***Оглавление***

Введение

Глава I. Семейные конфликты как объект изучения в психологии

1.1 Понятие семьи, функции семьи

1.2 Конфликты и факторы их возникновения

1.3 Социально-психологические причины конфликтов

1.4 Личностные причины конфликтов

1.5 Типичные межличностные конфликты

1.6 Конфликты во взаимодействии родителей и детей

Глава 2. Психологическая помощь конфликтным семьям

2.1 Методы коррекции семейных отношений

2.2 Психологическое консультирование конфликтных семей

Глава 3. Экспериментальная часть

3.2 Тестирование по опроснику Томаса

3.3 Опросник Стефансона

3.4 Выводы

Литература

# ***Введение***

Исторически, семья является конкретной системой между супругами, родителями и детьми, занимает определенное место в социальных взаимодействиях. Она обладает серьезными преимуществами в социализации личности благодаря особой психологической атмосфере любви и нежности, заботы и уважения, понимания и поддержки. Огромное значение имеют взаимоотношения детей и родителей, которые оказывают большое влияние на развития и идентификацию ребенка.

Неблагополучие в семье порождает насилие (физическое, психическое или эмоциональное, сексуальное). Получить объективные статистические данные о случаях насилия в семье достаточно сложно. О них становится известно, если ребенок попадает в больницу с травмами или совершает правонарушение. Из опроса 204 старшеклассников г. Новгорода следует, что только 43% опрошенных считают свою семью дружной и сплоченной; у 54% подростков нет доверительных отношений с отцами и у 33% - с матерями. В конфликтных семьях, порождающих трудных детей, дело обстоит еще сложнее. Также были опрошены 102 "трудных" подростка. Каждый третий подросток свое девиантное поведение объяснил конфликтами в родительском доме, а также недружелюбным отношением со стороны отца или матери к себе.

Вышесказанное свидетельствует о том, что институт современной семьи находится в кризисном состоянии, а это естественно привлекает внимание специалистов из различных областей науки: психологов, педагогов, медиков, социологов и др. ученых. Проблемы современной семьи требуют не только глубокого всестороннего изучения их на теоретическом уровне, но и практического решения на уровне государства, общества и конкретной личности.

**Объект исследования**: взаимоотношения супругов в конфликтных и неконфликтных семьях.

**Цель исследования:** рассмотреть проблемы конфликтных семей.

**Задачи:** рассмотреть понятие конфликта в современной психологии, социально-психологические причины конфликтов, личностные причины конфликтов, методы коррекции семейных отношений, а также возможности данных методов на практике.

**Материал исследования:** 23 семейных пары, характеристики которых будут рассмотрены в экспериментальной части.

# ***Глава I. Семейные конфликты как объект изучения в психологии***

# ***1.1 Понятие семьи, функции семьи***

Определение семьи: Семья - это малая социальная группа, которая основана на супружеском союзе и родственных связях (отношения мужа с женой, родителей и детей, братьев и сестёр), которые живут вместе и ведут общее домашнее хозяйство. Важнейшие характеристики семьи это её функции, структура и динамика.

Функции семьи

Под функцией семьи понимается сфера жизнедеятельности, которая связана с удовлетворением членами семьи своих определённых потребностей.

Классификация потребностей по Маслоу - 6 уровней. Более простая - потребность в безопасности, привязанности и достижений.

Функции семьи по потребности:

. Воспитательная функция

Состоит в удовлетворении членами семьи их психологических потребностей в отцовстве, материнстве, взаимодействии с детьми, воспитании детей и самореализации себя в детях.

Функция семьи относится не только к индивидуальным потребностям человека, но она имеет отношение и к социуму. В отношении к обществу семья, воспитывая детей выполняет функцию социализации подрастающего поколения. Они воспитывают сына или дочь, а также и члена общества. Функция эта является достаточно длительной - от рождения до взрослости. Эта функция ещё и обеспечивает преемственность поколений. Чтобы себя продлить в детях, важно чтобы дети могли продлить себя. А для этого нужно им дать максимум психического, физического и социального здоровья.

. Хозяйственно - бытовая

Она заключается в удовлетворении членами семьи своих биологических и материальных потребностей и в удовлетворении потребности в сохранении их здоровья - физического, психического и социального. В ходе выполнения семьёй этой функции происходит восстановление физических и психических сил, которые были затрачены в сфере работы.

. Функция эмоционального обмена

Семья образуется людьми, которые находятся в родственных связях. Эти связи основаны на эмоционально-позитивных контактах, которые называются привязанностью. Эта нормативная привязанность исходно существует между членами семьи и проявляется в переживаниях и выражении своего отношения одного члена семьи к другому. Привязанность мы выражаем в форме эмоций. Их выражать - это для нас аксиома. Постепенно эта привязанность выражается в серьёзной психологической потребности. Это потребность в любви, симпатии, уважении, признании другому, эмоциональной поддержки другого и его психологической защите. Эта функция нормативно предполагает, что члены семьи знают что такое чувства и умеют их выражать и переживать, что ведёт к тому, что в семье возникает эмоциональный обмен. Соответственно поскольку семья - это целостное образование, то не только члены семьи обмениваются эмоциями внутри, но и семья как целое выражает определённую эмоцию и направляет её в окружающую среду. Поэтому эмоциональный обмен выражается не только внутри семьи, но и по отношению к другим семьям и социальным группам. Часто внутри семьи эмоциональный обмен носит один характер, а между семьями совершенно другой. Есть тип семьи "семья - крепость". Внутри неё любовь и симпатия и ненависть к другим семьям. Эмоциональный обмен носит другой характер.

Эта функция считается реализуемой, если между семьёй и окружающей средой происходит постоянный эмоциональный взаимообмен. Это значит, что семья выделяет в виде эмоций в окружающую среду и получает в ответ какие-то переживания. Если этот взаимообмен нарушается, семья переполняется невыраженными и неосознаваемыми чувствами. Это приводит к болезням семьи в целом.

. Коммуникативная функция

Она состоит в удовлетворении потребности семьи в совместном проведении времени (досуг), взаимном культурном и духовном обогащении и эта функция способствует духовному развитию членов общества. Степень развитости коммуникации в семье соответствует степени развитости коммуникации в обществе. Благодаря коммуникации происходит серьёзный личностный рост. Реализация этой функции ведёт к серьёзному личностному росту членов семьи.

. Функция первичного социального контроля

Цель общества - не только помочь человеку выжить, но она предполагает и функцию контроля - введение ограничений и запретов, которые помогают выживать их создавшему. Семья - малая социальная группа, в ней новый член общества рождается. Обеспечение выполнения членами семьи социальных норм - важная черта. Особенно те члены семьи, которые не обладают достаточной способностью строить своё поведение в соответствии с существующими социальными нормами. Такими факторами, ограничивающими способность строить своё поведение являются возраст (семья контролирует детей, престарелых и пожилых членов семьи), факт болезни кого-то из членов семьи, приводящей к инвалидизации (родственники должны осуществлять социальный контроль, как опекуны)

. Сексуально - эротическая функция

Существует для удовлетворения сексуальных потребностей семьи, регулирует сексуальное поведение членов семьи. Обеспечение биологического воспроизводства общества, благодаря чему семьи превращаются в роды, идущие в поколения.

Также как и человек имеет дату рождения и смерти, также и семья существует во времени, на каком-то этапе возникает и затем исчезает. У неё также имеются свои фазы развития. Динамический компонент состоит в том, что с течением жизни семьи удельный вес каждой из функций может меняться. Какие-то функции могут выходить на 1-й план, а какие-то на 2-й или вообще исчезать. Появление детей в семье выдвигает на 1-й план функцию воспитания и быта. В молодой семье на 1-м месте может быть секс, в пожилой семье функция воспитания может исчезать. Функции меняются не только в самом цикле развития семьи но и в историческом цикле. В истории были этапы, когда семья из поколения в поколения передавала частную собственность (дворцы), социальное положение (палата Лордов в Британии).

Семья, которая адекватно выполняет всю совокупность своих функций называется функциональной. Если в семье отмечаются нарушения какой-либо функции или нескольких функций вместе, то такая семья называется. дисфункциональной. Она является основным объектом социальной работы, семейного консультирования или семейной терапии. Психолог помогает семье в целом, а не отдельному её члену. Все эти функции связаны друг с другом и на практике очень редко можно столкнуться с изолированным нарушением функции. Восстанавливать приходится 2-3-4 и т.д. функции.

Нарушение функции семьи - это такие черты её жизни, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьёй её основных функций. Например, в семьях моряков нарушаются сексуально-эротические функции семьи.

Структура семьи

Это число и состав членов семьи, а также совокупность отношений между её членами. Она тесно связана с её функцией. Они взаимно влияют друг на друга. Например, развод влияет на все функции. Выделяют следующие формы семьи:

Базовой формой семьи является нуклеарная семья. Это треугольник - родители и один ребёнок. Она представлена представителями 2-х поколений - родители и дети. Существует 2 разновидности - полная нуклеарная семья (двое родителей и дети) и неполная нуклеарная семья (отсутствие одного из родителей). Семья без детей это тоже неполная нуклеарная семья.

-я форма - расширенная семья. Это семья, которая объединяет кровных родственников более чем 2-х поколений, которые объединены общим домашним хозяйством. Самый частый вариант - семьи с бабушкой, дедушкой и другими родственниками.

-й вариант - большая семья. Это группа кровных родственников разных поколений, которая живёт в одном месте не обязательно ведут совместное домашнее хозяйство и возглавляется фигурой патриарха или матриарха. Эта форма характерна для сёл или маленьких городов или на окраинах больших городов. Есть дом родителей, рядом 2-4 дома, где живут семьи детей с определённым характером отношений. Родители выполняют роль патриарха, оказывая влияние на существование семей. Такая семья является иерархичной.

-й вариант - семья - клан. Это группа, объединённая кровно родственными отношениями, которая не обязательно проживает в одном месте и не обязательно имеет одного лидера. Пример - сицилийская мафия.

-й вариант - семья - двор. Характерна для России 17-19 вв. Сейчас редко. Она объединяет несколько поколений членов семьи, причем в семью включаются люди, не связанные кровным родством (гувернантки, слуги, горничные).

Нарушения структуры семьи также встречаются, как и нарушение функции. Это такие особенности структуры семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьёй основных её функций. Например, часто хозяйственно-бытовая функция разделена асимметрично, когда муж не принимает в этом участия, а всё делает жена. Основной формой, в которой проявляются нарушения структуры отношений становится семейный конфликт. Он препятствует выполнению семьёй её различных функций. Общество пытается восстанавливать структуру семьи. Здесь 2 линии:

Не психологическая линия, восстанавливает физическую структуру семьи (службы знакомств, гадалки, астрологи). психологическая линия - позволяет восстанавливать структуру взаимоотношений в семье.

Изучение структуры семьи и отношений является чрезвычайно важной.

Динамика семьи

Семья имеет свой жизненный цикл, который начинается с момента заключения брака, которая проходит через определённый жизненный этап, исчезая в 2-х вариантах:

Развод

Смерть одного из членов семьи

В литературе по психологии семьи выделяются много классификаций этапов жизнедеятельности семьи. Каждый этап имеет свои задачи и имеет свои кризисы, которые важно преодолеть, чтобы перейти на следующий этап. Это нормативное положение.

Основные стадии:

стадия - этап молодой семьи (0-5лет). Начинается от рождения семьи до появления 1-го ребёнка в семье. Грегори Бейтсон называл это стадией диады. Основные задачи развития на этой стадии - проблемы адаптации молодых супругов друг к другу. Адаптация включает взаимную сексуальную адаптацию, а также задача первоначального семейного накопления. На этом этапе складываются отношения семьи с другими семьями. Особенно травма, когда молодая семья не имеет собственного жилья. Психологи семьи считают, что брак заключается не между людьми, а между семьями. Формируются внутрисемейные привычки и ценности. Этот период адаптации вызывает сильное эмоциональное напряжение. Многие молодые семьи этого не выдерживают - пик разводов в этом возрасте.

Причины высокой частоты разводов:

неподготовленность к супружеству

плохие бытовые условия

отсутствие жилой площади

вмешательство родственников во взаимоотношения молодых

-я стадия - семья с несовершеннолетними детьми. Это триада, квадрат, пентада и пр., в зависимости от количества детей. От рождения первого ребёнка и завершается, когда последний ребёнок покидает семью. Это центральный этап жизненного цикла, длительностью минимум 18 лет. В процессе семья становится зрелой. Это период наибольшей хозяйственно-бытовой активности. Здесь очень актуальной становится воспитательная функция. С одной стороны семья становится более стабильной, с другой стороны в триаде появляется 3 стороны и дистанция между людьми увеличивается. Появление 1-го ребёнка для отца очень травматично. Кто-то назвал это первичным разводом, когда любовь мамы переключается от отца на ребёнка. Пик разводов в возрасте ребёнка от 2-х до 5-ти лет.

Воспитательная функция - основная особенность стадии. Характерны перегрузки супругов, перенапряжения их сил и отсутствие возможности восстановиться. Дилема - что сохранять - себя или семью. Необходимость адаптации к постоянным изменениям структуры отношений и функций в семье. Можно выделить подстадии, зависящие от возраста детей:

Семья с младенцем

Семья с дошкольником

Семья с школьником до 12 лет

Семья с подростком - юношей (12-21год)

Затем синдром пустого гнезда.

Эту стадию сопровождает 2-й кризис в семье, который также знаменуется пиком разводов. Этот кризис происходит в возрасте 17-25 лет семейной жизни. Жил для детей, а теперь поживу для себя - начать новую семью. Этот кризис интересен тем, что с одной стороны это кризис семьи (седина в голову, а бес в ребро), с другой - это ситуация, когда внутри семьи её члены переживают свои кризисы (для детей - кризис эго идентичности - поиск себя; папе с мамой под 40 - у них кризис достижений). Получается очень травматическая ситуация. Трудно взрослым родителям принять своих взрослых детей, которые имеют право на существование. Добавить кризис обстоятельств (папа утратил карьеру, кто-то умер и пр.), получается чрезвычайное давление на семью при стечении 3-4-х кризисов. Очередной кризис может оказаться фатальным, семья распадается.

