

ТРУДНОСТИ МОЛОДОЙ СЕМЬИ

Молодая семья, как и любой молодой организм, переживает всевозможные сложности на пути к своему становлению. И хотя каждый человек на нашей Земле уникален и имеет свою, неповторимую историю, все мы на пути к созданию крепкой семьи переживаем схожие сложности. Знание особенностей периода становления брака помогает избежать обоюдных разочарований и заложить крепкий фундамент семьи в первые годы брака.



Уход из родительского дома: молодые одинокие взрослые.

Прежде чем образовать пару, молодые люди должны полностью отделиться от своих родительских семей. Первая стадия - это когда одинокий, финансово самостоятельный человек, живет отдельно. Он живет сам по себе, получает опыт самостоятельной жизни, реализует правила, усвоенные им в родительской семье, вырабатывает свое отношение к ним, может от них отстраниться, проверить их на практике. Это очень важный опыт, как для индивидуального развития, так и для развития будущей семьи.

На данном этапе главную роль играют сверстники, отношения с которыми становятся более близкими. Молодые люди начинают встречаться, образуется пара. Стадия ухаживания может длиться от нескольких месяцев до двух лет.

В Российской семье молодые люди часто продолжают жить в родительской семье пока не вступают в брак, а иногда продолжают жить с родителями и после вступления в брак. Такие молодые люди не имеют возможности посмотреть со стороны на те правила, которые существовали в их родительской семье, не успевают выработать к ним своего отношения, им сложнее психологически отделиться от родителей, даже если они стали финансово независимыми.

Стадия диады наступает, когда люди начинают жить вместе.

Это первый кризис, так как молодые люди должны договориться о правилах совместной жизни. Не все правила одинаково легко вырабатываются. О внешних правилах (кто моет посуду, кто деньги зарабатывает) договориться легче, если они осознаются, проговариваются и если в родительских семьях супругов правила были схожими. Но есть правила, которые выработать сложнее т.к. они плохо осознаются и непосредственно привязаны к самооценке, например, правила сексуального поведения. Такие правила очень трудно обсуждать, так как трудно понять, кто что делает и кто что чувствует. Часто правила культурно обусловлены или связаны с правилами, существующими в родительских семьях, которые супруги переносят в свою семью.



Сейчас очень распространенным является *гражданский брак*, когда люди начинают проживать совместно, не оформляя брак официально. Это попытка отодвинуть супружество. Это своего рода эксперимент, когда человек еще не взял на себя обязательства. Отношения в гражданском браке значительно отличаются от супружеских, так как люди хоть и живут вместе, но еще не примеряют на себя роль мужа или жены. Когда молодожены вступают в официальный брак, на отношения очень сильно начинает влиять опыт жизни в родительской семье: то, какими были их родители, какие у них были отношения. Если раньше они ожидали от партнера поведения, соответствующего роли любимого человека, то сейчас ожидают от него поведения супруга (мужа или жены, отца или матери ребенка).

После вступления в брак роль сына или дочери становится вторичной по отношению к роли мужа или жены. Молодоженам следует договориться о границах, определяющих взаимоотношения с родительскими семьями, родственниками и друзьями, миром работы, соседями и другими значимыми людьми. Пара должна, с одной стороны, поддерживать важные контакты, и, в то же время, создать семью с достаточно четкими границами, допускающими развитие интимных взаимоотношений внутри пары. Кроме того, предстоит разрешить и множество более прозаических проблем, например, обсудить распределение домашних обязанностей.

На этом этапе возникает несоответствие между потребностями супружеской пары. Приходится изменять правила, которые ранее удовлетворяли каждого индивида в отдельности. Два человека, имеющие разный стиль жизни и разные устремления, вынуждены как-то примирить их, создать собственные способы взаимоотношений и проявления своих чувств. Они должны выработать правила, касающиеся близости, иерархии и разделения труда, а также стереотипы сотрудничества. Каждый должен развить в себе способность понимания другого, у них должны появиться общие ценности, умение слышать то, что важно для другого, и какая-то взаимная договоренность о том, как поступать, когда те или иные ценности у них не совпадают.



Супруги должны научиться преодолевать конфликты, которые неизбежно возникают по различным бытовым и финансовым вопросам. Выработка действующих стереотипов проявления и разрешения конфликтов — важнейшая сторона такого первоначального периода.

Сначала каждый из супругов ощущает себя как отдельного человека, взаимодействующего с другим. При формировании супружеской пары каждый должен стать ее частью. Это может ощущаться как отказ от части своей индивидуальности. На этом этапе паре важно понять, что принадлежность к семье не только стесняет, но и обогащает. Такой переход на новый уровень сложности почти всегда болезнен, но пара достигнет такой стадии, на которой при отсутствии значительных изменений отношения становятся достаточно стабильными.

