ругаю, ненавижу его. Отец ребенка – полное ничтожество, жить с нами не хочет, а только мотает мне нервы. Вот почему так? я конечно понимаю, что все проблемы из детства: да, у меня были трудные отношения с моими отцом, начиная с подросткового возраста, с матерью трудно договориться. Мать и отец часто ругались и не понимали друг друга. Но почему все это отразилось на мне, а на родной сестре – нет?
- У сестры хорошая семья. У нее с 20ти лет прекрасная семейная жизнь (хотя последние лет 5 она изменяет мужу). Однако, все стабильно, муж любит и во всем потакает, любые капризы.
- У них хорошая семейная жизнь, теплые отношения, большой достаток. Сестре мало секса, а муж много работает и устает (я его понимаю) ему не до утех. А пару раз в неделю ей мало. Поэтому она нашла выход : найти любовника. Еще в пользу таких отношений она сказала ,что есть внимание. Муж все позволяет, покупает,ни в чем отказа нет, но цветов и ресторанов особо нет, не до того ему и не любитель. Отпускает ее в клубы ,сам с детьми. Сестра его любит (по её словам) и никогда не оставит (что весьма логично!!!)

Негативное действие семейных мифов

- заключается в том, что семья становится ригидной;
- мифы препятствуют ее нормативным изменениям, связанным с динамикой жизненного цикла семьи.
- Так, миф об исключительности и избранности семьи может играть роль компенсаторной стратегии в первом поколении, когда желание возвысить себя, возможно, как реакция на прошлые проблемы, актуализирует мощную, но реалистичную мотивацию достижения.
- Однако в следующих поколениях этот миф, все больше превращаясь в оторванную от реальности центральную семейную ценность («Мы должны быть лучшими всегда и везде»), способен привести к тяжелым нарциссическим расстройствам члена(ов) семьи и полной непродуктивности их действий.

Семейная легенда

- искажающая реальные факты семейной истории интерпретация отдельных событий, позволяющая поддерживать миф о семейном благополучии.
- Семейная легенда выполняет защитную функцию. Она может относиться к микро-, макросистемному или к индивидуальному уровню психологического функционирования семьи.
- В отличие от семейного мифа, семейная легенда осознается как неправда, искажение информации (например, легенда о супружеской верности при наличии измены, легенда о естественной смерти суицидента и др.)
- Со временем семейная легенда может стать частью семейного мифа.

Содержательная основа жизни семьи

описывается следующими понятиями:

- семейные нормы и правила,
- семейные ценности,
- традиции и ритуалы семьи.

Семейные нормы и правила

- совокупность оснований и требований, на которых строится жизнь семьи.

В малой группе рассмотрите: возможно ли отсутствие правил и норм? Какие правила есть в вашей семье?

Семейные нормы и правила

- отсутствие правил и норм приводит к хаосу в семейной системе, а также представляет серьезную опасность для психического здоровья членов семьи.
- Многие дети и подростки с делинквентным (асоциальное, наносит вред обществу) поведением выросли в семьях, характеризующихся хаотичностью.
- Нечеткость правил и норм, их непроговоренность способствуют росту тревоги у членов семьи и могут приводить к стрессам, а также тормозить развитие как всей семейной системы, так и отдельных ее членов.
- Правила позволяют членам семьи ориентироваться в реальности и придают устойчивость семье в целом благодаря тому, что каждый знает свои права и обязанности.
- дефицит правил становится главным источником обид и конфликтов.
- Самый распространенный пример — мать, которая жалуется на то, что дети и муж мало помогают ей и отказываются выполнять ее просьбы. В таких семьях всегда отсутствуют четкие правила, принятые всеми членами семьи и регулирующие их обязанности.

Семейные ценности

- идеалы, представления о семье, ее особенностях, которые одобряются и культивируются в кругу семьи, а также служат важным фактором регуляции взаимоотношений между ее членами.
- В семье могут находить отражение общегосударственные ценности. Именно семья может явиться источником формирования ценностей, способствующих адаптации и социализации молодежи.