-й этап - завершающий. Начинается с момента, когда последний из детей уходит из семьи и начинает трудовую деятельность - кризис пустого гнезда. Муж вдруг начинает видеть свою жену спустя 25 лет совместной жизни. Стадия начинается с утраты, нужна новая адаптация друг к другу в конце зрелого, начале пожилого возраста. Исчезает воспитательная функция. Интенсивное сопротивление повзрослевших детей, нарушение эмоционального взаимодействия. Проблема принятия пожилым родителем взрослого сына или дочери. Ослабляются физические силы, отдых приобретает важное значение, проблема здоровья. Освоение ролей бабушек и дедушек, проблема суррогатных мам. Основная проблема этого возраста - удовлетворение потребности в признании, уважении, особенно со стороны детей.

конфликт семья тестирование психологический

# ***1.2 Конфликты и факторы их возникновения***

О понятии конфликта толкуется во многих теориях, многими современными авторами, в справочной литературе. Существует масса политических, социологических и психологических определений данного явления. Также рассматриваются различные его классификации, виды, подвиды и т.д. И все эти определения по праву занимают наше внимание в аспекте своей области изучения. И, казалось бы, что нет чего-то недосказанного, непонятого и не обсуждаемого ранее. Однако данная область актуальна и вместе с тем до конца не изучена. Слово "конфликт" применительно к широкому кругу явлений - от вооруженных столкновений и противостояний различных социальных групп до служебных или супружеских разногласий. Мы называем конфликтом семейную ссору, военные действия, столкновение внутренних мотивов, борьбу собственных желаний и чувство долга и т.п. (О.Ю. Микулина, 2002). "Конфликт" происходит от conflictus - "столкновение" (лат.). Существует несколько научных классификаций, которые, в сущности, оказываются довольно близки по содержанию к выделяемым типам, где основные можно объединить в группы: межиндивидуальные, межгрупповые конфликты (конфликты между малыми, средними и большими социальными группами); внутриличностный конфликт и т.п. Конфликты также могут быть длительными и краткосрочными. В контексте проблемы определения конфликта всегда обозначается некая биполярность, взаимосвязанность и взаимопротивоположность одновременно, всегда неудовлетворенность потребностей одного или обоих участников. Конфликт - это противостояние - оппозиция - столкновение индексно - противоположных целей, интересов, мотивов, позиций или концепций субъектов-оппонентов в процессе общения - коммуникации. Как метафорично подмечает один из наших современников (Хасан Б.И., 2004)"…противоречие очень тщательно спрятано в упаковке конфликта. А упаковка в свою очередь, выглядит либо весьма страшно, либо весьма привлекательно, а чаще всего сочетает в себе оба эти качества… как ни странно человека притягивает к ужасам…", - пишет он далее. Этот факт - притягательности ужаса для человека объясняется и описывается ниже. Конфликт всегда непроизволен. Все действия, совершаемые в процессе его протекания, не автоматизированы, спонтанны. Но конфликт может возникнуть, если автоматизированное общение (вербальное, невербальное) не является в данном случае оптимальным способом общения для реализации взаимодействий. Конфликт всегда имеет свои атрибутивные признаки: стресс, фрустрация, кризис…. В современной литературе по конфликтологии иногда прибегают к более детальному описанию характеристик участников конфликтного взаимодействия. В конфликте есть прямые и непосредственные участники конфликта, и также такое понятие, как сторона конфликта. Иногда отмечают, так называемых эпизодических участников. К ним относят организаторов, подстрекателей и пособников. Конфликт имеет собственное устройство, особый инструмент для его решения. Т.е. разгадка на загадку под именем "конфликт" содержится в нем самом.

Наиинтереснейшие явления, описывающие конфликт, складывались в психоаналитической и социологической школах. Внутренний конфликт, нарастание и разрешение которого есть путь обновления всей культуры (Г. Зиммель, 1996).З. Фрейд и его школа попытались объяснить конфликт как основание - генератор психического вообще (З. Фрейд, 1923). Фрейд первым описал конфликт. Конфликт - центральное понятие теории психоанализа. Согласно его концепции строения личности "… стремление "Я" отделаться от мучительного воспоминания наблюдается вполне закономерно…", - писал он. И причина борьбы "Я" зависит от принадлежности к определенной школе. У З. Фрейда - это либидо против цензуры. Сознание против бессознательного, биологически обусловленные инстинкты против требований среды. У К. Юнга - борьба биологического против духовного, архетипа против объекта, архетипа против ситуации, природного существа против духа - архетипа. У А. Адлера - стремление к превосходству (как компенсация) против комплекса неполноценности. Его концепция существенной роли социальных сил в развитии личности узнаваема в более поздних работах у неофрейдистов: К. Хорни, Г.С. Салливена, Э. Фромма. У Э. Фромма - борьба между динамическим взаимодействием врожденных потребностей против давления социальных норм и предписаний.Л.С. Выготский отмечал по поводу работы Фрейда: "… Человека как бы раб своего раннего детства, он всю жизнь разрешает те конфликты, которые создавались в первые месяцы его жизни…." (Л.С. Выготский, 1982). Традиционная психоаналитическая традиция и ее современные модификации представляют человека через его конфликтную природу. Исход конфликта однозначен и индивидуально вреден, так как связан с потерей "Я" - контроля за собственным поведением. Динамика развития самого психоанализа конфликтна. С 30-ых г. г. ХХ столетия в работах психоаналитиков явно усилилась роль социального и социально-психологического аспектов человеческой жизни. "…однако психоанализ остается неизменным в принципиальных представлениях: бессознательное существует и определяет жизнь человека; конфликты и противоречия души являются и двигателем и тормозом человеческого развития; развитие человека в онтогенезе периодично и закономерно; человек может меняться через лечение или образование…" (Б.И. Хасан, П.А. Сергоманов, 2004).

На материале генетической психологии можно также выделить три смысла "конфликта" в культурно-исторической концепции: конфликт, как динамическая ситуация; конфликт, как диагностическая ситуация; конфликт, как диагностический и формирующий прием и конфликт, как механизм развития. Объясняя конфликт, как механизм развития, механизм возрастного развития и возникновение игры, как условие, немедленного удовлетворения мотивационных тенденций и желаний, Л.С. Выготский отмечал: "… На каждом шагу ребенок приходит к конфликту между правилом игры и тем, что бы он сделал, если бы сейчас смог действовать непосредственно: в игре он действует наперекор тому, что ему сейчас хочется…" Рассматривая периодизацию Л.С. Выготского, критические и литические периоды детского развития, К.Н. Поливанова выделяет два этапа в критической фазе "… Второй этап в критической фазе - этап конфликта…. выступает в качестве механизма развития, … "позитивный смысл конфликта состоит в раскрытии для самого ребенка его собственных возможностей…" (К.Н. Поливанова, 1994). Конфликт, как диагностический и формирующий прием рассматривается в ситуации обучения. Отмечена необходимость конфликта для успешности учения. Конфликт создает коллизию между прежней линией развития и той, которая начинается при усвоении школьных знаков (Л.С. Выготский, 1983). По мысли Выготского, сущность культурного развития заключается в столкновении развитых, культурных форм поведения, с которым встречается ребенок, с примитивными, которые характеризуют его собственное поведение. "… в историю детского развития вводится понятие конфликта, т.е. противоречие или столкновение природного и исторического, примитивного и культурного, органического и социального…" (Л.С. Выготский, 1983). В генетической теории Ж. Пиаже конфликт, как диагностический и формирующий прием, рассматривается в контексте формирующего эксперимента с последовательным конструированием конфликтов (на материале сохранения представлений об объеме) - классический эксперимент Ж. Пиаже в истории психологии. Интересно, что конфликт строился у тех детей, которые отрицали сохранение, у которых отсутствует представление о сохранении количества воды, но при этом дети уверенно ориентировались в оценке количества через восприятие формы. Таким образом, в указанном эксперименте отчетливо выступает метод конструирования конфликта на примере формирования у ребенка представления о сохранении. Происходит актуализация несовместимых действий оценки количества воды: одно строится как стереотипное (оценка количества воды через форму), другое - как опытное (с помощью переливания и умозаключений) (Ж. Пиаже, 1994). Рассматривая конфликт как механизм развития, Ж. Пиаже опирался на представление о нем как о механизме развития форм уравновешивания.

Наиболее сложным является отношение конфликта и кризиса. Кризис - понятие широко распространенное, употребляется и в психологической, и клинической терминологии. Рассматривая его через призму возрастных этапов развития (Л.С. Выготский, Э. Эриксон, Д.Б. Эльконин, К.Н. Поливанова), кризис деструктивен, благодаря его конфликтной насыщенности. В динамике кризис, как переходное возрастное явление, представляет смену периода разрешаемых конфликтов. Реализация сложнейших функций трансляции и воспроизводства культуры и одновременно развития человека и цивилизации возможна только при условии продуктивного разрешения ряда ключевых противоречий. В соответствии с представлениями Б.Д. Эльконина о развитии построения нового средства, преобразующего ситуацию, и открытие для себя способности к "построению действия" есть то условие, при котором в конфликте, в его разрешении совершается творческий акт и, значит, - развитие (Б.Д. Эльконин, 1994). В культурно - исторической концепции необходимым представляется конфликт, столкновение деятельностей, которое приводит к возникновению нового содержания.Ж. Пиаже также указывал на противоречивость, конфликтность развития. Основа умения рассуждать логично для него лежит в отношениях дифференцированных и связанных между собой различных точек зрения в один предмет

В рамках социальной психологии исследованию конфликтов посвящено изучение специфических аспектов межличностной, межгрупповой и внутригрупповой динамики. Конфликт рассматривается как один из видов социально - психологического взаимодействия. Как правило, исследуется динамика конфликта и ее зависимость от восприятия конфликтной ситуации лиц, в нее вовлеченных (Э. Аронсон, 1998). Конфликт в социологии, как правило, выступает метафорой войны, отсюда - интерес к военным тактиками стратегиям, к способам борьбы в конфликте. Стратегия связана со стремлением к разрешению противоречия. Выбор стратегии также зависит от того, в каком времени должна осуществляться работа с конфликтом: в прошедшем, настоящем или будущем. Наиболее распространенной является модель К. Томаса, согласно которой конфликтное поведение выстраивается в пространстве, заданном системой координат. Он выделяет такие стратегии, как избежание (уход), приспособление, сотрудничество, соперничество и компромисс. Избежание (уход) - реакция на конфликт, выражающаяся в игнорировании или фактическом отрицании конфликта. Соперничество (борьба) - стремление к доминированию и, в конечном счете к устранению одной из сторон в конфликте. Приспособление - это уступки противоположной стороне в достижении ее интересов, вплоть до их полного удовлетворения и отказа от своих собственных интересов. Сотрудничество - стремление к игнорированию интересов всех участников конфликта. В содержание интересов каждой из сторон входит удовлетворение основных интересов другой стороны. Компромисс - взаимные уступки; согласие на частичное удовлетворение собственных интересов в обмен на достижение частичных интересов партнера. Модель К. Томаса дифференцирована и неоднозначна. Данная модель построена на отношении "Я-Ты" (М. Бубер, 1993). Но за любым отношением "Я - Ты", продолжает М. Бубер, стоит отношение "Я - другое Я", т.е. всякая помеха в собственной деятельности, в удовлетворении потребности провоцирует нарушение внутренней целостности личности. Так внешний конфликт находит выражение во внутреннем плане. Мы никогда не имеем дела с моноконфликтом. По сути, представлено две формы тактического действия: избежание (уход), либо соперничество (борьба). Соперничество предполагает преодоление любого дуализма, даже если оно достигается ценой уничтожения одного из участников взаимодействия. Противоречие отношений доминирования и ответственности будет являться главным источником конфликтов в семье (В.Н. Дружинин, 2000). Что касается стратегии избегания конфликта, ухода от конфликтной ситуации? Отчасти действие теряет свою автономию и становится зависимым от другого. Хорошо известны в психотерапии и консультировании техники компенсации, защиты, описанные З. Фрейдом, К. Хорни, направленные на снижение плохого самочувствия, восстановление самооценки, отреагирование негативных эмоций, освобождение от чувства вины и т.п. Этот подход может быть использован не только как послеконфликтный, но и как предварительный, освобождающий рациональные ресурсы с актуальным конфликтом (А. Фрейд, 1999; К. Хорни, 1997).

Конфликт в рамках педагогической психологии и психологии развития понимается как деструктивный для осуществления педагогических воздействий явление. Однако конфликт актуализирует противоречия, необходимые, в том числе и для развития. Конфликт - специфическое средство, используемое при создании условий для саморазвития человека в ситуацию включения в интеллектуальные системы и образовательные институты (детский сад, школа, вуз и т.п.) (А.Г. Асмолов, 1996). Конфликт рассматривается как атрибут обучения (становления культурных форм деятельности, мышления, общения); как необходимая процессуальная форма удержания противоречия в русле его продуктивного разрешения (К.Н. Поливанова, 1996).

