

Навыки профессиональной
и личной эффективности

Г.А. Стюхина

Близкие люди,
или Роль семьи
в развитии ребенка



2014, Москва
Педагогический университет
«Первое сентября»

Галина Андреевна Стюхина

Близкие люди,
или Роль семьи в развитии ребенка

Педагогический университет
«Первое сентября», 2014. — 32 с.

Учебно-методическое пособие

Редактор С.В. Яковлева

Корректор О.Е. Русакова

Обложка И. Лукьянов

Иллюстрации фотобанк shutterstock

Компьютерная верстка Н.П.Чернявской

Подписано в печать 21.04.2014

Формат 60 × 90¹/₁₆. Гарнитура Charter, Helios.

Печ. л. 2,0

Тираж 1000. Заказ №

Педагогический университет «Первое сентября»,

ул. Киевская, 24, Москва, 121165

<http://edu.1september.ru>

©Г.А. Стюхина, 2014

© Педагогический университет «Первое сентября», 2014

Введение

«Семья — это общество в миниатюре, от целостности которого зависит безопасность всего большого человеческого общества».

Ф. Адлер

Семья – важная часть жизни каждого человека. Радостные события, происходящие в семье, как правило, делают нас счастливыми. И, напротив, трудности и проблемы, возникающие в отношениях с близкими людьми, доставляют максимальное огорчение.

Значимость семьи в жизни каждого человека сложно переоценить. Трудно не согласиться с выражением Антуана де Сент-Экзюпери «Все мы родом из детства». Что же такое детство? Детство – это, в первую очередь, окружающие нас люди. Это наши родители, братья и сестры, бабушки и дедушки, все те, кто нам дорог, а общение с ними составляло содержательную наполненность понятия «детство».

Именно в семье мы приобретаем первые знания о мире, о других людях и самих себе. В семье учимся общаться и взаимодействовать с другими, осваиваем правила и традиции, которых впоследствии придерживаемся всю свою жизнь. В семье мы учимся быть счастливыми или несчастными.

Но что такое семья? Какие существуют законы и правила жизни семьи? Эти вопросы и будут предметом нашего дальнейшего рассмотрения.

Что такое семья?

Семья – это исторически-конкретная система взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми; это малая социальная группа, члены которой связаны брачными или родительскими отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью, социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения¹.

Большинство современных психологов рассматривают семью как социальную систему, представляющую собой комплекс элементов и их свойств, находящихся в динамических связях и отношениях друг с другом².

Семья – это «фабрика», где формируется человек. Вы, взрослые, формируете новых людей.

Вирджиния Сатир

Такое понимание семьи позволяет рассматривать семью не просто как определенное количество ее членов, а как некую целостность, основанную на связях и отношениях между ними. Все происходящее в семье является результатом тех отношений, которые в ней сформировались, а не следствием намерений или действий кого-то из ее членов. Так, сетования женщины на невнимание со стороны супруга, скорее всего, связаны не с особенностями его характера, а с тем стилем взаимоотношений, который сложился в данной семье. Если в семье не принято говорить друг другу комплименты или дарить подарки, то причиной этого являются не столько особенности самих супругов, сколько тот семейный микроклимат, который они создали за время своего совместного проживания.

Системный характер семейных отношений лучше всего проявляется в поведении детей, которые, как правило, являются «зеркалом», в котором находит отражение все происходящее в семье. Часто за нарушениями поведения ученика или его школьной неуспеваемостью лежат именно нарушения отношений в семье.

¹ Харчев А.Г. Социология семьи: проблемы становления науки. М.: ЦСП, 2003.

² Черников А.В. Системная семейная терапия. М.: Класс, 2005. С. 14.

К психологу обратилась молодая женщина с жалобами на то, что ее 12-летний сын был неоднократно уличен в воровстве. Из разговора с мамой выяснилось, что после развода она одна воспитывала мальчика. Но по ряду материальных и личных причин она была вынуждена отдать его на воспитание бабушке и дедушке. Они жили в соседнем городе. С сыном мама встречалась по выходным дням.

Исключением становились случаи, когда маме сообщали о «плохом» поведении сына. «Воровство» стало способом привлечь внимание. Мальчик очень рассчитывал на то, что таким образом он добьется того, что мама заберет его жить к себе.

То есть воровство в данном случае является не столько особенностью самого подростка, сколько результатом сложившейся системы семейных отношений, которые и «вынудили» его совершить противоправный поступок.

ОСОБЕННОСТИ СЕМЬИ КАК СИСТЕМЫ

Семейная система — это открытая система, которая находится в постоянном взаимодействии с окружающей средой. Из этого положения следуют два вывода:

- 1 Все происходящее вне семьи может оказывать на нее влияние.** Так, семья восприимчива к различным социальным и экономическим изменениям, которые происходят в обществе. Например, потеря работы одним из супругов может привести к существенным изменениям внутри семейной системы: второй супруг вынужден брать на себя ответственность за материальное обеспечение; членам семьи приходится менять привычный образ жизни; другим становится эмоциональный микроклимат и др. Успехи или неудачи ребенка в школе также влияют на внутренний микроклимат семьи. Если ребенок успешен, то родители получают подтверждение своей педагогической компетентности. Неудачи ребенка заставляют родителей пересмотреть свои воспитательные цели и средства.
- 2 Все происходящее внутри семьи оказывает влияние на ее внешнее окружение.** Мы можем вспомнить много примеров, когда разлады в семье мешали нам быть эффективными на работе или, напротив, семейное благополучие

становилось фундаментом для профессиональных свершений. Часто ученики, лишенные в семье любви и внимания, свои обиды и огорчения приносят в ученический коллектив, демонстрируют агрессию в отношении тех, кто слабее.