Традиции и ритуалы

- повторяющиеся узаконенные действия, имеющие символический смысл. Это очень важный фактор стабилизации системы, укрепляющий семью и редуцирующий тревогу ее членов.
- Семейным ритуалом может служить совместный завтрак или совместное празднование семейных дат
- Семьи с дефицитом традиций и ритуалов, как правило, разобщены, а члены этих семей страдают от изоляции и тревоги.
- например, смерть одного из членов семьи может приводить к серьезным последствиям для здоровья других в тех семьях, где ритуалы совместного горевания, оплакивания, поминания отсутствуют.

Выделяют следующие причины возникновения конфликтов в брачно-семейных отношениях

- 1) неудовлетворенность сексуальных потребностей одного из супругов;
- 2) неудовлетворенность потребности в ценности и значимости своего «Я» супругов;
- 3) неудовлетворенность потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях (отсутствие ласки, нежности, заботы, понимания, психологическое отчуждение супругов, эмоциональная холодность);
- 4) пристрастие одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм, приводящим к большим затратам денежных средств;
- 5) финансовые разногласия супругов (вопросы общего бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение);
- 6) неудовлетворенность потребности во взаимной помощи, поддержке, потребности в кооперации и сотрудничестве, неудовлетворенность в ведении домашнего хозяйства.

Кризисы

Семейный кризис

- кризисом можно назвать ситуацию столкновения с препятствием в реализации важнейших жизненных целей при условии невозможности справиться с ней с помощью привычных средств (Олиферович).
- семейный кризис — состояние семейной системы, характеризующееся нарушением гомеостатических процессов, приводящих к фрустрации привычных способов функционирования семьи и невозможности справиться с новой ситуацией, используя старые модели поведения (Олиферович).

В семейном кризисе можно выделить две потенциальные линии дальнейшего развития семьи

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

Подходы к рассмотрению кризисов:

- Нормативные кризисы
- Ненормативные кризисы

Нормативные кризисы

- Первый год совместной жизни
- 7-8 и 12-13 лет совместной жизни
- 17-18 и 23-25 лет совместной жизни

В. Сатир выделяет десять критических точек в развитии семьи

1. Первый кризис — зачатие, беременность и рождение ребенка.
2. Второй кризис — начало освоения ребенком человеческой речи.
3. Третий кризис — ребенок налаживает отношения с внешней средой (идет в детский сад или в школу).
4. Четвертый кризис — ребенок вступает в подростковый возраст.
5. Пятый кризис — ребенок становится взрослым и покидает дом.
6. Шестой кризис — молодые люди женятся, и в семью входят невестки и зятья.
7. Седьмой кризис — наступление климакса в жизни женщины.
8. Восьмой кризис — уменьшение сексуальной активности мужчин.
9. Девятый кризис — родители становятся бабушками и дедушками.
10. Десятый кризис — умирает один из супругов.

Плзак описал два критических периода в развитии супружеских отношений (Plzak, 1973; цит. по: Кратохвил С, 1991)

- Первый критический период наступает между 3-м и 7-м годом супружеской жизни и продолжается в благоприятном случае около 1 года.
- Второй кризисный период наступает примерно между 17-м и 25-м годом совместной жизни

Первый критический период (Плзак)

- исчезновение романтических настроений,
 - активное неприятие контраста в поведении партнера в период влюбленности и в повседневном семейном быту,
 - рост числа ситуаций, в которых супруги обнаруживают разные взгляды на вещи и не могут прийти к согласию,
 - учащение проявлений отрицательных эмоций, возрастание напряженности в отношениях между партнерами вследствие частых столкновений.
- Кризисная ситуация может возникнуть и без влияния каких-либо внешних факторов, обуславливающих бытовое и экономическое положение супружеской пары, без вмешательства родителей, измены или каких-то патологических черт личности у одного из супругов (Плзак).