Конфликты давно обратили на себя внимание психологов. Но, очевидно, никакая предметная область (ни социология, ни психология, ни математика) не в состоянии описать на своем языке это явление однозначно. Чрезвычайно важно выяснение подлинных интересов и целей, связанных с данным конфликтом лиц. Для одного из участников ситуация представляется конфликтная, для другого - нет. Разность заключается еще и в том, что одна из сторон присвоив ситуации, статус конфликтной, начнет действовать по ее разрешению. Также посредничество участников конфликта не гарантирует его разрешения. Любой человек, связанный с какими-либо взаимодействиями с другими людьми (в профессиональной, внутрисемейной деятельности и др.) всегда является как минимум, непременным участником особого конфликтного процесса. А в отдельных случаях и конструктором, и организатором конфликтов. Также следует отметить, что внешние взаимодействия всегда имеют одновременно и внутренний план, структуры таких конфликтов существенно сложнее и образуют, как минимум, два уровня. Такого рода подтекстные двухуровневые структуры описал А. Берштейн: "… (Я мог… дарить парфюмерный набор, снабжая подарок идиотскими гигиеническими комментариями; снимать дешевые самодельные перстни с пальцев, проверять наличие носовых платков в карманах, придирчиво осматривать выбритый затылок и прилюдно высмеивать белые носки). Я убеждал себя, что все это во имя него, что на "отца" не обижаются, что, в конце концов, если это испортит наши отношения, все равно ему будет польза. Обида, казалось мне, пройдет, а дурновкусие будет посрамлено…" (А. Берштейн, 1997). Конфликт - всего лишь форма, в которой мы можем явить себе противоречие, для того, чтобы попробовать его разрешить. Конфликт может перейти во внутренний план участника или участников, а затем развернуться и продолжиться в другом месте и в другое время. Пересмотрев общую теорию конфликта (Б.И. Хасан, В.В. Дружинин, Д.С. Конторов, М.Д. Конторов, Лефевр В. А.) была разработана и построена целостная, полная структура конфликта, включающая три уровня:

основания столкновения, т.е. то противоречие, актуализация которого являет нам конфликт как феномен;

действительность столкновения, которая представляет собой взаимодетерминированные действия, стремящиеся к автономии путем доминирования, приспособления, элиминации и др.

метаконфликтные феномены: переживание отношений к предмету противоречия и (или) конфликтного действия, межличностных отношений участников, аутоотношения субъекта конфликтного действия, ожиданий и т.д.

Только реконструкции на всех трех уровнях описания, по мнению авторов, могут представить полную структуру динамику конфликта. Опираясь на работы по объяснению функционального устройства конфликта (М. Дойч, 1973; А.И. Донцов, 1984) можно выделить три стороны функционального описания конфликта (Б. И Хасан, П.А. Сергоманов, 2004):

это функционирование как целостное явление в определенном контексте. В этом описании конфликт можно рассматривать как конструктивный, выполняющий полезную функцию для личности, коллектива, сообщества и т.д. или деструктивный, имеющий функцию разрушительную, вредную, приводящую к появлению невротической симптоматики, к ухудшению межличностных отношений, дестабилизации общественных отношений и др.

Это внутренне функциональное описание, выяснение того, какие функции имманентны самому конфликту. Авторы имеют в виду переорганизацию деятельности для отыскания, имеющегося или создания нового ресурса для преодоления обнаруженных затруднений. Эта функция преобразования - оформления ситуации трудности в задачу.

Это обобщение функции удержания противоречия в определенной процессуальной форме, позволяющей осуществлять операции разрешения. Для полноты качественного описания необходима психологическая сторона феномена конфликта, как переживания конфликтующих сторон или целостное переживание, от которого зависит интенсивность конфликтных действия, носителя внутриличностного конфликта. Обсуждение типов конфликтных переживаний, согласно концепции Ф.Е. Василюка, можно представить в двух крайних вариантах:

претерпевающий с эксцессами спонтанного реагирования;

творческий, содержащий компоненты рефлексивного управления.

Разумеется, каждый из этих вариантов содержит множество индивидуализированных образцов поведения, зависящих, прежде всего, от личного ресурса участников.

В. Сатир замечает, что по мере роста каждого члена семейного коллектива семья проходит определенные этапы, которые сопровождаются кризисом и повышенной тревожностью. Она отмечает десять кризисов, которые переживает семья в своем развитии, в основе критерия которых лежит местонахождение ребенка в семье. Прохождение семейного кризиса связано с повышением конфликтного характера взаимодействия супругов (партнеров); нарушением межличностной совместимости супругов (партнеров). Отечественная психология связывает конфликтность с нарушением стабильности супружеских (партнерских) отношений; ролевого сотрудничества, несовпадением требований, предъявляемых к партнерским отношениям; несовпадением родительских субкультур.

Существует типология, раскрывающая возможность выхода из кризиса супругов (партнеров): конструктивная и деструктивная (А.В. Литвинова, 2004). Как один из конструктивных выходов из кризиса в психологии рассматривается прощение. Прощая, человек отказывается от негативных мыслей, эмоций, поведенческих проявлений в отношении обидчика, а также поощряются положительные мысли, эмоции и проявления поведения в отношении этого обидчика. В этом смысле прощение и принятие его представляет собой положительный психологический опыт, способствующий гармонизации семейных отношений супругов (партнеров) в ситуации семейного кризиса. Прощение задействует аффективную, когнитивную и поведенческую сферы. Когда человек прощает, активизируются определенные элементы этих сфер. Для супругов (партнеров), находящихся в конфликте важно наладить отношения. В результате прощения происходит осознание, что вся эмоциональная и когнитивная энергия тратится на переживание травмирующей ситуации. В частности, эмоциональная сфера участвует в преодолении какого-нибудь тяжелого чувства или состояния. А когнитивная - в достижении смыслового соответствия сознания. Все это осознание приводит к экзистенциональному кризису. Экзистенциональная рефлексия может привести к нахождению новых целей в жизни. В этом состоит экзистенциональное значение обиды и процесса прощения, переориентировка в ситуации приводит к осознанию нового смысла и цели к жизни. Во всяком случае, наступление прощения указывает некоторое понижение негативных аффектов.

На выбор и осуществление стратегии в конфликте влияет как пол, так и возраст участников конфликтной ситуации. На возрастную особенность обратили внимание Ю.Е. Алешина и А.С. Волович, отметили вполне осознаваемые мальчиковые и девичьи формы поведения. В непосредственных поведенческих актах и сложно организованных способах деятельности. Это было отмечено и экспериментально подтверждено в работе с рисунками и объяснением нарисованного испытуемыми - мальчиками и испытуемыми - девочками (Алешина Ю.Е., Волович А.С., 1991). Было получено, что в данном возрасте уже достаточно сильно задан половой менталитет, который опосредуется в мотивации (что является не маловажным фактором для обучения): мальчики проявляют ее непосредственно в действенно - ориентировочной форме, а девочки - опосредованно в когнитивно - ориентировочной форме (Х. Стивенсон, С. Чен, 1990). Одним из интересных признаков функциональной системы, является его нелокальность, т.е. нет функции для интересуемого феномена в системе. Локальность - востребованность феномена, детерминируемая системой (например, обществом) (В.К. Шабельников, 2004). Оба эти понятия являются производными от локализации, присутствия в "звеньях" рассматриваемой системы.

Данная область изучения неоднократно затрагивается в нашей работе. Школьный класс являет собой формальную группу со своей ролевой структурой. Она видоизменяется вместе с возрастными этапами мальчиков и девочек. Также существует позиция необходимости существования дистанции между разнополыми группами, но необходимо работать над школьными формами обеспечения культурного полового разделения как весьма значимого для продуктивного разрешения конфликтов половозрастной идентификации, и тем самым для разрешения возрастного кризиса (Хасан Б.И., Бреслав Г. М., 1996). Т.е. авторы данной позиции полагают, что с участием окультуривания в процессе обучения взаимоотношений мальчиков и девочек ведет к конструктивному решению полоролевых конфликтов и смягчает "удар" по психике ребенка в период возрастного кризиса. В книге Г. Зиммеля впервые предпринята попытка рассмотреть конфликт как системное и необходимое явление культуры в целом, а не как предмет отдельного научного знания (Г. Зиммель, 1996).

Выделяют четыре уровня супружеской совместимости (Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис, 1989) такие как социально - психологический, уровень, где рассматриваются семейные ролевые ожидания; психологический, куда входит способность к сопереживанию, доминирование, направленность личности и т.д. Психологическая совместимость определяется как взаимное принятие партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании сходства или взаимодополнительности - ценных ориентаций, личностных и психофизиологических особенностей. В семейном взаимодействии она включает в себя психофизиологическую совместимость; личностную совместимость, в том числе когнитивную (осмысление представлений о себе, других людях и мире в целом), эмоциональную (переживание происходящего во внешнем и внутреннем мире человека), поведенческую (внешнее выражение представлений и переживаний); совместимость ценностей (духовную совместимость) (Минигалиева М.Р., 2004). Особенно большую значимость в семейных отношениях имеют ценностная и психофизиологическая совместимости людей. Несовместимость данных структур ведет к дисгармонии взаимоотношений, т.е. к конфликту. Семейные конфликты обычно связаны со стремлением людей удовлетворить те или иные потребности, или создать условия для их удовлетворения без учета интересов партнера. В.А. Сысенко (1983, 1985) представил свою классификация семейных конфликтов на почве неудовлетворенных потребностей партнеров (супругов):

. Конфликты, размолвки, возникающие на основе неудовлетворения потребности в ценности и значимости своего "я", нарушение чувства достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительное, неуважительное отношение к.

. Конфликты, размолвки, психические напряжения на базе неудовлетворенных сексуальных потребностей одного или обоих партнеров.

. Психическое напряжение, депрессия, конфликты, ссоры из-за неудовлетворенной потребности одного или обоих партнеров в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания, понимания юмора, подарков.

. Конфликты, ссоры, связанные с пристрастием одного из партнеров к спиртным напиткам, азартным играм т другим гипертрофированным потребностям, приводящим к неэкономным и неэффективным, а порой и бесполезным затратам средств семьи.

. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из партнеров в распределении бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение семьи.

. Конфликты, ссоры, размолвки из-за неудовлетворенной потребности партеров в питании, одежде, в устройстве домашнего очага.

. Конфликты в связи с потребностью во взаимопомощи, взаимоподдержке, в сотрудничестве по вопросам разделения труда в семье, ведения домашнего хозяйства, уход за детьми.

. Конфликты, размолвки, ссоры на почве разных потребностей и интересов в проведении отдыха и досуга, различных хобби.

Автором данной классификации рассматривается потребность, как основная первопричина конфликта, а также такие области конфликтного взаимодействия, как уважение партнеров, психофизиологическая совместимость, эмоциональная близость, рассогласование норм поведения, расхождения в отношении к деньгам и нарушение ролевых ожиданий. Нами в работе наряду с этими рассматриваются такие области, как проблемы отношений с родственниками и друзьями, связанные с воспитанием детей, с проявлением стремления к автономии, с проявлением доминирования одним из партнеров и с проявлением ревности. В нашей работе представлен конфликт межличностный, межролевой, межиндивидуальный, который, тем не менее, рассматривает течение взаимодействий в конфликте семьи и оказывает огромное влияние на формирование новой личности и индивидуальности - современного ребенка и его взаимоотношения с окружающим.

Анализ показывает, что во внутрисемейных конфликтах чаще всего виноваты обе стороны. В зависимости от того, какой вклад и каким образом партнеры вносят в развитие конфликтной ситуации, выделяют несколько типичных моделей поведения партнеров в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Канн-Калик, 1995) такие, как:

Стремление мужа и жены самоутвердиться в семье, например, в роли главы, которая обычно охватывает все сферы взаимоотношений и может восприниматься как посягательство на свободу, личностную автономию. Сосредоточенность партнеров на своих делах означает нежелание отказа от прежнего образа жизни, привычек, друзей, что мешает успешной реализации новой социальной роли. Дидактическая говорит о том, что один из партнеров постоянно поучает другого: как надо жить…, что ведет к нарушению сотрудничества в семье. Модель "готовность к бою" представляет постоянную напряженность, связанную с необходимостью отражать атаки, укрепившиеся в сознании каждого: внутрисемейное поведение строится как борьба за победу в конфликте. "Папенькина дочка" или "маменькин сынок" - такие позиции могут занимать партнеры во внутрисемейной ситуации, если в их отношения постоянно вовлекаются родители. И "озабоченность" - последняя модель конфликтного взаимодействия, при котором партнеры испытывают постоянное состояние напряженности, озабоченности, что ведет к дефициту позитивных переживания. В своем подходе в изучении конфликтных явлений К. Томас делал акцент на изменении традиционного отношения к конфликтам. Указывая, что на ранних этапах их изучения широко использовался термин "решение конфликтов", он подчеркивал, что этот термин подразумевает, что конфликт можно и необходимо разрешать. В соответствии с этим К. Томас считает нужным сконцентрировать внимание на следующих аспектах изучения конфликтов: какие формы поведения в конфликтных ситуациях характерны для людей, какие из них являются более продуктивными ил деструктивными; каким образом возможно стимулировать продуктивное поведение. К. Томас выделяет пять способов урегулирования конфликтов:

соревнование (конкуренция), как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;

приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого;

компромисс;

избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;

сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

К. Томас считает, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигает успеха; при таких формах поведения, как конкуренция, приспособление и компромисс, или один из участников оказывается в выигрыше, или обе - проигрывают, т.к. идут на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше.

В психологии семейных отношений современными психологами выделяется концепция дублирования родительских свойств, которая предполагает, что человек учится выполнять мужскую и женскую роль в значительной мере от своих родителей и неосознанно использует в своей семье модель отношений родителей (В.С. Торохтий, 1996). Он разделяет неблагополучные семьи на конфликтные, кризисные и проблемные. Неблагополучная - это такая семья, которая характеризуется низким состоянием психологического комфорта внутри семейного пространства. Такая семья не удовлетворяет полностью или частично потребность членов семьи в эмоциональной поддержке, чувстве безопасности, ощущении ценности и значимости своего "я", эмоциональном тепле и любви. Конфликтные семьи характеризуются тем, что во взаимоотношениях партнеров и детей есть сферы, в которых интересы, потребности, намерения и желания членов семьи часто приходят в столкновение, порождая сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния.