Многое из того, что происходит в семье является следствием сложившихся в ней отношений. Иллюстрацией этого положения является следующий пример.

Классный руководитель 7 класса жалуется на поведение одного из учащихся, которого отличает несдержанность, агрессивность в отношении сверстников. При хороших интеллектуальных показателях он демонстрирует средний уровень успеваемости, учится неровно, «от случая к случаю».

Анализ семейной ситуации показал, что мальчик после развода живет с отцом. Воспитанием ребенка занимается «гражданская» жена отца и женщина, выполняющая роль педагога.

Отец мальчика большую часть времени проводит на работе, общение с сыном сводится к проверке его оценок и наказанию в случае, если полученные оценки не соответствуют ожиданиям отца (вместо «пятерки» по предмету оценка «четыре»). Педагог и «гражданская» супруга делают, по их словам, «всё



возможное, чтобы сделать из ребенка человека». Но все их усилия не приводят к успеху. Мальчик упорно демонстрирует непослушание и безразличие в учебе.

Связаны ли эти особенности поведения ребенка с его характером? Думаю, что нет. В большей степени поведение мальчика – результат системного взаимодействия. И оно, как это не странно звучит, выгодно семье.

Плохое поведение мальчика – повод для «гражданской» жены, статус которой окончательно не определен, поднять свою значимость в глазах мужа: «Я так много делаю для твоего сына, ты должен меня ценить!».

В происходящем «заинтересован» и педагог, который в случае отсутствия проблем лишился бы своей работы, так как по возрасту мальчик вполне может быть самостоятельным.

Поведение сына на бессознательном уровне выгодно и отцу, который объясняет всё происходящее «дурной наследственностью» и оправдывает тем самым свой развод с матерью ребенка.

Этот пример демонстрирует «заинтересованность» в плохом поведении всех членов семьи, и у мальчика нет серьезных поводов для изменений. Он отвечает запросам своей семьи.

Семейная система – это самоорганизующаяся система, то есть поведение системы целесообразно, и источник преобразований системы лежит внутри ее самой. Всё происходящее в семье неслучайно: «если в семье что-то происходит, значит, семье это для чего-то нужно».

Изменения семьи или ее отдельных членов возможны только путем изменения той системы отношений, которая сложилась в семье. В рассматриваемом выше примере изменения возможны только в том случае, если родители изменят свои отношения как друг к другу, так и к вопросам, связанным с воспитанием сына. Так, например, уверенность в статусе жены могла бы способствовать тому, что у женщины отпала бы необходимость доказывать свою нужность супругу путем «отыскивания проблем у ребенка», а завершение отцом конфликта с бывшей супругой позволило бы ему относиться к сыну с большим принятием, не отыскивая в нем «признаков дурной наследственности».

Задание

Проанализируйте отношения, сложившиеся в вашей семье.

Какие события, произошедшие в последнее время, огорчили вас в большей степени?

Кого вы считаете виновником случившегося?

Какую возможную выгоду содержит данное событие для вас или членов вашей семьи?

Что необходимо изменить в ваших отношениях, чтобы подобное больше не повторилось?



Законы жизни семьи

Обеспечить нормальное течение своих семейных дел часто не легче, чем управлять провинцией.

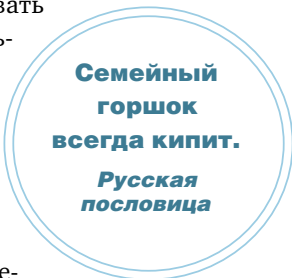
Тацит Публий Корнелий

Жизнь семейной системы подчиняется двум законам: закону гомеостаза и закону развития.

Закон гомеостаза³ означает, что всякая система стремится к постоянству, к стабильности. Нарушение стабильности в семье всегда болезненно для ее членов, несмотря на то, что события могут быть и радостными.

Проявлением действия закона гомеостаза являются, например, конфликты, возникающие у родителей с детьми подросткового возраста. Становясь подростком, ребенок стремится к самостоятельности, независимости, постепенному отделению от родителей, что является угрозой стабильности семейной системы. Родители, часто сами того не осознавая, пытаются препятствовать этому процессу, лишая подростка самостоятельности и формируя у него черты инфантильной личности. Оставаясь «ребенком», он поддерживает сложившийся уклад семьи.

Серьезную угрозу для стабильности семьи представляет изменение ее состава. Так появление нового члена, например, рождение ребенка, несмотря на свое положительное значение, вызывает необходимость изменений и часто провоцирует супружеские конфликты. Тяжело переживаются такие события, как уход одного из супругов, смена постоянного места жительства, изменение социального статуса семьи и др. Всё вышперечисленное нарушает привычный ход семейной жизни и требует от всех дополнительных усилий для соответствующих изменений. Действие данного закона следует учитывать педагогам и психологам в своей работе.



**Семейный
горшок
всегда кипит.
Русская
поговорка**

³ Гомеостаз – способность открытой системы сохранять постоянство своего внутреннего состояния посредством действий, направленных на поддержание равновесия.

Вторым законом, который оказывает существенное влияние на жизнь семьи, является **закон развития**, который гласит: всякая семейная система стремится пройти свой жизненный цикл. В соответствии с законом развития семья стремится к изменениям. Отсутствие изменений может привести к нарушениям внутри нее и распаду. Как уже отмечалось, появление первого ребенка в семье нарушает гомеостаз и приводит к конфликтам между супругами и другими родственниками. В то же время, отсутствие детей часто является причиной разводов. По статистике каждая вторая бездетная семья распадается. То есть изменения необходимы, и они должны соответствовать возрасту членов семьи и стажу семейной жизни.

Не случайно, по мнению психологов, психологически благополучная семья – это семья, которая способна сохранять свою стабильность, изменяясь при этом.

