

КРИЗИСЫ РАЗВИТИЯ СЕМЬИ

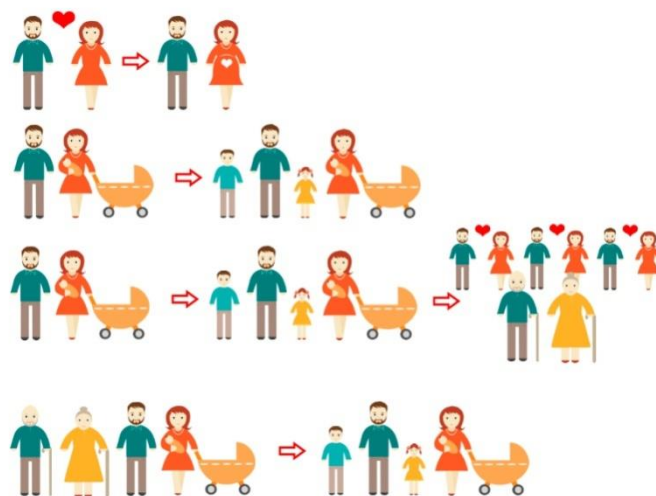
Главная задача каждой семьи – способствовать развитию ее членов. Сама семья в своем развитии также проходит определенные стадии или этапы. Переход с одной стадии на другую часто бывает достаточно болезненным и напряженным, осуществляется через проживание более или менее продолжительного кризиса. Переходные периоды и кризисы считаются неизбежными в ходе развития семьи, но если они не разрешаются своевременно, то последующие кризисы протекают значительно тяжелее и в семье могут возникать более серьезные проблемы.

Семейные кризисы, стрессы могут быть связаны как с эмоциональными отношениями между супругами, так и с трудностями между поколениями, семейными ожиданиями. Часто на семейные трудности накладываются индивидуальные кризисы развития, стрессовые события. Одни стрессы развития являются предсказуемыми (такие как уход из дома повзрослевшего ребенка, заключение брака), другие - непредсказуемыми (болезнь, потеря работы или смерть). Психолог, работая с семьей, переживающей кризис, обращает внимание не только на текущие проблемы и взаимодействие в семье, но и исследует характерные особенности взаимоотношений, которые были унаследованы от предыдущих поколений. При этом семейные традиции и особенности взаимодействия в разных культурных группах могут существенно различаться.

Основные этапы жизненного цикла семьи организованы вокруг развития ребенка. Это образование пары, семьи с маленькими детьми, семьи с детьми-школьниками или подростками и семьи с взрослыми детьми.

Вопреки стереотипам, развитие семьи начинается не с вступления в брак или начала совместной жизни, а с момента, когда повзрослевший молодой человек, еще не имеющий спутника жизни, начинает отделяться от своей родительской семьи. На этом этапе отношения со сверстниками становятся более важными и близкими, чем отношения с родителями. Молодым людям нужно до заключения брака полностью обособиться от своих родительских семей, а вступив в брак договориться о границах со своими родительскими семьями. Для молодых семей очень важно определить границы отношений с родственниками и друзьями, обсудить распределение домашних обязанностей, ролей в семье (кто что делает, кто за что отвечает), разрешить конфликт между личными и семейными потребностями.

После рождения детей семья должна пересмотреть свои отношения и существующие в семье правила с учетом интересов детей. Так как супруги сами становятся родителями, пересматриваются их отношения со своими родителями, которые теперь являются бабушками и дедушками. В этот момент особенно важно найти баланс



между обеспечением безопасности ребенка, утверждением родительского авторитета и необходимостью способствовать его росту и развитию.

С поступления ребенка в школу начинается новый этап. Родители распределяют обязанности, связанные со школой: кто будет помогать ребенку с уроками, кто будет посещать родительские собрания, решать школьные проблемы. Дети учатся устанавливать отношения как со сверстниками, так и со взрослыми.