В культурно-историческом подходе Л.С. Выготского процессы образования рассматриваются, с одной стороны, как предназначенные для разрешения противоречий развития общества, с другой - как обладающие внутренне противоречивым характером.

Конфликт возможен только при наличии у человека сложного внутреннего мир и сложной, разветвленной системой потребностей (Ф.Е. Василюк, 1984). Отличие заключается в форме переживания - конфликт - более острое эмоциональное переживание, кризис - более сложное переживание, переживание как деятельность (А.В. Литвинова, 2004). Конфликт входит в процесс протекания кризиса, является его центральным этапом.

Конфликт затрагивает как аффективную, познавательную, так и поведенческую сферы человека. Рассматривая конфликт, как сложную структуру с внутренним и внешним течением (В.К. Шабельников, 2004) главной функцией которой является саморазвитие, то функция этой системы будет влиять на исход конфликтной ситуации.

Семейные конфликты детерминированы семьей, семья детерминирована обществом.

Такая дважды детерминированная система вынуждает очертить круг сфер конфликтного взаимодействия в семейной системе, который детерминирован также родительским влиянием, родительской любовью, сформированной в детском возрасте обеих сторон конфликта.

На характер взаимодействия в семейном конфликте влияет также юридический статус семейных отношений женщин.

А действия подчинены взаимосвязи родительской любви и ориентировке выхода из конфликтного взаимодействия

# ***1.3 Социально-психологические причины конфликтов***

К числу социально-психологических относятся те причины конфликтов, которые обусловлены непосредственным взаимодействием людей, фактором их включения в социальные группы. Четкие границы между четырьмя группами причин конфликтов пока не определены. Не существует строгого разграничения между социально-психологическими и организационно-управленческими причинами, с одной стороны, а также между социально-психологическими причинами и личностными - с другой. Изучение конфликтов позволило выявить несколько типичных причин, носящих социально-психологический характер. Одной из таких причин являются возможные значительные потери и искажения информации в процессе межличностной и межгрупповой коммуникации. Человек в принципе не может в процессе общения передать без нередко существенных искажений всю информацию, обсуждаемую с партнером. Значительная часть информации содержится на уровне бессознательного и словами вообще не выражается. Часть информации теряется из-за ограниченности словарного запаса конкретного человека. Из-за недостатка времени не высказывается многое из того, что могло быть сказано. Часть информации утаивается говорящим, если ему сообщать эту информацию невыгодно. Из того, что сказано, многое не усваивается собеседником в силу невнимательности или трудностей быстрого понимания. Услышанное человек обычно не воспринимает на веру, а оценивает, делая выводы, отличающиеся (а иногда противоположные) от того, что сказал собеседник. Неправильное понимание людьми друг друга может быть основной причиной конфликтов, либо усложняет разрешение социальных противоречий, возникших по иным причинам. Второй типичной социально-психологической причиной межличностных конфликтов является несбалансированное ролевое взаимодействие двух людей. В ситуации межличностного общения человек или оба человека могут играть не те роли, которые ожидает от каждого из них партнер по взаимодействию. Теоретической основой анализа данной причины межличностных конфликтов в значительной степени явилась теория Э. Берна. Каждый человек в процессе взаимодействия с окружающими играет более десятка типичных ролей. Это роли начальника, подчиненного, сослуживца, отца, мужа, сына, брата, пассажира, покупателя, знакомого, друга и т.п. Эти роли мы не всегда играем одинаково успешно. В отношении опасности возникновения межличностного конфликта наиболее значимы роли, которые обобщенно можно назвать ролью старшего по психологическому статусу партнера по взаимодействию, ролью равного партнера и ролью младшего. Когда руководитель общается, например, с подчиненным или собственным сыном, то обычно в такой ситуации он считает себя старшим, а подчиненного или сына - младшим. Если подчиненный так же оценивает распределение ролей в данной ситуации, т.е. считает себя младшим, а общающегося с ним руководителя - старшим, то такое взаимодействие с точки зрения сбалансированности ролей будет длиться бесконфликтно сколь угодно долго. Возможен ролевой конфликт. Одной из типичных социально-психологических причин межличностных конфликтов является непонимание людьми того, что при обсуждении проблемы, особенно сложной, несовпадение, позиций часто может быть вызвано не действительным расхождением во взглядах на одно и то же, а подходом к проблеме с различных сторон. Но с различных сторон одна и та же проблема может выглядеть совершенно по-разному. Проблемы, которые обсуждают люди, как правило, сложны, имеют много сторон и оттенков. Партнеры по взаимодействию нередко подходят к проблеме с разных сторон. Обладая различным жизненным опытом и знанием проблемы, они по-разному дополняют свою одностороннюю оценку до целостной. По-разному относясь к проблеме, люди оценивают неодинаково один и тот же аспект. Разнообразие мнений естественно. Далее, социально-психологической причиной конфликтов во взаимодействии людей является выбор ими различных способов оценки результатов деятельности и личности друг друга. В основе любой оценки лежит сравнение. Существует пять основных способов оценки. Это сравнение с возможным идеальным положением дел; требованиями к данной деятельности нормативных документов; степенью достижения цели деятельности; результатами, достигнутыми другими людьми, выполнявшими аналогичную работу; положением дел в начале деятельности (А.Я. Анцупов).

Анализ конфликтов показал, что оценивая других людей, человек за основу оценки чаще берет то, что им не удалось сделать по сравнению с идеалом, нормой, целью деятельности и другими людьми, выполнявшими аналогичную работу отлично. Психологическая несовместимость людей также может стать причиной конфликтов. Существует еще ряд социально-психологических причин межличностных и межгрупповых конфликтов. К ним относятся внутригрупповой фаворитизм, т.е. предпочтение членов своей группы представителям других социальных групп; присущий человеку конкурентный характер взаимодействия с другими людьми и группами; ограниченные способности человека к децентрации, т.е. изменению собственной позиции в результате сопоставления ее с позициями других людей; нередко свойственное человеку осознанное или неосознанное желание получать от окружающих больше, чем отдавать им; стремление к власти; источником конфликтов иногда выступает психологическая несовместимость людей; другие причины.

К необходимым условиям социального конфликта следует отнести социальную позицию, экономическое положение людей, а также степень идентификации человека с конкретной группой, культурную зрелость. Именно социальная позиция (положение) обеспечивает границы доступного и возможного для индивида и социальной группы. Последние воздействуют на формирование соответствующих реалистических желаний и устремлений. Положение, запечатленное в желаниях, чувствах и жизненных планах, превращается в совокупность сложных стимулов деятельности? в интересы, которые и выступают в качестве основного мотива социального поведения. Противоречие же социальных интересов является главной причиной конфликтов.

Формулу социального конфликта можно представить как единую трихотомическую систему "субъекты? интересы? действия”. Таким образом, социальная причинность конфликта определяется такими социологическими категориями как потребности, интересы и ценности. Именно они являются внутренними побудителями активности, т.е. общее между потребностями, интересами и ценностями состоит в том, что во всех случаях мы имеем дело со стремлением людей, воздействующим на их социальное и экономическое поведение. Однако если потребности ориентируют поведение людей на обладание теми благами, которые жизненно необходимы, то интересы и ценности стимулируют действия, исходящие из взаимного отношения людей друг к другу. Непосредственный предмет социального интереса и ценности? это не само благо как таковое, а те позиции индивида или социальной группы, которые обеспечивают получение этого блага. А поскольку эти позиции не равны, постольку интересы и ценности в определенном смысле более конфликтогенны, чем потребности. Следовательно, интересы и ценности связаны с социальным положением, которое фиксирует на определенное время совокупность возможностей, предоставленных действующему лицу обществом.

Конфликт имеет определенный набор элементов и стадий развития, которые характеризуют различного рода конфликтные взаимодействия как на уровне личности, так и между субъектами. С одной стороны, это стадии развертывания социального противоречия, а с другой? собственная динамика социального конфликта.

Формы выражения, структура и функции социального конфликта

. Структура социального конфликта может быть представлена следующим образом:

) противоречие, которое выражено в проблеме и является объективной предпосылкой конфликта (источник конфликта);

) люди как носители данного противоречия, представляющие различные социальные интересы (субъекты конфликта);

) объект конфликта (скрытые нужды)? блага, ресурсы, по которых поводу чего возникает конфликт;

) предмет конфликта (открытые нужды)? материальные образования с ним связанные;

) столкновение субъектов конфликта (процесс, активная фаза), в котором как бы происходит "противоречие в действии”. Столкновение также характеризуется эмоциональной окраской и психологическими установками субъектов. Поскольку конфликт представляет собой высшую (активную) стадию развития противоречия, то в случае отсутствия последней составляющей (столкновения) мы имеем дело с латентным, т.е. скрытым конфликтом, выявление которого наиболее сложно. Такой конфликт также можно назвать "недоразвитым” в силу его остановки своего развития на стадии противоречия.

. Функции конфликта имеют общий и специальный характер. Они связаны с типом и уровнем конфликта. Могут быть выделены следующие функции: а) интегративная; б) коммуникативная; в) мобилизационная; г) деструктивная; д) конструктивная. Баланс негативного и позитивного начал в структуре каждого конкретного социального конфликта.

. Формы выражения социального конфликта имеют различные модификации. Они резко отличаются в зависимости от уровня субъектности. Внутриличностный конфликт представлен многообразно. В частности, такие формы как эмоционально-психическая напряженность (тревога, страх, фрустрация), столкновение противоположных норм, ценностей, оценок, переживаний, настроений и стереотипов поведения свидетельствуют о внутреннем разладе, выражаемом вовне в неакдекватных действиях. Межличностный конфликт всегда представляет собой непосредственные формы очного или заочного контакта, содержащего мотивы соперничества, столкновения и поиска согласия. Внутригрупповой и межгрупповой конфликт, как правило, вначале аморфен (случайные коллизии), но по ходу его развертывания структурируется и воплощается в формировании групповой идентичности (свои и чужие), в организованном противоборстве, кооперации и конкуренции, борьбе референтных групп, в степени консолидации, сплоченности группы вокруг значимых целей. На уровне социального конфликта имеются структурированные интересы, выражаемые представителями, агентами крупных социальных общностей, как правило, оформленные организационно, обеспеченные материально и идеологически. Это национальные, социально-классовые, государственные конфликты. Конфликты в организациях? это групповые и социальные разновидности конфликта. Их особенность заключается в их погруженности в формальные и неформальные структуры организаций.

# ***1.4 Личностные причины конфликтов***

Личностные причины конфликтов связаны прежде всего с" индивидуально-психологическими особенностями его участников. Они обусловлены спецификой процессов, происходящих в психике человека в ходе его взаимодействия с другими людьми и окружающей средой. Если говорить о причинах конфликтов, которые в большей степени можно отнести к психологическим, то важной среди них будет следующая. В процессе социального взаимодействия у человека существует определенный спектр вариантов ожидаемого поведения, общения, деятельности со стороны другого человека, являющегося партнером по взаимодействию. Варианты ожидаемого поведения могут быть желательными, допустимыми, нежелательными и недопустимыми. Характер поведения зависит от индивидуально-психологических особенностей человека, его психического состояния, отношения к конкретному партнеру по взаимодействию, особенностей актуальной ситуации взаимодействия. Если реальное поведение партнера укладывается в рамки желательного или допустимого, то взаимодействие продолжается бесконфликтно. Нежелательное поведение может привести к созданию предконфликтной ситуации, а недопустимое - к конфликту.

Некоторые конфликты происходят в силу того, что рамки допустимого поведения со стороны партнера у человека заужены в результате его эгоистической ориентации, склонности к лидерству и т.п. Рамки допустимого поведения бывают различными по отношению к различным партнерам. То, что позволяют одному, могут не позволить другому. Наконец, эти рамки зависят от актуального психического состояния человека. Если он раздражен, то он может посчитать недопустимой обычную шутку в свой адрес. На содержание каждого из четырех видов поведения влияют устойчивые и ситуативные факторы. В конкретной ситуации человек должен понимать или чувствовать, какое поведение с его стороны партнер может посчитать недопустимым и учитывать это на входе взаимодействия. Конфликтная ситуация - это трудная для человека ситуация социального взаимодействия. К конфликту приводит сама неподготовленность человека к эффективным действиям в подобных ситуациях. Он может не знать о том, что существует несколько способов и десятки приемов бесконфликтного выхода из предконфликтных ситуаций без ущерба для собственных интересов. Человек может иметь представление об этих приемах и способах, но не иметь навыков и умений их применения на практике. Кроме того, он может не обладать достаточной психологической устойчивостью к отрицательному воздействию на психику стрессовых факторов социального взаимодействия. Поэтому важнейшим направлением разрешения межличностных конфликтов является содержательная и психологическая подготовка людей к оптимальным действиям в предконфликтных и конфликтных ситуациях. Помимо низкой конфликтоустойчивости типичной личностной причиной конфликтов выступает плохо развитая у человека способность к эмпатии, т.е. пониманию эмоционального состояния другого человека, сопереживанию и сочувствованию ему. Недостаточность эмпатийных личностных качеств приводит к тому, что человек ведет себя неадекватно ситуации социального взаимодействия, поступает не так, как этого ожидают партнеры по общению. Оценка поведения человека, который не понимает у, эмоций и чувств партнера по взаимодействию, как нежелательное того или недопустимого может вызвать конфликтную реакцию. Завышенный или заниженный уровень притязаний также конфликтов. Уровень притязаний характеризует, во-первых, уровень трудности, достижение

которого является общей целью; среди будущих действий (идеальная перспективная цель); во-вторых, выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате успеха или неудачи прошлых действий; в-третьих, желаемый уровень самооценки личности (А.В. Петровский). Человек нередко переживает внутриличностные конфликты, связанные с завышенными желаниями и недостаточными возможностями для их удовлетворения. Завышенная самооценка обычно вызывает негативную реакцию со стороны окружающих. Заниженная оценка имеет следствием повышенную тревожность, неуверенность в своих силах, тенденцию избегать ответственности и т.д.