В соответствии с современными представлениями о жизненном цикле семьи выделяют следующие стадии ее развития⁴.

Первая стадия жизненного цикла — это родительская семья со взрослыми детьми. Довольно часто юноши и девушки, планирующие самостоятельную семейную жизнь, находятся в финансовой зависимости от родителей и проживают с ними совместно, следуя традициям и правилам жизни родительской семьи. При этом они не имеют возможности сформировать собственные представления о своей будущей семье и как бы продолжают оставаться «детьми» своих родителей. Не случайно исследование, выполненное Э.Г. Эйдемиллером и В. Юстицкисом, показало, что одним из часто встречающихся мотивов вступления в брак у молодых людей является мотив «бегства от родителей», означающий протест

Брак не может быть счастливым, если супруги до вступления в союз не узнали в совершенстве нравы, привычки и характеры друг друга.

О. Бальзак

⁴ Варга А.Я., Дробкина Т.С. Системная семейная психотерапия...

против власти родителей, неспособность воспринимать жизнь во всей ее реальной полноте⁵. Вступая в брачные отношения, молодые люди не имеют четкого представления о семье и о своей роли в ней.

Вторая стадия жизненного цикла – знакомство с будущим брачным партнером и заключение брака. На этой стадии перед молодой семьей стоят следующие задачи:

- *Распределить и согласовать семейные роли и функции.* Решение этой задачи связано с поиском ответов на следующие вопросы: Кто и за что будет отвечать в семье? Каким образом будут распределены семейные обязанности? Как каждый из супругов представляет свою жизнь в семье? Важно достичь договоренностей в решении этих вопросов. Основная ошибка, которую допускают молодые люди, заключается в том, что ответы на многие вопросы считаются как бы очевидными, само собой разумеющимися. Например, молодой человек представляет, что он будет работать и обеспечивать семью, а жена должна находиться дома. Но мнение самой молодой супруги он не уточнил, и ее решение продолжить свое образование или работу может привести к конфликту.

- *Установить правила взаимоотношений с семьями своих родителей.* Перед семьей стоит нелегкая задача: отсоединиться от прародительской семьи и при этом сохранить с ней отношения. Для ее решения важно обсудить следующие задачи: Как часто и в каких формах поддерживать отношения с прародительскими семьями? Решение каких проблем молодая семья может взять на себя, а в каких случаях прибегнуть к помощи родителей?

Следующий пример демонстрирует часто встречающиеся ошибки молодых супругов.

После свадьбы молодые супруги стали жить отдельно.

Но мама молодого человека была частым гостем в семье своего сына.

Поводы для визита были различными. Так, например, у нее сломалась стиральная машина, и она стала через день прихо-

⁵ Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. СПб.: Речь, 2006.

дить с просьбой постирать. Молодая жена, желая установить хорошие отношения с мамой мужа, была гостеприимна и всегда с радостью ее встречала.

Визиты мамы сопровождались ревизией продуктов в холодильнике («Чем тут питается мой сынок?») и поучениями, как правильно вести домашнее хозяйство. Когда же советы мамы стали относиться уже к профессиональной деятельности девушки – художника («Я лучше знаю, что и как тебе рисовать»), ее терпению пришел конец, и свое недовольство она стала высказывать мужу. Молодые супруги стали ссориться, так как сын не понимал, что мама делает не так. Отношения со свекровью также испортились. Свекрови было непонятно: от чего это вдруг невестка перестала ее приглашать в гости?

Этого конфликта можно было бы избежать, если бы молодые люди в самом начале обсудили правила своих отношений с родственниками и сообщили им об этих правилах. Например, девушка могла бы сказать своей свекрови следующее: «Я очень рада Вас видеть у себя в гостях. Но мне не хотелось бы обсуждать с Вами то, как мне вести домашнее хозяйство» или «Мы рады будем пригласить Вас в гости в конце этой недели, когда и муж будет дома». Тем самым молодая жена могла бы установить необходимую дистанцию и правила отношений со свекровью.

- *Установить отношения с социальным окружением: друзьями, коллегами.* Так, например, начало семейной жизни может потребовать отказа супругов от привычных форм времяпровождения с друзьями.

Третья стадия семейного цикла – рождение ребенка. Большинство психологов этот период считают кризисным для семьи, так как нарушается стабильность семейной системы и молодым родителям приходится решать следующие задачи:

Перераспределить семейные обязанности, что вызвано необходимостью ухода за ребенком и его воспитанием.

Решить вопрос об оказании помощи и поддержки друг другу, что необходимо в связи с увеличением физических и эмоциональных нагрузок у родителей и с сокращением времени, которое они могли тратить на совместный отдых и общение.

- *Согласовать свои представления о воспитании детей, найти разумный компромисс при их несовпадении.*

- *Установить новые отношения с прародителями* в связи с исполнением ими новых ролей бабушек и дедушек. Часто бабушки начинают настолько активно участвовать в воспитании внуков, что выполняют материнские функции, отводя самой матери роль «старшей сестры», которой позволяют общаться с ребенком. В этом случае у ребенка отсутствует четкое представление о том, кто есть кто в его семье. Окружающие замечают, что «он становится «другим» в присутствии мамы или бабушки. И конкуренция между ними за роль матери может привести к избалованности ребенка, формированию у него навыков манипулирования взрослыми.

Четвертая стадия – появление второго ребенка в семье. Это событие (как и появление следующих детей) в большинстве случаев не нарушает семейной стабильности и не приводит к кризисам. Основной задачей родителей является оказание помощи детям в установлении дружеских отношений между ними, с целью избежать детской ревности.

Пятая стадия – школьные годы детей. Период поступления первого ребенка в школу ставит перед семьей задачу, связанную с необходимостью вновь перераспределять семейные роли и обязанности.