Начиная со времени, когда старший ребенок достигает половой зрелости, и пока последний ребенок не покинет дом, семья считается семьей подростка. Родителям следует постоянно менять свои взаимоотношения и правила, модифицировать границы семьи, для того, чтобы подросток при желании мог входить в семейную систему и покидать ее. Родители в этот момент сталкиваются с переживанием кризиса среднего возраста, когда начинают подводиться первые итоги того, что из запланированного в жизни удалось достичь. Семья становится «стартовой площадкой» для повзрослевшего ребенка. На этом этапе родители и дети в идеале стремятся ко все большей независимости друг от друга. Родителям следует установить с детьми взрослые отношения и пересмотреть собственные супружеские отношения уже без детей, возникает необходимость изменить распорядок жизни, заняться собственной карьерой и т. д.

Когда супруги уже выполнили свою родительскую функцию, наступает период, когда они сталкиваются с проблемой ухудшения здоровья. На этом этапе они могут столкнуться с потерей партнера, угрозой старости и смерти, как собственной, так и любимых людей.

В ходе прохождения семьей этапов жизненного цикла семья постоянно сталкивается с необходимостью приспособления к изменениям. С одной стороны человек стремится к безопасности, к стабильности, с другой - постоянно изменяется как внешняя ситуация, так и мы сами. Мы не можем оставаться неизменными. Проживая различные ситуации, преодолевая трудности, человек получает новый опыт. Изменяется он сам, изменяются его потребности.

Изменения в семье происходят не только в связи с рождением и взрослением детей. Сам характер наших отношений является циклическим: мы соединяемся с человеком, а потом отдаляемся от него. Брак является взрослой формой близости. Это и единство, и отдаленность, когда двое взрослых эмоционально близких, но при этом независимых друг от друга людей, не состоящих в кровнородственных отношениях, имеют как общие цели, так и определенное индивидуальное пространство для развития. Брак создает напряжение, нарушает старые пути жизни, но он также способствует развитию личности, созданию новой ее целостности, вне зависимости от родительской семьи. Это постоянное движение, как приливы и отливы. Брак есть движение к близости, а близость может состоять из двух компонентов – любви и ненависти. Поэтому открытость и близость может повышать температуру как любви, так и ненависти.

Выбор партнера часто бессознателен: и муж, и жена имеют определенные, часто идеализированные, ожидания относительно партнера и брака. Они могут подходить друг другу с абсолютной точностью, однако после окончания медового месяца наступает период, который начинается с разрушения иллюзии. Если супруги ожидают друг от друга

определенного поведения и удовлетворения психологических потребностей друг друга, то разрушение псевдотерапевтических отношений может проходить достаточно тяжело и длительно. Через семь, восемь или девять лет возникает "синдром десяти лет": люди постепенно понимают, что не могут переделать друг друга.

Одно из обычных явлений в супружеском тупике – измена. Когда при помощи любовного треугольника повышается температура брака, то отношения, через период кризиса и последующее примирение, могут стать даже более близкими.

Следующий супружеский кризис – двадцатилетний тупик, обычно наступающий тогда, когда дети покидают дом. Когда пространство между мужем и женой заполнено детьми, они могут не думать о своих отношениях. Преодолев этот тупик они смогут пойти дальше, чтобы повернуться лицом к старости. Если супруги пережили и разрешили прошлые кризисы, то они смогут пережить этот период без значительных проблем, через нахождение общих интересов, новой близости.

Разрешение любых семейных и супружеских кризисов происходит легче, если пара не уходит от обсуждения отношений и возникающих проблем. Однако, сложившиеся стереотипы взаимодействия (в том числе и имеющие место в родительских семьях) могут помешать этому. В этой ситуации профессиональная помощь психолога может оказаться необходимой. С помощью специалиста можно быстрее и менее болезненно пережить и разрешить наиболее сложные моменты нашей жизни и найти взаимопонимание с близкими.

Материал подготовлен психологом отделения помощи женщинам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, Голубиной Г.А.

При подготовке статьи были использованы следующие литературные источники:

1. Браун Дж., Кристенсен Д. Теория и практика семейной психотерапии. – СПб.: Питер, 2001. – 352 с.
2. Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. - Москва: Независимая фирма "Класс", 1998.