Начнем с объективного содержания конфликтной ситуации.

. Участники конфликта. В любом конфликте основными действующими лицами являются люди. Они могут выступать в конфликте как частные лица (например, в семейном конфликте), как официальные лица (конфликт по вертикали) или как юридические лица (представители учреждений или организаций). Кроме того, они могут образовывать различные группировки и социальные группы.

Степень участия в конфликте может быть различной: от непосредственного противодействия до опосредованного влияния на ход конфликта. Исходя из этого выделяют: основных участников конфликта; группы поддержки; других участников. Основные участники конфликта. Их часто называют сторонами или противоборствующими силами. Это те субъекты конфликта, которые непосредственно совершают активные (наступательные или защитные) действия друг против друга. Некоторые авторы вводят такое понятие, как "оппонент", что в переводе с латинского означает возражающий, противник в споре. Противоборствующие стороны - ключевое звено любого конфликта. Когда одна из сторон уходит из конфликта, то он прекращается. Если в межличностном конфликте один из участников заменяется новым, то и конфликт изменяется, начинается новый конфликт. Это происходит потому, что интересы и цели сторон в межличностном конфликте индивидуализированы.

Часто в конфликте можно выделить сторону, которая первой начала конфликтные действия. Ее называют инициатором конфликта. Если одна из сторон инициирует конфликт, то это еще не значит, что она не права. Часто выделяют такую характеристику участника конфликта, как его ранг. Ранг оппонента, участника - это уровень возможностей оппонента по реализации своих целей в конфликте, "сила", выражающаяся в сложности и влиятельности его структуры и связей, его физические, социальные, материальные и интеллектуальные возможности, знания, навыки и умения, его социальный опыт конфликтного взаимодействия. Это широта его социальных связей, масштабы общественной и групповой поддержки. Группы поддержки. Практически всегда в любом конфликте за оппонентами стоят силы, которые могут быть представлены отдельными индивидами, группами и т.д. Они либо активными действиями, либо только своим присутствием, молчаливой поддержкой могут коренным образом воздействовать на развитие конфликта, его исход. Исход конфликта во многом определяется существованием группы поддержки. Они могут быть представлены друзьями, сверстниками, семьей. В группу поддержки могут входить руководители или подчиненные оппонентов. Иногда в число участников конфликта включают медиаторов (посредников, судей и т.д.). Третья сторона в конфликте (медиатор) решает задачу прекращения конфликта. Участники же в той или иной мере участвуют в конфликте, содействуют его развитию, поддерживают и развивают борьбу. Медиатор действует ненасильственными методами и не входит в число участников конфликта.

. Предмет конфликта. В нем отражается столкновение интересов и целей сторон. Борьба, происходящая в конфликте, отражает стремление сторон разрешить это противоречие, как правило, в свою пользу. В ходе конфликта борьба может обостряться и затихать. В такой же мере затихает и обостряется противоречие. Предмет конфликта - это то противоречие, из-за которого и ради разрешения которого стороны вступают в противоборство.3. Объект конфликта. Объект находится глубже и является ядром проблемы, центральным звеном конфликтной ситуации. Поэтому иногда его рассматривают как причину, повод к конфликту. Объектом конфликта может быть материальная (ресурс), социальная (власть) или духовная (идея, норма, принцип) ценность, к обладанию или пользованию которой стремятся оба оппонента. Чтобы стать объектом конфликта, элемент материальной, социальной или духовной сферы должен находиться на пересечении личных, групповых, общественных или государственных интересов субъектов, которые стремятся к контролю над ним. Условием для конфликта является притязание хотя бы одной из сторон на неделимость объекта, желание считать его неделимым, полностью владеть им. Для конструктивного разрешения конфликта необходимо изменять не только его объективные составляющие, но и субъективные. Наряду с "объектными" выделяют "безобъектные" конфликты, которые не базируются на взаимных стремлениях к контролю над чем-то (А. Дмитриев, В. Кудрявцев, С. Кудрявцев). В качестве примера приводится следующий конфликт. Ситуация с двумя соседками в доме: одна сидит за столом и пишет научный труд, а другая играет на фортепиано. Первая, которой фортепиано мешает сосредоточиться, стучит в стену. Начинается конфликт. Причина конфликта здесь не в том, что обе стремятся единолично контролировать какую-либо ценность, а просто в помехах, снижающих эффективность деятельности одной из участников конфликта. Однако анализ данной ситуации показывает, что и в этом конфликте есть объект. Из-за того, что их устремления сосредоточены на одном объекте, и возникает конфликт. Важно уметь выделить объект конфликта, чтобы конструктивно его разрешить. Потеря объекта конфликта, ошибочное выделение ложного объекта существенно затрудняют процесс решения проблемы.

. Микро - и макросреда. При анализе конфликта необходимо выделять такой элемент, как условия, в которых находятся и действуют участники конфликта, т.е. микро - и макросреду, в которой возник конфликт. Важными психологическими составляющими конфликтной ситуации являются устремления сторон, стратегии и тактики их поведения, а также их восприятие конфликтной ситуации, т.е. те информационные модели конфликта, которые имеются у каждой из сторон и в соответствии с которыми участники организуют свое поведение в конфликте. При объяснении активности и направленности действий участников в конфликте речь идет о мотивах, целях, интересах, ценностях, потребностях отдельных лиц, социальных групп. Мотивы в конфликте - это побуждения к вступлению в конфликт, связанные с удовлетворением потребностей участника, совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих конфликтную активность субъекта. В конфликте часто сложно выявить истинные мотивы участников, так как они в большинстве случаев скрывают их, предъявляя в позициях и целях мотивировку участия в конфликте, которая отличается от первичных мотивов. Главной причиной активности участника в конфликте являются его потребности. Они представляют собой состояния субъекта, создаваемые испытываемой участником нуждой в объектах (ресурсы, власть, духовные ценности), необходимых для его существования и развития, выступающих источником его активности. Анализ причин поведения сторон в конфликтах показывает, что они сводятся к стремлению удовлетворить свои интересы. Интересы участника представляют собой осознанные потребности, которые обеспечивают его направленность на объект конфликта, и способствуют реализации его конфликтного поведения. Близки к интересам участников и ценности, которые они могут отстаивать в конфликте. Это могут быть общечеловеческие ценности (например, истинность суждения, идеи, справедливость решения), ценности, выраженные в каком-то конкретном произведении культуры, а также личностные ценности (чувство собственного достоинства, честь, самооценка и т.п.).

Мотивы индивида, группы не возникают сами по себе и часто определяются ситуацией, условиями, в которых он (она) находится. Зачастую протекающие в обществе социально-дезорганизующие процессы деформируют общественное сознание, которое реализуется и преломляется через потребности, интересы и, следовательно, через цели, поступки и действия конкретных людей и групп. Мотивы противодействующих сторон конкретизируются в их целях. Цель - это осознанный образ предвосхищаемого результата, на достижение которого направлены действия человека. Целью субъекта в конфликте является его представление о конечном результате конфликта, его предвосхищаемый полезный (с точки зрения личности или общественной, групповой значимости) результат. В конфликте можно выделить стратегические и тактические цели оппонентов. Основная цель участника - овладение объектом конфликта, ей подчинены тактические цели. Однако в зависимости от развития конфликта эта основная цель может быть заменена на другую (нанесение максимального ущерба - материального, морального, психологического - участнику), которая в начале конфликта выступала как цель-средство. Последним элементом, самой видимой частью устремлений человека, социальной группы в конфликте, который обычно анализируется и берется в расчет, является позиция. Это система отношений участника к элементам конфликтной ситуации, проявляющаяся в соответствующем поведении и поступках. Другими словами, это совокупность фактических прав, обязанностей и возможностей участника, реализующихся в конкретной конфликтной ситуации посредством общения, поведения и деятельности. Позиция характеризуется, с одной стороны, динамичностью и гибкостью, с другой - относительной устойчивостью.

Межличностные конфликты в зависимости от характера отношений подчиненности между оппонентами можно классифицировать на конфликты "по вертикали", "по горизонтали" и "по диагонали" - когда оппоненты находятся в отношениях косвенной подчиненности. Базисная типология конфликтов позволяет определить границы объектного поля конфликтологии и выделить в нем наиболее общие структурные единицы. Она включает конфликты с участием человека: социальные и внутриличностные. Социальные конфликты включают: межличностные, между личностью и группой, между малыми, средними, большими социальными группами, межгосударственные. Внутриличностные конфликты: между "хочу" и "хочу", между "хочу" и "не могу", между "хочу" и "нужно", между "могу" и "не могу", между "нужно" и "нужно", между "нужно" и "не могу". В принципе в основе классификации может лежать любой признак конфликта. Проблема выявления причин возникновения конфликтов занимает ключевое

место в поиске путей их предупреждения и конструктивного разрешения. Без знания движущих сил развития конфликтов трудно оказывать на них эффективное воздействие. На основе только описательных моделей конфликта нецелесообразно решительно вмешиваться в его естественное развитие. Мы знаем, что происходит во время конфликта. Возникновение и развитие конфликтов обусловлено действием четырех групп факторов и причин: объективных, организационно-управленческих, социально-психологических и личностных. Первые две группы факторов носят объективный характер, третья и отвергая - субъективный. К числу объективных причин конфликтов можно отнести главным образом те обстоятельства социального взаимодействия людей, которые привели к столкновению их интересов, мнений, установок и т.п. Объективные причины приводят к созданию предконфликтной обстановки - объективного компонента предконфликтной ситуации. Субъективные причины конфликтов в основном связаны с теми индивидуальными психологическими особенностями участников, которые приводят к тому, что они выбирают именно конфликтный, а не какой-либо другой способ разрешения создавшегося объективного противоречия. Человек не идет на компромиссное решение проблемы, не уступает, не избегает конфликта, не пытается обсудить и совместно с оппонентом обоюдовыгодно разрешить возникшее противоречие, а выбирает стратегию противодействия. Практически в любой предконфликтной ситуации есть возможность выбора конфликтного или одного из неконфликтных способов ее разрешения. Любая объективная причина играет свою роль в возникновении конкретной конфликтной ситуации, в том числе по причине действия субъективных факторов. Большинство объективных причин субъективны. В свою очередь субъективные причины конфликтов объективно детерминированы. В основе субъективной причины конфликта может лежать фактор, от человека мало зависящий, т.е. объективный фактор. Нет ни одного конфликта, который в той или иной степени не был бы обусловлен помимо субъективных и объективными причинами. В то же время трудно найти предконфликтную ситуацию, возникшую в силу объективных обстоятельств, которую нельзя было бы разрешить неконфликтным способом. В любом межличностном конфликте всегда ту или иную роль играет субъективный фактор. Если человек субъективно не примет решение о начале конфликтного противодействия, конфликта не будет. Поэтому практически у любого конфликта существует комплекс объективно-субъективных причин. Существуют различные точки зрения на роль социально-психологических причин в возникновении конфликтов. Информационные модели конфликтной ситуации. По-другому этот субъективный компонент конфликтной ситуации называют восприятием участниками конфликта. Он является исключительно важным для понимания возникновения и развития конфликта.

# ***1.5 Типичные межличностные конфликты***

Строгого определения межличностного конфликта не существует. Более того, как вы уже поняли из предыдущей лекции, межличностный конфликт очень тесно связан с внутриличностным. Тем не менее, можно назвать отличительные особенности межличностного конфликта:

. противоборство людей происходит непосредственно, здесь и сейчас, на основе столкновения их личных мотивов. Соперники сталкиваются лицом к лицу.

. Проявляется весь спектр известных причин: общих и частных, объективных и субъективных

. межличностные конфликты для субъектов конфликтного взаимодействия являются своеобразным полигоном проверки характеров, темпераментов, проявления способностей, интеллекта, воли и других индивидуально-психологических особенностей

. отличаются высокой эмоциональностью и охватом практически всех сторон отношений между конфликтующими субъектами

. затрагивают интересы окружения.

В зависимости от взаимной направленности субъектов и межличностных отношений (симпатии-антипатии) межличностные конфликты могут классифицироваться следующим образом:

|  |  |
| --- | --- |
| Тип конфликта | Модель межличностных отношений |
| Взаимно-положительный | + + |
| Взаимно-отрицательный | -  |
| Односторпонне-положительно-отрицательный | +  |
| Односторонне противоречиво-положительный | + + |
| Односторонне противоречиво-отрицательный | - + |
| Взаимопротиворечивый | + + |
| безразличный | 0 0 |

Одним из наиболее распространённых семейных конфликтов - конфликты на фоне эгоистичности одного или обоих супругов. Эгоист прежде всего думает о своих потребностях, заботится о себе, не считается с потребностями и интересами близких людей. Эгоизм в семье и есть главный враг счастливого супружества.

Вообще, нет порока страшнее, чем эгоизм, достоинства он превращает в недостатки. Так, соединение эгоизма с трудолюбием порождает психологию хапуги, со смелостью - лихачество, авантюризм. Даже способности и ум эгоиста подчинены одной цели - карьеризму, самовосхищению, оправданию своих ошибок. Ещё страшнее эгоизм воздействует на недостатки: он превращает их в пороки. Эгоизм и лень - уже паразитизм, эгоизм и ложь - подлость, эгоизм и трусость - предательство и т.д. Эгоизм одного из супругов делает несчастными обоих.

Эгоизм обоих супругов порождает мещанство. В этом случае они вначале конфликтуют, а затем претерпеваются друг к другу, прощают пороки и недостатки и объединяются во имя того, чтобы удовлетворить свои примитивные потребительские запросы. Они заражаются целым рядом страстей, в числе которых: страсть к накопительству; стремление к престижу; самореклама; самодовольство; жизнь по принципу: Мой дом - моя крепость.

В мещанской семье нет ничего прочного и настоящего, кроме выгоды.