Родителям предстоит решить следующие вопросы: Кто будет отводить ребенка в школу и забирать его домой? Кто будет делать с ним уроки? Как относиться к школьным успехам или неудачам?

Успехи ребенка в школе часто воспринимаются как подтверждение родителями своей компетентности. Большинство родителей ожидают, что их ребенок будет получать только отличные оценки. И когда эти ожидания не оправдываются («Учение – не легкое дело!»), родители воспринимают данную ситуацию как собственную неудачу или начинают во всем обвинять ребенка («Не оправдал ожиданий»). Школьные неудачи детей – это повод пересмотреть свои родительские установки и позиции. Часто амбиции самих родителей могут стать причиной серьезных трудностей, с которыми столкнется ребенок на этапе поступления в школу. В связи с этим мне часто вспоминается разговор с одной из мам. Она выражала явное недовольство учителем, который, по ее словам, «не мо-

жет найти подхода к ее ребенку, из-за чего у мальчика большие трудности в усвоении учебного материала». Прояснение сути возникающих проблем показало, что у мальчика имеется серьезное хроническое заболевание, но это не помешало маме не только отдать ребенка в школу с 6 лет, но и дополнительно записать его на занятия английским языком, в музыкальную школу, в секцию плавания. Физически и психологически мальчик не мог выдержать такую нагрузку. Очевидно, что «дело» не в учительском непрофессионализме, а в амбициозности матери: «Мой сын должен быть лучшим!».

Шестая стадия – это семья с детьми подросткового возраста, которая сталкивается с необходимостью решения следующих задач:

- **Подготовить подростка к уходу из семьи.** Подростки, стремящиеся к самостоятельности, хотят отделиться. Как правило, это болезненно воспринимается родителями, которые стремятся во что бы то ни стало помешать взрослению своих детей. Часто это выражается в авторитарных формах взаимодействия: «Ты еще маленький!», «Будешь делать то, что я говорю!», «Не вырос еще сам принимать решения», «Я тебя обеспечиваю, а ты должен меня слушать!» и т.д. Такое поведение родителей встречает протест и агрессию со стороны подростков, и часто приводит к конфликтам, а порой к полному разрыву отношений с родителями. Отделение выросших детей представляет особую угрозу для таких семей, в которых дети выступали единственным средством поддержания стабильности системы, были единственным, что связывало родителей. В этом случае взросление ребенка представляет угрозу не только стабильности семьи, но и ее существованию в целом. Отчасти поэтому на этой стадии велико количество разводов. Подросток, бессознательно стремящийся к сохранению семейной системы, может совершать противоправные действия или асоциальные поступки, создавать проблемы, в решении которых вынуждены принимать участие оба родителя, тем самым объединяя их. То есть подросток как бы приносит себя «в жертву» ради благополучия семьи. Так, стараясь помочь сыну-наркоману, многие родители забывают о ссорах и разногласиях и вновь становятся «дружной» семьей. Но цена, ко-

тору приходится платить в этом случае, слишком велика – здоровье, а порой и жизнь ребенка.

- **Внести изменения в жизнь семьи в связи с отсутствием (уменьшением) необходимости заботиться о выросших детях.** На этом этапе жизни семьи супруги часто переживают так называемый «кризис среднего возраста». Стремление детей освободиться от опеки родителей лишает некоторых родителей основного смысла их существования: «живу ради детей». Потеря смысла жизни при неудовлетворенности профессиональной деятельностью и личными отношениями в семье может приводить к таким кризисным проявлениям, как алкоголизм, наркомания или уход из семьи с целью попытки создать новую семью. В этом случае необходимо найти новые смыслы и ориентиры, объединяющие семью и поддерживающие ее стабильность.

- **Изменить отношения с прародителями, что вызвано, в первую очередь, их выходом на пенсию.** Трудность проживания семьей этой стадии связана с возрастными особенностями прародителей, которые, как правило, в этот период отходят от активной профессиональной позиции. Изменение привычного образа жизни, наличие свободного времени и незнание, как его теперь использовать, ухудшение состояния здоровья и пр. приводят к переживаниям одиночества и ощущению «никому ненужности». Старшему поколению требуется дополнительное внимание и поддержка со стороны детей и внуков, помощь в обретении новых жизненных ориентиров. На решение этой задачи также требуются силы, время и ресурсы семьи. Таким образом, данная стадия является одной из самых сложных в жизни семьи и сопровождается проживанием «трех возрастных кризисов»: подростковый кризис, кризис среднего возраста и кризис «выхода на пенсию».

Седьмая стадия – семья со взрослыми детьми. Дети выросли и живут самостоятельной жизнью, а родители остались вдвоем. Эта стадия часто называется «стадией опустевшего гнезда». Хорошо, если до этой стадии жизненного цикла семья дошла без больших потерь и люди с удовольствием проводят время друг с другом, сохранив радость от взаимного общения.



Рассмотренные стадии жизненного цикла семьи указывают на то, что семья постоянно находится в развитии, меняется ее атмосфера и качество отношений между ее членами.

Задание

Проанализируйте, на какой стадии развития находится ваша семья. Какие задачи вам предстоит решить? Что вызывает наибольшие трудности? Какие вы находите способы их преодоления?

Характеристики семьи

Рассмотрим некоторые из параметров, которые используются для характеристики семьи⁶. Знание и учет этих параметров позволит не только улучшить атмосферу в собственной семье, но и учитывать их при организации взаимодействия с семьями учащихся.

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ

Особенности взаимоотношений членов семьи проявляются в общении. Общением можно считать обращение с просьбой к любому члену семьи, реплика в ответ на его замечание, ответственные слова в его адрес и др. Но общением также является молчание в ответ на заданный вам вопрос, сброшенный вызов на телефоне или хлопанье дверью. Все эти действия – способы сообщить другому, что вы им недовольны или рассержены.