Второй кризисный период (Плзак)

- Появление эмоциональной неустойчивости,
- появление страхов,
- различных соматических жалоб,
- чувства одиночества, связанного с уходом детей, с усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу быстрого старения, а также возможных сексуальных измен мужа.

Выделяют следующие характеристики семейного кризиса:

1. Обострение ситуативных противоречий в семье.
2. Расстройство всей системы и всех происходящих в ней процессов.
3. Нарастание неустойчивости в семейной системе.
4. Генерализация кризиса, то есть его влияние распространяется на весь диапазон семейных отношений и взаимодействий.

Проявления семейного кризиса

- 1. Проявление семейного кризиса на индивидуальном уровне*
- 2. Проявление семейного кризиса на микросистемном уровне*
- 3. Проявления семейного кризиса на макросистемном уровне*
- 4. Проявление семейного кризиса на мегасистемном уровне*

Проявление семейного кризиса на индивидуальном уровне

1. чувство дискомфорта, повышенная тревожность;
2. неэффективность старых способов коммуникации;
3. снижение уровня удовлетворенности браком;
4. ощущение непонятости, невысказанное, безысходности и тщетности предпринимаемых с целью изменить ситуацию усилий, то есть ощущение ограничения своих возможностей, неспособность обнаружить в ситуации новые направления развития;
5. смещение локуса контроля: член семьи перестает занимать субъектную позицию, ему начинает казаться, что нечто происходит «с ним» — то есть 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 (Шиян О. А.);
6. закрытость для нового опыта и в то же время надежда на «чудесное возвращение мира», не связанное с собственными изменениями;
7. появление сверхценных идей у некоторых членов семьи;
8. формирование симптоматического поведения.

Примеры проявления кризиса на индивидуальном уровне:

- Я не хочу разговаривать со своей женой, так как реакции вызывают у меня тревогу;
- Моя жена перестала меня понимать, что не скажешь, все воспринимает в штыки, меня это раздражает;
- Мой муж, приходя с работы домой молчит и ничем со мной не делится. На все мои попытки начать разговор, он отворачивается, замыкается в себе. Я уже не знаю, что делать, я чувствую растерянность и безысходность

Проявление семейного кризиса на микросистемном уровне

- нарушения по параметру сплоченности: уменьшение или увеличение психологической дистанции между членами семьи;
- деформация внутренних и внешних границ нуклеарной семьи;
- гибкости семейной системы вплоть до хаотичности или ригидности;
- изменения ролевой структуры семейной системы (появление дисфункциональных ролей, жесткое, неравномерное распределение ролей, патологизация ролей);
- нарастание чувства общей неудовлетворенности отношениями в семье, обнаружение расхождения во взглядах, возникновение молчаливого протеста, ссоры и упреки, ощущение обманутости у членов семьи;
- нарушение традиций и ритуалов

Примеры проявления кризиса на микросистемном уровне:

- Моя жена считает себя главной в семье, но главным всегда был я. Так было и будет.
- С понедельника моя мама переезжает жить к нам (она решила продать свою квартиру)
- Ребенок должен убирать и стирать за мной, при любом неповиновении я буду его лупить ремнем (переход роди из ребенка в раба)
- Мой сын уже взрослый, ему 14 лет, пусть начинает ухаживать за матерью и заботиться о ней.