Выгода - её бог и точка опоры.

Мещанская семья среда для дальнейшего расцвета эгоизма в каждом из супругов. И уже по одному этому мещанство - главный враг любви! Нельзя допустить, чтобы высочайшая радость на земле гибла из-за самовлюблённости, жадности, зависти, корысти одного или обоих супругов.

Другой тип семейных конфликтов - конфликты на фоне неуступчивости супругов. Она - главное препятствие к взаимопониманию, согласию, семейной гармонии.

Уступать должны оба супруга. Но первым уступить должен тот, кто мудрее, сильнее, кто понимает, что нежелание и неумение уступать - путь, ведущий к ссорам и нередко - к разводам.

Очень важно научиться такту и выдержке, умению убедительно и аргументировано излагать свою точку зрения. Если же убедить супруга не удаётся, лучше прекратить спор. Самое главное - не превратить семейные споры в ссоры, дискуссии - в скандалы и выяснения отношений. Супругам надо научиться взаимодействовать с родителями и родственниками, а важнее научиться уважать друг друга.

Семейное согласие строится постепенно на взаимопонимании и собственном самосовершенствовании. Если кого-либо из супругов не устраивают привычки, потребности и установки другого, надо, чтобы и другой это осознал и понял, что необходима перемена. Исправить положение можно в том случае, если этого хотят оба супруга. Скандалы, ультиматумы, брань, даже физическое насилие не побуждают к лучшему поведению, не помогают, а только мешают виновному исправить свои ошибки или избавиться от недостатков. Повысить культуру быта, культуру отношений - это значит и повысить требовательность супруга к самому себе.

Стремясь помочь любимому человеку избавиться то недостатков, нельзя занимать позиции судьи. Важно и самому определить свою долю вины в неправильном поведении любимого человека.

Можно сказать, что умение решать семейные конфликты - это прежде всего умение сделать шаг навстречу другому, способность изменить сои взгляды, позиции. К сожалению, вариант, когда оба супруга наделены этой способностью, встречается достаточно редко, гораздо чаще ею обладает лишь один из них. На нём-то, этом "уступающем" супруге, фактически и держится семья, он становится её цементирующим началом.

Первый шаг навстречу важен не только во время принятия важных семейных решений, когда мнения супругов не совпадают, когда в семье возникает конфликтная ситуация. На первых порах семейной жизни, в период приспособления, точнее, обучения жизни вдвоём, супругов сплошь и рядом подстерегают мелкие, незначительные ошибки, которые обычно приводят к столь же мелким конфликтам. Однако если их вовремя не погасить, эти мелкие конфликты могут основательно попортить нервы обоим супругам.

Как считает известный советский психолог В. Леви, ссору нужно анатомировать и отношения стоит выяснять. Однако в таких выяснениях нужно соблюдать одно правило: каждый говорит только о своих ошибках. Но нельзя превращать жизнь в сплошное выяснение отношений, иначе из тихой пристани семья превратится в театр военных действий. Если недовольств накопилось очень много и слишком много претензий друг к другу, В. Леви рекомендует проводить "очищающие игры" или ролевой тренинг.

Есть только один способ разрешения семейных проблем, конфликтных ситуаций, избавления от обиды - это общение супругов, умение разговаривать друг с другом и слышать друг друга. За затяжным, неразрешённым конфликтом, ссорой, как правило, скрывается неумение общаться.

Американский психолог Дж. Готтман, специально изучавший процесс семейного общения, выявил интересные закономерности общения супругов в конфликтных семьях. Прежде всего для этих семей характерна излишняя скованность общения. Члены их как бы бояться сказать своё слово, выразить свои переживания, чувства. Конфликтные семьи оказались более "молчаливыми", чем бесконфликтные, в них супруги реже обмениваются новой информацией, избегают "лишних" разговоров, очевидно боясь, как бы ненароком не вспыхнула ссора. В конфликтных семьях супруги практически не говорят "мы", они предпочитают говорить только "я". А это свидетельствует об изолированности супругов, об эмоциональной разобщённости, о том, что чувство "мы" в этой семье не сформировалось. И, наконец, проблемные, вечно ссорящиеся конфликтные семьи - это семьи, в которых общение происходит в виде монолога. Всё это напоминает разговор глухих, каждый говорит своё, самое важное, наболевшее, но никто его не слышит - в ответ звучит такой же монолог.

Под умением общаться мы подразумеваем не только, что следует, а что не следует говорить, но и как следует, а как не следует говорить.

По данным психологов, изучающих проблемы общения, два человека в процессе непосредственного общения передают при помощи слов только 7 процентов всей сообщаемой информации. Остальные 93 процента передаются: через интонацию голоса и жесты, которыми сопровождается разговор, - 38 процентов, через выражение лица - 55 процентов.

Ещё один источник трудностей в общении, подстерегающий супругов, особенно в конфликтных ситуациях, - неумение выражать и проявлять свои чувства и переживания.

У каждого человека есть определённое представление о себе, о своих возможностях, которое складывается на протяжении всей жизни. В детстве - на основе оценки, даваемой ребёнку близкими, в последующие годы - окружающими людьми и результате самоанализа. В психологии оценку человеком своих возможностей, качеств и его представление о своём месте среди людей называют самооценкой. Она может быть завышенной, заниженной или адекватной. Самооценка влияет на характер взаимоотношений человека с окружающими людьми и выбор средств самоутверждения.

Отношение человека к себе находит выражение во всём его облике.

Человек с заниженной самооценкой, как правило, стеснителен, нерешителен, с опаской включается в деятельность. Он оценивает свои возможности и успехи ниже их реального состояния. У людей с заниженной самооценкой достаточно развита способность к самокритике.

Человек с завышенной самооценкой пренебрежительно и неодобрительно относится к людям. Он переоценивает свои реальные возможности и успехи.

Такой человек оценивает себя выше, чем его оценивают взаимодействующие с ним люди.

Человек с адекватной самооценкой точно знает, на что он способен, и берётся за дело тогда, когда уверен в успехе.

При всём разнообразии проблем семья, испытывающая боль, всегда характеризуется: низкой самооценкой, ненаправленными, спутанными, неясными, в значительной степени нереалистичными и нечестными коммуникациями; ригидными, инертными, стереотипными, негуманными, не направленными на помощь другим и чрезмерно ограничивающими жизнь правилами поведения; социальными связями, либо обеспечивающими покой в семье, либо наполненными страхом и угрозой.

Неблагополучные семьи порождают неблагополучных людей с низкой самооценкой, что толкает их на преступление, оборачивается душевными болезнями, алкоголизмом, наркоманией, нищетой и другими социальными проблемами.

Также возможны конфликты на фоне зависти к материальному обеспечению. Чаще у людей с эгоистической направленностью чрезмерно развиты материальные потребности. Разумеется, человек должен быть материально обеспечен. Но материальные потребности могут быть столь значительными, что зарплаты на их удовлетворение не хватит. Одни ищут дополнительную работу. Стараясь заработать побольше денег. Другие "добывают" деньги преступным путём - берут взятки, занимаются вымогательством, спекулируют, воруют, участвуют в грабежах. Третьи, не найдя способа "добыть" деньги, мучаются, страдают, чувствуют себя несчастными и завидуют тем, кто "умеет жить". У этих людей часто бывает плохое настроение, вызванное сильными отрицательными переживаниями. В итоге - неизбежные семейные ссоры.

Люди с нормально развитыми материальными потребностями живут по средствам и стремятся свои потребности привести в соответствие с возможностями удовлетворения их.

Большую роль в возникновении семейных конфликтов играет незнание индивидуально-психологических различий людей, знание же их позволяет понять их поведение, помогает правильно выбрать средства общения с ними.

Типы темперамента нельзя делить на "хорошие" и "плохие". Людей с "чистыми" типами темперамента не бывает. Под влиянием условий жизни и воспитания темперамент подвергается изменениям. Поведение человека того или иного типа темперамента можно в определённой мере корректировать. В зависимости от обстановки холерик может сорваться, накричать, но может и сдержаться. Оскорбляющий жену и близких людей у себя дома, холерик воздержится от подобного поведения по отношению к начальнику, если знает, что это может для него плохо кончиться. Необходимо научиться различать особенности поведения, вызванного типом темперамента и неумением (или нежеланием) сдерживать себя. Кроме того, на поведение человека влияет и состояние его нервной системы, и состояние здоровья. Нервное заболевание может стать причиной несдержанности, эмоциональной вспышки. И флегматика, если очень постараться, можно вывести из себя.

Если оба - холерики, то можно ожидать состояния повышенной конфликтности в семье. Если оба - флегматики, то скорее всего, конфликтных ситуаций будет мало. Если один из супругов холерик, а другой - флегматик, то вспыльчивость и нетерпеливость натолкается на выдержку, спокойное и ровное поведение другого. В этой ситуации холерик, подогреваемый ответным действием, успокоится и ссора может не возникнуть. Разумеется, отрицательное проявление того или иного темперамента должны корректироваться самовоспитанием.

Также возможны конфликты при появлении детей.

Родился новый человек. До его рождения будущие родители вряд ли задумывались над тем, какой нелёгкий путь предстоит им пройти вместе, какие испытания выдержать.

А испытания эти очень серьёзные. За первыми минутами умиления и восторга начинается кропотливая работа: бессонные ночи, ежедневные кормления, купания, стирка, глажка. Молодые люди, ещё не насладившиеся обществом друг друга, обнаруживают, что маленький человечек переключил всё их внимание на себя, заполнил собой всю их жизнь. Им некогда даже посидеть рядышком, беззаботно поболтать или пообщаться с друзьями. Для них закрыты дискотеки и кинотеатры, поездки за город - ребёнок приковал их к себе.

Супругам приходится изменять весь строй уже сложившихся внутри семьи отношений, привычек, весь созданный ими уклад жизни. Помимо прежних ролей супругов. Они принимают на себя новые роли матери и отца. На несколько лет в семье складывается такая ситуация, когда новый член семьи фактически "диктует" своим родителям условия семейной жизни. Подобная перестройка не всегда проходит гладко. Более того, трудности этого периода иной раз приводят к таким конфликтам, которые могут на долгие годы исказить, искалечить весь строй душевных, психологических отношений между супругами.

Постоянно возникающие конфликты могут негативно сказаться не только на супружеских отношениях, но и на нравственном, психическом развитии ребёнка. Ведь психика малыша, его душевный склад, восприятие и отношение к окружающему миру, другим людям и себе самому формируются под влиянием той атмосферы, которая царит в родном доме. Эмоциональный настрой, доминирующий во взаимоотношениях супругов, имеет здесь немаловажное значение. Проходит совсем немного времени, и постоянно ссорящиеся молодые папы и мамы начинают удивляться, откуда у их малыша появились не очень приятные свойства и качества: драчливость, жадность, капризность, чрезмерная застенчивость, лживость, возникновение которых в свою очередь ведёт к серьёзному осложнению и без того натянутых отношений.

# ***1.6 Конфликты во взаимодействии родителей и детей***

Базаров мне не понравился сразу. Он был злобным и действия его были бессмысленными. Он исступленно мучил себя и лягушек и поэтому был "новым человеком", на которого я должен был равняться. Хотя мне казалось, что когда Базаров умер, Тургенев вздохнул с тщательно скрываемым облегчением и Тургеневу Базарова было ничуточки не жалко. Теперь я прекрасно понимаю, что сильный человек Базаров был глубоким невротиком, чье мировоззрение строилось исключительно на лжи себе. Он пытался выглядеть философом и мудрецом, ссылаясь на чужие книжки, он пытался выглядеть значительным, совершая нелепые поступки и критикуя. Так и помер - не став взрослым, не получив удовольствия от жизни. Несчастный нелеченый невротик.

Под литературным названием конфликта "отцы и дети" живет конфликт инфантильности и зрелости, претензий и права.

Данная разновидность конфликтов - одна из самых распространенных в повседневной жизни. Однако она в определенной степени обойдена вниманием специалистов - психологов и педагогов. Мы не рассматриваем проблему конфликта поколений, которая намного шире и активно разрабатывается социологами. Из более чем 700 психолого-педагогических работ по проблеме конфликта вряд ли наберется с десяток-другой публикаций, в центре которых стояла бы проблема конфликтов между родителями и детьми. Она, как правило, изучается в контексте более обширных исследований; семейных отношений (В. Шуман), возрастных кризисов (И. Кон), влияния супружеских конфликтов на развитие детей (А. Ушатиков, А. Спиваковская) и др. Однако невозможно найти такую семью, где бы отсутствовали конфликты между родителями и детьми. Даже в благополучных семьях в более чем 30% случаев отмечаются конфликтные взаимоотношения (с точки зрения подростка) с обоими родителями (И. Горьковая).

Почему же возникают конфликты между родителями и детьми? Кроме общих причин, продуцирующих конфликтность взаимоотношений людей, которые рассмотрены выше, выделяют психологические факторы конфликтов во взаимодействии родителей и детей.

. Тип внутрисемейных отношений. Выделяют гармоничный и дисгармоничный типы семейных отношений. В гармоничной семье устанавливается подвижное равновесие, проявляющееся в оформлении психологических ролей каждого члена семьи, формировании семейного "Мы”, способности членов семьи разрешать противоречия.

Дисгармония семьи - это негативный характер супружеских отношений, выражающийся в конфликтном взаимодействии супругов. Уровень психологического напряжения в такой семье имеет тенденцию к нарастанию, приводя к невротическим реакциям ее членов, возникновению чувства постоянного беспокойства у детей.

. Деструктивность семейного воспитания. Выделяют следующие черты деструктивных типов воспитания:

разногласия членов семьи по вопросам воспитания;

противоречивость, непоследовательность, неадекватность;

опека и запреты во многих сферах жизни детей;

повышенные требования к детям, частое применение угроз, осуждений.