Общение не заключается только в том, что человек говорит другому. Гораздо более содержательным и информативным может оказаться не то, **что** говорит человек, а то, **как** он это делает.

Фраза «Я так рада тебя видеть!», произнесенная с различной интонацией, может отличаться по смыслу. Трудности в отношениях возникают в ситуациях, когда содержание высказывания и тот смысл, который заложен в его «оформлении», не соответствуют друг другу, а порой вступают в противоречие. Подобные ситуации вызывают дополнительное напряжение в общении, так как человек порой не знает, на что ему реагировать: на то, **что** было сказано, или на то, **как** это было сделано. Вряд ли вам захочется навестить ваших родственников или друзей, когда вы услышите фразу «Я буду рада вас видеть», произнесенную тусклым, ничего не выражающим голосом.

Как отмечает В.Сатир, для общения в проблемных семьях характерно преобладание двухуровневых сообщений: голос говорит одно, а все остальное – другое. То есть человек говорит

⁶ Варга А.Я., Дробкина Т.С. Системная семейная психотерапия...

не то, что он чувствует и переживает на самом деле, а то, что он считает нужным говорить. При этом часто интонация, голос, выражение глаз или поза тела сообщают совсем другое.

В. Сатир выделяет основные ролевые позиции, характерные для проблемных семей⁷.

«Миротворец» всегда говорит в заискивающем тоне, пытается угодить, извиняясь, со всеми соглашаясь. Он говорит так, будто не способен к самостоятельному действию или ему нужен кто-то, кто его одобрит.

**Намеки
да попреки –
семейные
пороки.
Русская
пословица**

«Обвинитель» – это человек, который всюду находит вину, диктатор, босс. Он – главный и, кажется, говорит: «Если бы не ты, все было бы хорошо». Его голос резкий, жесткий и часто громкий. Обвинитель постоянно указывает на кого-то обвиняющим пальцем и начинает все свои высказывания со слов: «Ты всегда» или «Ты никогда», «Почему ты всегда...».

«Расчетливый» – представитель этого типа очень правильный, уравновешенный, никогда не демонстрирующий своих чувств. Он спокоен, бесстрастен и собран. Голос монотонный, в употреблении слова в основном абстрактного значения.

«Отвлекающийся» – что бы ни делал такой человек, это неуместно и не связано со словами и поступками окружающих. Он отвечает на заданные вопросы неопределенно. Его внутреннее ощущение – постоянное головокружение.

Все эти позиции объединяет неготовность человека быть искренним и говорить открыто о своих чувствах и переживаниях.

В качестве альтернативы этим моделям поведения В. Сатир предлагает уравновешенное или гибкое поведение, которое отличают:

⁷ Сатир В. Вы и Ваша семья... С. 70–89.

- 1 соответствие слов жестам, позе и тону;
- 2 соответствие того, что говорит человек, тому, как он это делает, и тому, что он чувствует;
- 3 целостность, гармоничность, открытость и гибкость.

Именно такое общение способствует созданию в семье атмосферы доверия и уважения друг другу.

Характеризуя данную модель общения, автор отмечает, что «только избрав гибкую модель поведения, можно обходиться без ссор, перестать быть безразличным и выстраивать отношения с людьми»⁸.

Выбирая модель общения, следует учитывать, что дети усваивают наблюдаемые ими способы общения и взаимодействия, которые впоследствии и будут определять их будущую успешность в отношениях с другими людьми.

Задание

Определите модели общения, которые демонстрирует подросток, вернувшийся домой позже времени, которое было оговорено заранее.

- «Пожалуйста, простите меня. Я так больше никогда не буду. Я поступил очень плохо».
- «А который сейчас час? Я времени даже не заметил. Разве я что-то нарушил? А о чем мы договаривались? Я вообще ничего не помню».
- «Простите, пожалуйста. Я не смог во время вернуться домой, так как пропустил свой трамвай. Мне, правда, жаль, что вам пришлось волноваться из-за меня».
- «Я должен вам сказать, что ребята в моем возрасте уже могут самостоятельно определять время, в которое они считают нужным возвращаться домой. Все наши предварительные договоренности не имеют юридической силы и смысла».
- «Ничего я никому не должен! В следующий раз не будете мне указывать, когда возвращаться. Я сам лучше знаю, что мне нужно!»

⁸ Там же.

СЕМЕЙНЫЕ ПРАВИЛА

Семейные правила – это те основания, на которых строится жизнь семьи⁹.

Они могут иметь отношение к самым разнообразным аспектам жизни семьи:

- кто за что в семье отвечает;
- как следует общаться и взаимодействовать с другими;
- кто в семье принимает решения;
- как вести домашнее хозяйство;
- как воспитывать детей;
- как проводить семейные праздники и досуг и др.

Наличие правил позволяет ориентироваться членам семьи в сложном пространстве семейного взаимодействия, делает поведение всех участников общения предсказуемым.

Семейные правила складываются на основе опыта проживания супругов в родительских семьях и часто отражают сложившиеся в них стереотипы взаимодействия.

Но вместе с тем, в каждой конкретной семье правила могут быть изменены с учетом реальной ситуации взаимодействия. Так, в родительской семье супруги контроль успеваемости детей всегда осуществлялся матерью. Но в ее собственной семье муж имеет более свободный график работы и охотно проверяет у детей уроки и посещает родительские собрания. Показать выполненное домашнее задание отцу становится правилом для детей.

Семейные правила меняются на разных стадиях жизни семьи, отражая происходящие в ней изменения. Так, например, правила поведения ребенка в семье должны меняться с учетом его возрастных изменений. Правило «всегда звонить родителям и сообщать о том, что дошел до школы или вернулся из школы», которое часто встречается в семьях с детьми младшего школьного возраста, вряд ли будет уместно для подростков.