Проявления семейного кризиса на макросистемном уровне

- актуализация семейного мифа;
- нарушения внутренних и внешних границ семьи;
- нарушения иерархии (например, перевернутая иерархия, межпоколенные коалиции);
- нарушения ролевой структуры расширенной семьи (ролевые инверсии, «провал» роли);
- нарушение традиций и ритуалов;

Примеры проявления кризиса на макросистемном уровне:

- Дорогая, зачем мы каждое 1 января ходим в гости к твоей маме? Мне надоело это, мне там неинтересно
- Один родитель с ребенком создает коалицию против коалиции другого родителя с ребенком. Так происходит, когда между детьми имеются конфликты, и они их не могут решить. Тогда родители занимают сторону «своего» ребенка. Между супругами тоже происходят конфликты по поводу детей.
- Один из супругов объединяется со своими родителями против другого супруга (права была моя мама, когда говорила, что мы – не пара)

Проявление семейного кризиса на мегасистемном уровне

- социальная изоляция семьи (отторжение семьи);
- социальная дезадаптация семьи;
- конфликты с социальным окружением.

Пример для разбора в малых группах

Светлана С, женщина 32 лет, обратилась с жалобами на чувство хронической усталости, апатию, отсутствие интереса к жизни. Медицинское обследование не выявило органических причин нарушений. Светлана родилась и выросла в деревне в малообеспеченной семье с отцом-алкоголиком. Она очень переживала по этому поводу и стыдилась своего отца. Окончив школу с золотой медалью, переехала в Минск и поступила в университет на факультет журналистики. Светлана всегда пользовалась популярностью у мужчин. На втором курсе она познакомилась с мужчиной старше ее на 17 лет, известным журналистом из интеллигентной семьи, и через месяц вышла за него замуж. Ее впечатлили его уверенность в себе, стабильность, образованность, хорошие манеры — все то, чего, как казалось Светлане, ей не хватало. Однако практически на протяжении всей совместной жизни Светлана чувствовала себя неловко и скованно в присутствии мужа, а также среди его друзей и родственников, считала себя недостаточно умной и стыдилась своего происхождения, что стало для нее источником хронического напряжения и дискомфорта.

Развод

Развод

- В России, по данным 01-06.2017 г., 829 разводов на 1000 браков (в 2016 г. за тот же период 895)
- развод – это
(в психологии) – процесс, который начинается в момент, когда супруги задумались, что он может стать решением семейных проблем. Завершается развод, когда супруги достигли индивидуального независимого стиля жизни в пяти сферах:
 - 1) экономическая;
 - 2) родительская;
 - 3) юридическая;
 - 4) общественная;
 - 5) эмоциональная.

Наиболее распространенные причины развода

- неумение договариваться и говорить о своих чувствах. В эту категорию чаще попадают молодые пары в возрасте от 18 до 27 лет.
- «влияние третьих лиц». Близкие родственники могут повлиять на супругов при отсутствии четких границ семейной системы или когда один из партнеров не отсепарировался полностью от родительской семьи.
- сексуальная несовместимость
- Неумение пережить личные кризисы. мужчины начинают искать любовь на стороне, женщины же полностью уходят в карьеру или воспитание детей.
- синдром «пустого гнезда», который характерен для зрелых пар. «Дети выросли, любовь закончилась»

Мифы о разводе (примеры)

1. Разведенная женщина никому не нужна
2. Лучше развестись, чем дети будут постоянными свидетелями семейных ссор
3. Развод не травматичен для детей (речь о психологической травме)
4. Рождение ребенка спасет брак от разрушения
5. Второй брак лучше первого

Измена

1ый вариант

- Случайный внебрачный контакт, связан с однократным вступлением в половые отношения или недолговременной связью. Это, так называемые, измены «по пьяни», неожиданные приключения в командировке или на встрече выпускников.

2ой вариант

- Эротико-сексуальные приключения. Этот вид внебрачных связей вызван желанием ощутить новизну в сексуальных отношениях. Такой тип отношений не продолжителен во времени и не опасен для семейных отношений, поскольку приоритет семьи и супруга остаются главенствующими. Прекращаются такого рода связи в случае опасности разоблачения. Как показывает статистика женских измен, новые отношения на курорте, дарят дамам «после 40» незабываемые впечатления и заряд бодрости на год вперед.

Зий вариант

- Непосредственно измены, которые характеризуются продолжительностью отношений и формированием эмоциональной зависимости от партнера