. Возрастные кризисы детей рассматриваются как факторы их повышенной конфликтности. Возрастной кризис представляет собой переходный период от одного этапа детского развития к другому. В критические периоды дети становятся непослушными, капризными, раздражительными. Они часто вступают в конфликты с окружающими, особенно с родителями. У них возникает отрицательное отношение - к ранее выполнявшимся требованиям, доходящее до упрямства. Выделяют следующие возрастные кризисы детей:

кризис первого года (переход от младенчества к раннему детству);

кризис "трех лет" (переход от раннего детства к дошкольному возрасту);

кризис 6-7 лет (переход от дошкольного к младшему школьному возрасту);

кризис полового созревания (переход от младшего школьного к подростковому возрасту - 12-14 лет);

подростковый кризис 15-17 лет (Д. Эльконин).

. Личностный фактор. Среди личностных особенностей родителей, способствующих их конфликтам с детьми, выделяют консервативный способ мышления, приверженность устаревшим правилам поведения и вредным привычкам (употребление алкоголя и т.д.), авторитарность суждений, ортодоксальность убеждений и т.п. Среди личностных особенностей детей называют такие, как низкая успеваемость, нарушения правил поведения, игнорирование рекомендаций родителей, а также непослушание, упрямство, эгоизм и эгоцентризм, самоуверенность, леность и т.п. Таким образом, рассматриваемые конфликты могут быть представлены как результат ошибок родителей и детей.

Выделяют следующие типы отношений родителей и детей:

"в оптимальный тип отношений родителей и детей;

потребностью это назвать нельзя, но родители вникают в интересы детей, а дети делятся с ними своими мыслями;

скорее родители вникают в заботы детей, чем дети делятся с ними (возникает обоюдное недовольство);

скорее дети испытывают желание делиться с родителями, чем те вникают в заботы, интересы и занятия детей;

поведение, жизненные устремления детей вызывают в семье конфликты, и при этом скорее правы родители;

поведение, жизненные устремления детей вызывают в семье конфликты, и при этом скорее правы дети;

родители не вникают в интересы детей, а дети не испытывают желания делиться с ними (противоречия не замечались родителями и переросли в конфликты, взаимное отчуждение).

Наиболее часто конфликты у родителей возникают с детьми подросткового возраста. Психологи выделяют следующие типы конфликтов подростков с родителями: конфликт неустойчивости родительского отношения (постоянная смена критериев оценки ребенка); конфликт сверхзаботы (излишняя опека и сверхожидания); конфликт неуважения прав на самостоятельность (тотальность указаний и контроля); конфликт отцовского авторитета (стремление добиться своего в конфликте любой ценой).

Обычно ребенок на притязания и конфликтные действия родителей отвечает такими реакциями (стратегиями), как:

реакция оппозиции (демонстративные действия негативного характера);

реакция отказа (неподчинение требованиям родителей);

реакция изоляции (стремление избежать нежелательных контактов с родителями, сокрытие информации и действий).

# ***Глава 2. Психологическая помощь конфликтным семьям***

# ***2.1 Методы коррекции семейных отношений***

Под методикой (техникой) семейной психотерапии понимается типовая совокупность действий, с помощью которых психотерапевт решает определенную психотерапевтическую задачу.

Рассмотрим в качестве примера одну из техник, применяемых в семейной психотерапии, - "проигрывание ролей друг друга" (Barker Ph., 1981). Она состоит из последовательных действий: психотерапевт выдвигает предложение "попробовать сыграть кое-что"; он объясняет, как это сделать, прилагает усилия, чтобы убедить членов семьи в необходимости сделать это; члены семьи участвуют в проигрывании своих ролей; после чего психотерапевт определенным образом комментирует их.

Совокупность действий, входящих в технику, может быть весьма значительной, но может ограничиваться только одним действием или даже намеренным бездействием - примером такой техники является "молчание", по X. Пересу (Peres J., 1979). Вся совокупность действий, входящих в технику, применяется при решении определенной задачи или нескольких различных задач. "Проигрывание ролей" применяется в случае необходимости увеличить уровень эмпатии членов семьи. "Обмен ролями" между родителями и детьми широко применялся А.И. Захаровым (1982) для того, чтобы улучшилось их взаимопонимание и сочувствие.

Семейная психотерапия за время своего развития приобрела большое число различных техник. Каждая из вновь появившихся школ привносит свои техники, применяемые для решения тех задач, которые представители именно этой школы считают самыми важными. Охарактеризуем основные виды психотерапевтических техник, наиболее широко применяемых в семейной психотерапии.

Указания (директивы) - прямые и конкретные указания психотерапевтам необходимости определенных действий со стороны всей семьи или отдельных ее членов для того, чтобы они добились своих целей (выздоровления, решения проблемы, разрешения конфликта). Указание (директива) может касаться конкретных действий: необходимость сменить место жительства, жить отдельно или, напротив, вместе и т.д. Известный семейный психотерапевт Ф. Баркер предложил простое деление директив, применяемых в ходе семейной психотерапии (Ph. Barker, 1981):

указание членам семьи делать что-то;

указание делать нечто иначе, чем до сих пор;

указание не делать того, что они до сих пор делали. Автор с полным основанием замечает, что больше всего проблем возникает при необходимости применения директив третьего рода, т.е. указаний прекратить что-то делать. Он предлагает ряд мер, которые помогают усилить эффективность такого рода директив:

во-первых, сделать директиву как можно более точной;

во-вторых, призвать на помощь других членов семьи, которые напоминали бы индивиду о том, чего не нужно делать;

в-третьих, установить систему наград и наказаний, которые помогли бы индивиду удержаться от нежелательных действий.

Технику указаний широко применяют психотерапевты самых различных школ и направлений. Значительное место уделено ей в системах С. Минухина, Дж. Хейли и М. Палаццолли и др. Директивы делятся на прямые, метафорические и парадоксальные. В основе этого деления - разница в способе воздействия на поведение членов семьи

В случае парадоксальной директивы истинная ее цель противоположна провозглашаемой. Психотерапевт в этом случае требует поступить определенным образом, рассчитывая, что члены семьи поступят как раз наоборот. Он может рекомендовать супругам на протяжении определенного времени воздерживаться от сексуальных отношений, если нарушения половой функции у мужа обусловлены тревожным ожиданием неудачи, рассчитывая, что запрет снимет страх супруга перед сексуальными отношениями и в результате семья этот запрет нарушит. В нашей практике семейной психотерапии указания играют немалую роль. Эффективность данной техники решающим образом зависит от правильности ее применения. Наиболее эффективно применение директив в следующих случаях.

. Если семья способна вести себя по-новому, не так, как привыкла, и ее поведение создает возможность для коррекции нарушения.

2. Если есть возможность перехода семьи к правильному, ненарушенному поведению и для ликвидации нарушения в жизни семьи необходимо что-то делать иным способом, чем ранее. Переход семьи к этому способу весьма затруднен, но возможен, если расчленить его на этапы и разработать серии директив, которые постепенно, шаг за шагом подведут семью к необходимо му поведению.

. Если имеется возможность реорганизации условий жизни семьи и снятия таким образом нарушений в ее жизни. Речь идет об изменениях места жительства, работы, тех или иных сторон досуга, ведения домашнего хозяйства, режима семьи, определенных, достаточно легко изменяемых привычек. Такие указания особенно часто приходится давать при семейной психотерапии с семьями алкоголиков, подростков с нарушениями поведения на фоне различных акцентуаций характера, а также при устойчивой конфликтности

взаимоотношений в семье, если нервно-психическое расстройство у одного из ее членов возникло именно в силу этой конфликтности. В нашей практике были случаи, когда значительного снижения конфликтности в семье удавалось добиться с помощью нетрудновыполнимых указаний семье. Классический пример такого указания изложен в русской народной сказке о старухе, которой был дан совет при каждой ссоре с мужем набирать в рот большой глоток воды и держать до самого конца ссоры. В ходе изучения одной из конфликтных семей было установлено, что значительная часть конфликтов возникает утром, когда супруги собираются на работу. Естественно, было дано указание иным образом организовать утро в семье - так, чтобы супруги в это время практически не встречались, что оказалось возможным. В результате конфликтность взаимоотношений значительно понизилась.

Во всех перечисленных случаях применение указанной техники требует:

■ тщательного изучения семьи. В основе любой директивы психотерапевта лежит психологический расчет, учитывающий значительное число моментов. В первом случае нужна была уверенность, что Янина Б. сумеет и осмелится выполнить указание психотерапевта, что на мужа ее поступок произведет необходимое впечатление. Если бы психотерапевт ошибся в своих расчетах, события могли начать развиваться непредсказуемым образом (например, в ответ на бойкот жены он ушел бы из семьи или объявил бы ответный бойкот). Точно так же хорошее знание характерологических особенностей матери Алика 3. было необходимо, чтобы точно предугадать ее реакцию на посещение вспомогательной школы. Если бы психологический расчет оказался ошибочным, могло бы случиться, что посещение школы произвело бы обратное действие, а именно укрепило бы нежелание отдавать туда сына;

достаточного авторитета психотерапевта в глазах того члена семьи, который должен выполнить указание. Во всех перечисленных случаях пациенту, выполняющему указание, пришлось сделать нечто неприятное, трудное для него, поэтому только авторитет психотерапевта мог создать для него достаточную психологическую опору;

психотерапевтического воздействия на семью примером психотерапевта, В ходе семейной психотерапии спонтанно возникает значительное число всевозможных ситуаций проблем, положений. Члены семьи реагируют на них, комментируют, ищут выход из создавшихся ситуаций.

Данная ситуация возникла в ходе работы с семьей Людмилы Д. Одной из основных проблем в этой семье было нарушение коммуникации между Людмилой Д. и ее свекровью и труднопереносимая для Людмилы Д. опека со стороны свекрови.

Свекровь. Надо стараться помогать друг другу. Надо помогать всем, чем можешь. Очень плохо, если в семье не помогают друг другу.

Психотерапевт смотрит на Людмилу Д. Людмила Д. молчит.

Психотерапевт (обращаясь к Людмиле Д.) - А бывает ли так, что не хочется ничьей помощи, хочется поработать одной?

Людмила Д. молчит.

Свекровь (решительно). Конечно, нет! Если все в семье от души друг другу помогают, то никогда так не будет.

Психотерапевт (обращаясь к Людмиле Д.): А вы бы обиделись, если бы предложили кому-нибудь помощь, а человек сказал, что он хочет побыть один?

Людмила Д. Нет.

Психотерапевт (переспрашивает): Совсем нет?

Людмила Д. Совсем.

Пауза. Психотерапевт переводит взгляд на свекровь.

Свекровь (решительно): Конечно, если человек хочет побыть один. Я люблю, например, мыть посуду и о чем-нибудь думать.

Людмила Д (смотрит на нее с удивлением). И я люблю.

При этом нередко спонтанно проявляются как раз проблемные аспекты взаимоотношений между ними. Психотерапевт должен быть готов заметить эти моменты, "выхватить" их из потока событий, обратить на них внимание членов семьи и показать, как можно их решить. В качестве иллюстрации опишем следующие ситуации (случаи 30 и 31).

В этом эпизоде важно даже не то, что свекровь осознала, что опека не всегда нужна, а Людмила Д. высказала, хоть и весьма робко, свое желание. Самое главное, что психотерапевт показал Людмиле Д. технику "косвенного вопроса" и ее применение при решении весьма важной для семьи коммуникационной проблемы. Информация о том, как свекровь может отнестись к отказу Людмилы от ее опеки, была очень нужна Людмиле Д. и в то же время в силу сложившихся в семье взаимоотношений и особенностей ее характера не могла быть ею получена с помощью прямого вопроса. Психотерапевт сделал это с помощью косвенного. Можно быть уверенным, что Людмила Д. запомнит всю эту сцену и позднее, оставшись одна, несколько раз проиграет ее в воображении.

Приведенное наблюдение иллюстрирует и основные требования, которые возникают при применении данной техники.

Во-первых, пациент должен быть готов к тому, чтобы учиться на примере психотерапевта. В данном случае эпизод возник на том этапе психотерапии, когда Дмитрий У., 13,5 года. Нарушения поведения на фоне декомпенсации истероидно-эпилептоидной акцентуации характера. Одна из проблем во взаимоотношениях с подростком связана с его приступами упрямства. В частности, однажды подросток заявил, что больше не будет ходить в школу и на протяжении 1,5 месяца пропускал занятия. В ходе встречи со всей семьей психотерапевт просит подростка, чтобы он изобразил, как утром собирается в школу.

Подросток. Как показать? Как артист? (Подумав.) А что, если не получится?

Психотерапевт. Получится.

Подросток (помолчав). А если не получится?

Отец (приходит на помощь). Ну, стань сюда и покажи, вот так.

Все смеются.

Подросток (решительно). Не бу-Ду!

Все смотрят на психотерапевта. Тот молчит.

Мать (подростку). Ну, раз тебе говорят делать, так делай, и нечего тут упираться. (И тут же, обращаясь к психотерапевту, продолжает.) Ни за что не сделает. Он упрямый как осел!

Психотерапевт (как бы про себя). Я бы на его месте, наверно, тоже не сделал. (Обращается к отцу.) А вы?

Отец (улыбаясь). И я, пожалуй, тоже! Психотерапевт переводит взгляд на мать.

Мать (смущенно). И я тоже, наверно, не смогла бы.

Пауза.

Подросток (решительно). Давайте, попробую. Людмила Д. уже знала, что такое прямая и косвенная коммуникация, что такое коммуникационная проблема, выполняла в группе специальные упражнения на распознавание таких проблем. Если бы Людмила Д. не прошла такой подготовки, то вся ситуация осталась бы незамеченной ею.