⁹ Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия... С. 24.

Если правила не меняются и носят «жесткий» характер, то это может приводить к нарушениям взаимодействия и конфликтам между членами семьи.

Важным для благополучия семья является и тот факт, что **формирование правил жизни в семье должно быть открытым и понятным для всех членов семьи**. К конфликтам приводят ситуации, когда правила «как бы существуют», но их не обсуждают.

Так, например, в представлении супруги правилом является то, что супруг должен ей делать подарок (сюрприз) к каждой знаменательной дате. Именно так было принято в ее родительской семье. Но в семье мужа все покупки, в том числе и подарки, обсуждались. В качестве подарка выбиралось то, что было нужно для человека в данный момент. Обиды жены муж воспринимает как беспричинные капризы или «дурной характер». Конфликта можно было бы избежать, обсудив заранее, как в нашей семье мы будем поздравлять друг друга с праздниками.

Итак:

- 1 Правила семьи должны быть.** Отсутствие правил или их нечеткость, противоречивость способствуют нарушению стабильности семьи, возникновению чувства тревоги и растерянности у ее членов. Это может приводить к тому, что ребенку трудно привыкнуть к правилам, которым он должен следовать в детском саду или школе, правилам общения со сверстниками.
- 2 Правила жизни семьи должны быть гласными,** обсуждаемыми, об их существовании должны знать (а не догадываться) все члены семьи.
- 3 Семейные правила должны быть результатом согласования между всеми членами семьи.** Если какое-то правило не принимается кем-то из ее членов, то вряд ли оно будет им соблюдаться.
- 4 Семейные правила должны быть гибкими,** меняться в соответствии с изменением семейной ситуации.

Таким образом, семейные правила – это договоренности, достигнутые членами семьи о распределении семейных ролей и функций, о том, что позволено, а что нет, что хорошо, а что плохо.

Задание

Проанализируйте правила, существующие в вашей семье.

Когда и с какой целью они были приняты?

Обсуждались ли правила между членами вашей семьи?

Существуют ли негласные правила жизни в вашей семье?

Есть ли правила, которые не обсуждаются и порой не осознаются всеми членами семьи?

СЕМЕЙНЫЕ ГРАНИЦЫ

Семья как целостная структура существует в более широком социальном окружении. Ее уникальность и отделенность от остального мира условно обозначается понятием «граница».

Внешние семейные границы определяют степень открытости или закрытости семьи по отношению к миру. Степенью открытости границ семьи определяется, что из происходящего в ней доступно для посторонних и какова степень допустимости влияния на нее извне. На наличие семейных границ указывает выражение «не выноси сор из избы!», которое обозначает, что не следует разглашать, происходящее между близкими людьми.

В случаях, когда границы семьи не определены, могут возникать сложности во взаимоотношениях ее членов. Так, отсутствие четкости в определении семейных границ на этапе становления супружеской пары может приводить к конфликтам с прародительскими семьями, когда старшее поколение начинает вмешиваться в отношения молодых супругов, указывая им, что и как нужно делать.

Чрезмерная чувствительность семьи к внешним влияниям также нарушает ее стабильность и может привести к распаду.

После свадьбы молодая семья поселилась в квартире родителей мужа, которые большую часть времени жили на даче. Частым гостем семьи стал брат мужа, дети которого обучались в школе по соседству. Ожидая окончания уроков, он часто заходил к родственникам и «чувствовал себя, как дома»: мог съесть приготовленный ужин или смотреть телевизор, не обращая внимание на окружающих. Первое время молодая хозяйка с радушием встречала гостя. Но частые визиты занимали все свободное время и доставляли дополнительные хлопоты. Попытки женщины поговорить с супругом, чтобы как-то повлиять на ситуацию, не увенчались успехом. Ситуация не изменилась и после рождения сына. Когда ребенку исполнился год, женщина переехала с ним жить на съемную квартиру и подала на развод.

Закрытые семейные границы нарушают взаимодействие с окружением, изолируют конкретную семью. Ярким примером семей подобного типа являются семьи отшельников, которые предпочитают уединенный образ жизни. Следуя своим идеалам, родители навязывают свои ценности, свой образ жизни детям, лишая их, таким образом, возможности познать окружающий мир. У детей, воспитывающихся в такой семье, могут возникнуть сложности в общении с другими, страхи и тревоги в отношении социального взаимодействия.

Педагоги часто сталкиваются с различной степенью открытости семейных границ. Можно выделить родителей, которые прислушиваются к рекомендациям педагога в отношении воспитания их детей, включают новые знания в свой опыт. В то же время есть и такие родители, которые игнорируют информацию, «не слышат» ее, если она не соответствует привычным моделям воспитания.

Классный руководитель обратил внимание на то, что у одного из учеников его класса имеются ссадины на лице. В разговоре с мальчиком выяснилось, что отец наказал его за плохое поведение. Родители, приглашенные в школу, отказались что-то объяснять, заявив «что это дело только их семьи». Все попытки педагога объяснить отцу бессмысленность физических наказаний не принесли какого-либо результата. На все аргументы он отвечал: «Меня отец тоже порол, и я вырос человеком».

Семейные границы регулируют не только взаимодействие семьи с внешним миром, но и то, что происходит внутри нее.

Внутренние границы устанавливают правила взаимодействия между супругами, родителями и детьми, братьями и сестрами. Именно они определяют, как следует общаться внутри семьи, позволяют каждому члену семьи сохранить свою индивидуальность.

Есть вопросы, которые должны решать взрослые без участия в их обсуждении детей. Часто встречающиеся высказывания, типа: «Пойди, скажи своему папе, что он меня обидел», является типичным примером нарушения внутренних границ, втягивания ребенка в конфликт взрослых. Подобные нарушения происходят и в ситуациях развода, когда один из родителей запрещает общение ребенку со вторым родителем, что способствует повышению его тревожности, неуверенности в себе, усиливая для него все негативные последствия развода.