Способность пары к близким и независимым отношениям определяется тем, насколько каждому из супругов удалось стать самостоятельной личностью в родительской семье. Тех же, кому не удалось обрести автономию в рамках родительской семьи, отличает эмоциональная

холодность или же они склонны формировать парные отношения, доминирующие над их личными интересами. Прежде чем объединиться и создать пару, каждый человек должен стать самостоятельным «Я».

Если молодой человек живет с родителями, то вступая в брак, он приводит супруга (супругу) в свою большую многопоколенную семью часто на правах ребенка. В этом случае в процессе вхождения в семью возможны любые конфликты. В нашей культуре признаком хорошего отношения со стороны родителей считается сказать "Он нам как сын", или "Она нам как дочь". В таких условиях сложнее договориться и полноценно пройти стадию диады, сформировать отношения в паре.



Стадия пройдена, когда семья формирует свои собственные правила и отношения. Часто эта стадия разрешается через конфликты, особенно когда энергия направлена не на работу над собой, а на изменение другого, навязывание своей картины мира и своих ценностей.

Начальную фазу развития семьи могут осложнить следующие факторы:

1. Пара встречается или заключает брак вскоре после утраты значимого человека.
2. Супружеские отношения формируются на фоне стремления дистанцироваться от родительской семьи.
3. Семейные традиции и происхождение супругов (например, религиозные убеждения, образование, социальный класс, национальная принадлежность, возраст и т. п.) существенно различаются.
4. Супруги выросли в семьях с разным составом (например, многодетная семья и семья с одним ребенком).
5. Пара проживает слишком близко или слишком далеко от хотя бы одной из родительских семей.
6. Пара зависит от членов расширенной семьи материально, физически или эмоционально.
7. Брак заключается в возрасте до 20 или после 30 лет.
8. Брак после периода ухаживания продолжительностью менее шести месяцев или свыше трех лет.
9. Свадьба в отсутствие членов семьи или друзей.
10. Беременность жены до свадьбы или в течение первого года после замужества.
11. Плохие отношения одного из супругов со своими сиблингами (братьями и сестрами) или родителями.
12. Собственное несчастливое, по мнению хотя бы одного из супругов, детство или отрочество.
13. Нестабильность брачных паттернов в одной из расширенных семей.

В этих случаях у пары возникают дополнительные сложности. Так, роль каждого супруга в родительской семье и принятые в ней особенности взаимодействия могут помешать молодым людям сформироваться как паре. Заключая брак вскоре после утраты родителя или другого члена семьи, молодые люди надеются, что их заменит партнер. Однако эти желания нереалистичны и обычно ведут к разочарованию, мешая воспринимать супруга таким, каков он есть. Если пара не способна эффективно обсуждать собственные потребности, то, не сумев до появления ребенка примириться со своей несхожестью, супруги сталкиваются с еще большими трудностями при попытке это сделать впоследствии.

Еще одна трудность заключается в том, что для многих показателем хорошей семьи является «быть одним целым» и считается, что один человек может стать совершенным через «слияние» с другим. Но «слитные» пары не в состоянии эмоционально отделиться от родительской семьи, что существенно осложняет формирование близких взаимоотношений между ними. Если двое «слиты» друг с другом, они часто не способны нести ответственность за себя и свои взаимоотношения. «Слитное» взаимодействие имеет место в том случае, когда, по мнению одного из супругов, партнер должен обеспечить его счастье, причем зачастую именно партнер считается виновником всех возникающих между супругами проблем. В таких семьях бытует мнение о том, что стоит только партнеру начать вести себя по-другому, и все проблемы тут же уйдут, а супруги заживут счастливо. Высказывая взаимные обвинения, супруги фактически отказываются нести ответственность за свои отношения. «Слитным» парам трудно прийти к соглашению. При «слитном» взаимодействии супруг склонен считать, что «уступить» значит «сдаться», что вызывает страх утраты своего «Я». Таким образом, «слитность» затрудняет выработку гласных и негласных правил, делающих совместную жизнь приятной.



Таким образом, решение данных задач на начальном этапе семейной жизни способствует выработке долговременных устойчивых форм поведения, действующих на протяжении всего жизненного цикла. Пары должны выработать правила близости, сотрудничества и разделения обязанностей, пути разрешения конфликта; допустимые формы выражения эмоций в семье; кто за кого несет ответственность и при каких условиях. Супруги должны знать о том, что важно для другого, уважать мысли и чувства партнера, даже если они отличаются от его собственных. Способность уважать непохожесть другого человека приходит лишь при формировании индивидом самоидентичности, что невозможно при эмоциональной зависимости от родителей.

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. Варга А. Я., Дробкина Т. С. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001. - 144 с.
3. Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. - Москва: Независимая фирма "Класс", 1998.