Снизить риск травмировать ребенка при разводе родителей можно только в том случае, если его отношения с обоими родителями не будут обременены конфликтами. «Ребенок должен быть не просто уверен в том, что мама и папа продолжают его любить, он должен знать, что и сам он имеет право и дальше любить обоих родителей»¹⁰.

Границы, отделяющие супружеские отношения от родительских, с одной стороны, защищают детей в случае конфликтов, с другой стороны, позволяют сохранять самим супругам интимность их отношений. Наличие особых отношений между супругами, возможность проводить время наедине друг с другом (посещение театра, туристические поездки, встречи с друзьями и др.) является важным фактором поддержания стабильности семьи и является примером отношений между мужчиной и женщиной для детей. «Если внутренние границы, например, между родительской и детской подсистемами слишком жесткие, то родители производят впечатление занятых только собой; если, наоборот, слишком слабые, то родителям может не хватать интимности, они могут функционировать только в роди-

¹⁰ Фигдор Г. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. М.: Московский психолого-социальный институт, 2007.

тельских ролях, теряя супружеские отношения»¹¹.

Границы определяют и правила взаимодействия между братьями и сестрами в семье. Важно, чтобы родители уважали наличие подобных границ и позволяли детям самим выстраивать отношения друг с другом. Большая часть ссор между детьми благополучно разрешается без вмешательства родителей, и, напротив, их попытки выяснить «кто прав, а кто виноват» приводят к обидам, ревности и, как следствие, затягиванию конфликта.

**Вот так защитник!
Я свою сестренку Лиду
Никому не дам в обиду!
Я живу с ней
очень дружно,
Очень я ее люблю.
А когда мне будет нужно,
Я и сам ее побью.
А. Барто**

Задание

Проанализируйте ситуацию. Какие причины, по вашему мнению, могли привести к нарушениям в поведении ученика.

Учитель первого класса столкнулась с проблемой: один из учеников не оставался в школе один без мамы. Весь сентябрь мама сидела на уроках вместе с мальчиком. Попытки оставить сына в классе и уйти домой заканчивались тем, что он начинал громко рыдать и мешал всем остальным детям работать. Ребенок воспитывается в полной семье, но практически всё время проводит с мамой, которая полностью себя посвятила его воспитанию.

На вопрос о роли отца в воспитании, мама ответила, что не может оставить мальчика с папой даже на время, так как «он не знает, как правильно с ним обращаться».

В редких ситуациях, когда папе доверяют выйти с сыном на прогулку, мама звонит им с интервалом в 15–20 мин узнать, всё ли у них в порядке.

И несмотря на возраст, мальчик всё еще спит в спальне родителей, отказываясь оставаться один в своей комнате.

¹¹ Черников А.В. Системная семейная терапия... С. 30.

Комментарии

В данном случае речь идет о нарушении семейных границ. Вероятно, ребенок является единственным объектом любви матери. Отсутствует разделение супружеских и родительских отношений в семье, благодаря чему у мальчика сформировалась патологическая привязанность к матери.

Отношения между отцом и сыном оказались не выстроены. Мальчик испытывает повышенную тревожность из-за гиперопеки мамы, так как она не дает сыну возможности проявить себя, совершить собственные ошибки и т.д.

Помочь мальчику в адаптации к школьному коллективу можно, только изменив ситуацию, сложившуюся в семье.

СЕМЕЙНЫЕ МИФЫ

Миф в литературе — сказание, передающее представления людей о мире, месте человека в нём.

Семейный миф представляет собой некоторую идею, которую члены семьи используют для ее характеристики. По определению А.Я. Варги, это знание, разделяемое всеми членами семейной системы и отвечающее на вопрос: «Кто мы?»¹²

Семейные мифы не всегда достаточно отчетливо осознаются членами семьи, хотя и содержат их представления о самих себе. Эти представления, с одной стороны, придают стабильность семье, с другой стороны, придают определенную направленность действиям ее членов.

Положительной стороной семейных мифов является то, что они могут способствовать объединению всех членов семьи, поддержанию определенной эмоциональной атмосферы. Например, широко описанный миф «Мы дружная семья» способствует тому, что члены семьи стараются проводить больше времени вместе. В таких семьях поддерживается атмосфера принятия друг друга, мелкие ссоры или обиды не замечаются.

Мифы также влияют на формирование семейных правил, определяют их. Так, например, если семья разделяет миф «Мы семья со сложным ребенком» (ребенок часто болеет, плохо учится, нарушает нормы поведения и пр.), то основным пра-

¹² Варга А.Я., Дробкина Т.С. Системная семейная психотерапия...

вилом жизни становится правило «жить ради ребенка». Родители жертвуют собственными интересами и нуждами во имя благополучия ребенка. Как правило, это не приводит к решению проблем, а только усугубляет их.

Мама обратилась к психологу с просьбой помочь ее 16-летнему сыну наладить общение со сверстниками. Мальчик с детства, по словам мамы, был достаточно болезненным, из-за чего она не могла выйти на работу и все свое время уделяла сыну.

В начальной школе мальчик был переведен на домашнее обучение, и мама вынуждена была всегда находиться рядом.

С возрастом проблемы со здоровьем прошли. Но в школу мальчик не вернулся, продолжив обучение на дому. Хотя серьезных оснований для этого не было, родители решили, что «такой болезненный ребенок» должен быть все время под их присмотром. По словам мамы, «так было всем удобно». Родители окружили сына заботой и вниманием настолько, что у него не было возможности общаться со сверстниками. Большую часть свободного времени он проводил за компьютерными играми или с родителями.

Представление, которое сложилось у родителей в этой ситуации, условно можно выразить словами: «Что мы можем сделать, ведь у нас такой сложный мальчик!?».

Рассуждая таким образом, родители не предпринимали никаких попыток что-то изменить. Обратиться к специалисту они решились лишь тогда, когда сын стал бояться выйти на улицу. Попытки начать общение со сверстниками также заканчивались неудачей.

Живя в соответствии с мифом о неблагополучии ребенка, семья чувствовала себя достаточно стабильной. Принять тот факт, что с ребенком всё в порядке, «он такой как все» означало бы для семьи необходимость серьезных перемен: поиск новых смыслов в жизни для родителей, изменение образа жизни всех членов семьи, установление новых правил общения и т.д. Привычный сценарий – «сын болеет, мы занимаемся его лечением» – оказался более «выгодным» для всех.

Проблемы ребенка являются основой, на которой держится миф, который, в свою очередь, поддерживает семью. Если проблемы исчезнут, рухнет миф и стабильность семьи окажется под угрозой.

Осознание мифов собственной семьи и их изменение может стать средством решения возникающих семейных проблем.

Задание

Выполните следующее упражнение. Взяв лист бумаги, попробуйте закончить предложение: «Моя семья...». Напишите не менее десяти утверждений. Попросите членов вашей семьи сделать то же самое. Проанализируйте содержание ответов. Какие определения встречаются чаще всего? Какие характеристики семьи преобладают: положительные или отрицательные? Есть ли совпадения в ваших ответах и ответах членов вашей семьи? Какие представления характеризуют вашу семью?

Обратите внимание на то, что правильных или неправильных ответов не существует, но сравнение полученных характеристик позволит узнать, как вы и ваши близкие представляют себе семью.

Рассмотренные законы жизни семьи и ее характеристики показывают, каким сложным является процесс построения семейных отношений. Насколько велика ответственность родителей за происходящее в семье.

Психологи выделяют ряд факторов, которые можно использовать для поддержания стабильности и прочности семейной системы.

Наличие в семье традиций и ритуалов. Они имеют особое значение во времена социальных, экономических или политических перемен. В эпоху «кризисов» именно семья может оставаться тем местом, где все предсказуемо и заранее определено. В семье человек удовлетворяет важнейшую потребность – потребность в безопасности и защищенности.

Ритуал как стереотипная форма поведения сообщает членам семьи, как необходимо себя вести в тех или иных ситуациях, как следует к ним относиться. Благодаря ритуалу, мы знаем, как в обществе или в конкретной семье реагируют на те или иные события. Ритуал является важнейшим средством усвоения норм и правил поведения в обществе. Ритуалы являются средством развлечения, отдыха, удовлетворения различных потребностей членов семьи. Именно эти моменты сопровож-

ждаются переживанием и накоплением положительных эмоций, которые в «трудные» периоды жизни семьи могут выступать в качестве «подушки безопасности». Чем больше семьей накоплено совместных положительных эмоций, тем больше у нее ресурсов для преодоления семейных проблем.

Сплотить семью помогут следующие ритуалы:

- ритуалы повседневной жизни (прием пищи, отход ко сну, встреча, прощание);
- ритуалы внутрисемейного календаря (дни рождения, годовщины, знаменательные даты);
- ритуалы празднования событий, отмеченных во «внешнем» календаре (Рождество, Новый год);
- ритуалы жизненных циклов (свадьба, рождение ребенка, смерть).

Таким образом, традиции и ритуалы способствуют сохранению стабильности семьи, повышению уверенности ее членов в трудных кризисных ситуациях жизни.

Семейные ценности. Ценности – это идеи, идеалы и цели, к которым стремятся члены семьи. Они выступают ориентиром в жизни человека и семьи, определяют, на что будут направлены усилия всех ее членов. Семейные ценности включают в себя осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Общие занятия и увлечения. Совместное времяпровождение, наличие общих интересов способствуют лучшему взаимопониманию членов семьи, формированию у них навыков сотрудничества. Важно, чтобы общие занятия планировались с учетом интересов и потребностей всех членов семьи. Так, совместное посещение театров, просмотр кинофильмов или участие в спортивных мероприятиях, безусловно, будет способствовать сплочению всех членов семьи.

Заключение

Семья так много значит для каждого из нас, что закончить разговор о семье, о тех событиях, которые в ней происходят, достаточно сложно. В представленных материалах мы рассмотрели лишь некоторые аспекты жизни семьи. Надеемся, что знакомство с ними позволит вам понять происходящее в ваших семьях и изменить к лучшему.

В завершение можно процитировать следующие строки одного из популярных стихотворений:

Семья – это важно!
Семья – это сложно!
Но счастливо жить одному невозможно!

Литература

- 1 Сатир В. Вы и Ваша семья: Руководство по личностному росту. Апрель-Пресс, 2007.
- 2 Фигдор Г. Беды развода и пути их преодоления. В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания. М.: Московский психолого-социальный институт, 2007.
- 3 Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. М.: Класс, 2005.
- 4 Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. СПб.: Речь, 2006.

ОГЛАВЛЕНИЕ

3	ВВЕДЕНИЕ
4	ЧТО ТАКОЕ СЕМЬЯ?
9	ЗАКОНЫ ЖИЗНИ СЕМЬИ
17	ХАРАКТЕРИСТИКИ СЕМЬИ
30	Литература



Стюхина Галина Андреевна – кандидат психологических наук, доцент. Автор нескольких учебно-методических пособий по психологии способностей, психологии семейных отношений, конфликтологии. Преподает дисциплины психолого-педагогического цикла на кафедре психологии младшего школьника МПГУ. Практикующий психолог с большим опытом консультативной и тренинговой работы.