Во-вторых, необходима готовность психотерапевта замечать такие ситуации и использовать их в качестве обучающего примера. Для этого недостаточно искусства и быстроты реакции, необходима и специальная подготовка. Готовясь к проведению психотерапии с имеющей определенную проблему семьей, психотерапевт должен заранее подумать о том, в какой момент эта проблема может проявиться. При подготовке к работе с семьей Людмилы Д. предполагалось, что тенденция свекрови к опеке над Людмилой Д. обязательно спонтанно проявится. При этом, несомненно, возникнет момент, когда эта опека будет нежелательна для Людмилы Д., но она не посмеет выразить свое чувство по отношению к ней. Анализируя описанную ситуацию, нетрудно убедиться, что такие моменты возникали неоднократно. Два из них психотерапевт пропустил - это были случаи, когда свекровь отвечала за Людмилу Д. Третий же был им успешно использован.

Рассмотрим данную семейную психотерапевтическую ситуацию с точки зрения проблемы, которая играла значительную роль в семейных взаимоотношениях. Для подростка характерен явно завышенный уровень притязаний ("все, что я делаю, - очень хорошо"), однако он сочетается с неуверенностью в себе. Им выработан устойчивый способ защиты от опасности оказаться не на высоте собственных притязаний: в тот момент, когда подросток сомневается в себе, он придирается к кому-то из окружающих, так или иначе создавая представление, что ему мешают показать, на что он способен, а раз так, то он без объяснения причин наотрез отказывается продолжать. Этот способ защиты подросток использовал в школе: поводом к полуторамесячному прекращению учебы было не вполне корректное поведение одного из учителей, хотя истинной причиной были трудности в учебе и проблемы с самоутверждением в коллективе класса. Тот же способ подростка спонтанно проявился и в описанной ситуации. Если бы подросток был уверен, что отлично справится с поручением психотерапевта, то, не колеблясь, выполнил бы его. Но он не был уверен, поэтому "придрался" к общей вспышке смеха, возникшей после слов отца, и наотрез отказался.

Важно отметить, что в ходе групповой психотерапии родители подростка знакомились с подобными ситуациями, изучали различную технику их разрешения. Среди других осваивалась и техника "перехода к относительным нормам", которую использовал психотерапевт в описанной ситуации (Olovs H., 1966). Поэтому в описанном эпизоде она была сразу "опознана" родителями (из-за нее - смущение матери). Вся ситуация, несомненно, запомнится семье, будет неоднократно проигрываться членами семьи в воображении.

Наш опыт показывает высокую эффективность такой техники семейной психотерапии на том этапе, когда в ходе индивидуальных и групповых занятий члены семьи уже имеют все необходимое для самостоятельного решения семейной проблемы, и теперь нужно лишь помочь им научиться применять полученные знания в повседневной семейной жизни.

Семейная дискуссия - один из наиболее широко применяемых методов семейной психотерапии. Это, в первую очередь, дискуссия в семейных группах - обсуждение членами семьи широкого круга проблем, касающихся жизни семьи, и способов решения различных семейных вопросов. Интересные опыты работы в родительских группах описаны В.М. Воловиком (1980) и А.И. Захаровым (1982), который при описании пользуется термином "семейное обсуждение". Дискуссия может преследовать многочисленные цели.

. Коррекция неправильных представлений о различных аспектах семейных взаимоотношений: о способах разрешения семейных конфликтов, о планировании и организации семейной жизни, о распределении обязанностей в семье и т.д. Особенно на начальных этапах семейной психотерапии важна коррекция неправильных представлений о семье методом участия в дискуссии, в ходе которой пациент с удивлением узнает, что многие вещи, которые казались ему очевидными, для других людей таковыми не являются. Участие в групповой дискуссии "расшатывает" устоявшиеся представления пациента, заставляет заново проверить их правильность. Это зародившееся в ходе семейной дискуссии сомнение в правильности своих убеждений - чрезвычайно благоприятный для дальнейшей психотерапии фактор. Обучение членов семьи методам дискуссии. В ходе обсуждения семейных проблем члены семьи обычно обсуждают вопросы, кажущиеся им наиболее важными. При этом они применяют те методы обсуждения, к которым привыкли. Это используется психотерапевтом для формирования у членов семьи более широкого взгляда на различные семейные вопросы и для коррекции вредных привычек, затрудняющих выявление истины в ходе дискуссии. В нашей практике оправдали себя специальные правила ведения дискуссии, которые обсуждаются с участниками группы и которым те стараются следовать. Приведем некоторые из них: "Цель дискуссии - не доказать свою правоту, а совместно найти истину"; "Цель дискуссии - не прийти к соглашению, а установить истину"; "Дискуссия - не соревнование и не способ выявления того, кто умней"; "Прежде чем возражать, подумай, в чем все-таки прав тот, кому готовишь ся возразить, попробуй развить то, в чем прав другой".

При собственно семейной дискуссии (т.е. обсуждении каких-то вопросов в рамках семьи) особенно большое значение приобретает обучение формированию адекватного представления о том или ином аспекте семейной жизни, где немалую роль играет коррекция тех особенностей взаимоотношений членов семьи, которые препятствуют этому.

В практике семейной психотерапии нередко приходится сталкиваться с парадоксальным явлением: при раздельной работе с членами семьи все они с помощью психотерапевта или группы приходят по определенному вопросу к одинаковому мнению. Однако стоит начать совместное обсуждение этого вопроса, как мнения тут же поляризуются и члены семьи вновь занимают диаметрально противоположные позиции. Поляризация эта происходит в соответствии с особыми внутрисемейными информационными ролями. Один из супругов может, например, устойчиво выполнять роль "пессимиста", другой - "оптимиста"; один - "теоретика", другой - "практика" и т.д.

Такая поляризация на определенном этапе может быть и полезна, обеспечивая многосторонность рассмотрения семьей различных вопросов. Однако она же нередко служит серьезным препятствием для формирования адекватного семейного представления. Под ее воздействием супруги нередко заинтересованы не столько в истине, в выработке адекватного представления по тому или иному вопросу, сколько в том, чтобы оказаться правыми. Приведем примеры высказываний членов семьи, иллюстрирующих явление поляризации: "Муж у меня любит все покритиковать. Я, наоборот, стараюсь убедить его, что все не так уж плохо", "Я по природе - пессимист, жена у меня, наоборот, - неисправимая оптимистка. Если я начинаю говорить, как все будет плохо, она обязательно начнет доказывать, что все будет хорошо". При коррекции особое значение приобретает осознание членами семьи своей заинтересованности в том или ином ходе семейной дискуссии.

Управление семейной дискуссией требует от психотерапевта немалого искусства. Заслуживает внимания данное X. Пересом описание основных приемов, используемых семейными психотерапевтами при ведении семейной дискуссии (J. Peres, 1979). Это эффективное использование молчания; умение слушать; обучение с помощью вопросов; повторение (резюмирование); обобщение; экспликация эмоциональных состояний членов семьи; конфронтация с определенным мнением или даже с членом семьи и т.д. Автор описывает многообразные функции каждого из перечисленных приемов семейной дискуссии.

"Эффективное использование\_молчания" - это прием, применяемый психотерапевтом в момент, когда дискуссия по какой-либо причине прерывается и воцаряется неловкое молчание. В этот момент психотерапевт, вопреки ожиданиям членов семьи, присоединяется к общему молчанию, молчит вместе со всеми. Такое поведение может преследовать разнообразные цели. Одна из них - снятие напряженности на первых этапах знакомства с семьей. Молчание психотерапевта в этом случае означает то, что постоянное говорение не есть обязательное условие совместного занятия, что в молчании нет ничего особенного. В другой ситуации психотерапевт может молчать, если понимает, что такое поведение соответствует правилам данной семьи. Своим молчанием он показывает, что понимает это правило и разделяет его. Добавим, что нередко молчание психотерапевта может носить и провоцирующий характер. - В случае 31 психотерапевт своим молчанием вынудил членов семьи попытаться самостоятельно решить возникшую в ходе семейного занятия проблему (преодоление упрямства подростка). Это дало ему возможность позднее показать, как именно надо было решать эту проблему.

Столь же многообразные функции играют в семейной дискуссии "умение слушать", "обучение с помощью вопросов", "резюмирование" и другие перечисленные X. Пересом приемы. Все они могут выполнять обучающую функцию: избирательным слушанием, вопросом или резюмированием психотерапевт обращает внимание семьи на какой-то аспект обсуждаемой темы, с их помощью психотерапевт нередко направляет дискуссию в нужное русло, что особенно важно на начальных этапах семейной психотерапии, когда семейная дискуссия под влиянием самых различных факторов, в том числе и страха перед неразрешенными семейными проблемами, легко сворачивает в сторону, уходит от "горячих тем".

Обусловленное общение - разнообразные психотерапевтические методы, ко"торые сводятся к тому, чтсГв обычные, привычные семейные взаимоотношения вводится какой-то новый" элемент. Цель обусловленного общения - дать возможность членам семьи откорректировать привычные нарушения в отношениях. Один из приемов - обмен между членами семьи записками: при обсуждении какого-либо вопроса члены семьи не говорят, а переписываются. Это в определенных случаях позволяет искусственно замедлить процесс коммуникации и сделать его более наблюдаемым для членов семьи. В результате они начинают замечать те особенности своей коммуникации, которые обычно ускользают от их внимания.

Аналогична роль применяемой для улучшения коммуникации и взаимной эмпа-тии между супругами цветовой сигнализации (Alger J., Hagan P., 1969). Каждый цвет обозначает определенное чувство. Обращаясь друг к другу по различным вопросам, супруги зажигают лампочки, соответствующие испытываемому чувству.

Искусственное добавление к обычным взаимоотношениям дает супругам возможность лучше ориентироваться во взаимных состояниях друг друга и учит их точнее представлять себе эти состояния при общении. Техника обусловленного общения применяется для формирования широкого круга навыков.

Нередко в качестве нового элемента вводятся определенные правила. Эти правила предусматривают условия, при которых они вступают в силу, и соответствующее поведение. Такова разработанная Бахом (G. Bach, Wyden P., 1969) и модифицированная Кратохвилом (S. Kratochvil, 1974) техника "честной борьбы" или "конструктивного спора", которая включает в себя набор правил поведения, вступающих в силу в тот момент, когда супруги испытывают потребность в выражении агрессии по отношению друг к другу:

спор может проводиться только после предварительного обучения и согласия обеих сторон, выяснять отношения следует как можно быстрее после возникновения конфликтной ситуации;

тот, кто начинает спор, должен ясно представлять себе цель, которой он хочет достичь;

все стороны должны принимать активное участие в споре;

спор должен касаться только предмета спора, недопустимы обобщения типа "и всегда ты.", "ты вообще. ";

не допускаются "удары ниже пояса", т.е. применение аргументов, слишком болезненных для одного из участников спора (указания на психические болезни членов его семьи, физические уродства, сексуальные неудачи и т.п.).

Всеми этими правилами члены семьи должны овладеть в ходе специальных занятий и затем включать их в свои обычные повседневные отношения.

Имеющийся у нас опыт свидетельствует о том, что методика действительно содействует росту культуры выражения агрессии. Особенно эффективным оказывалось ее применение при наличии у одного из членов семьи того, что можно было бы назвать "конфликтофобией", - нерационального страха различной этиологии перед выражением агрессии другими членами семьи. Члены семьи с этим нарушением склонны уступать выражению агрессии даже тогда, когда чувствуют, что совершенно правы. В клинике алкоголизма мы нередко наблюдали случаи, когда супруга уступает пьющему мужу только для того, чтобы он на нее "не орал". Обучение технике "конструктивного спора" в таких ситуациях, как правило, обеспечивает устойчивость против выражения агрессии, умение в этих условиях находить верную линию поведения.

■ Техники, формирующие умения и навыки

В ходе изучения семьи нередко обнаруживается, что у ее членов отсутствуют или недостаточно развиты навыки и умения, необходимые для успешной семейной жизни. Сложная совокупность навыков необходима для правильной коммуникации между супругами, для формирования правильного представления о семейной жизни и друг друге и для эффективных ролевых взаимоотношений. Эти недостающие навыки формируются с помощью самых разнообразных психотерапевтических техник.

Давая указания членам семьи, приводя примеры решения каких-либо проблем, проводя дискуссии, используя приемы "обусловленного общения", психотерапевт стремится к тому, чтобы правильные формы общения превратились в соответствующие навыки. Тем не менее нередко для формирования навыков и умений приходится применять специальные упражнения, организовывать соответствующие "тренировки".

Особенность методик данной группы состоит в том, что перед пациентом ставится определенная задача (или совокупность задач), ему говорится об умении или навыке, которые он должен сформировать, и сообщается критерий, с помощью которого он может судить о том, в какой мере ему это удалось.

Особое значение в семейной психотерапии приобретает формирование версионного мышления. Занятие строится следующим образом: психотерапевт сообщает об определенных поступках каких-то людей: например, жена выражает неудовлетворенность сексуальными возможностями своего супруга; мать выполняет все пожелания своего сына; один из членов вполне благополучной семьи неожиданно совершает попытку самоубийства. От пациента требуется выдвинуть как можно больше (не менее 20) версий мотивов, обусловивших такой поступок. Навык считается сформированным, если упражняющийся без особого труда, "с ходу" выдвигает значительное число версий.

Формируемая таким образом способность к быстрому выдвижению множества мотивов оказывается необходимой при коррекции целого ряда семейных нарушений. В частности, способность выдвинуть множество различных предположений о причинах того или иного поступка другого супруга содействует коррекции нарушений представлений членов семьи о семье и друг о друге. Применение подобных техник показано прежде всего в тех случаях, когда необходимы специальные усилия по формированию определенного навыка.

Проигрывание семейных ролей. Эти методики включают проигрывание ролей в различного рода играх, символизирующих семейные отношения (например, в детской психотерапии игра в "звериную семью", в которой участвует папа - кот и мама-кошка), "обмен ролями" (например, игры, в которых родители и дети меняются ролями), "живые скульптуры" (члены семьи изображают различные аспекты своих взаимоотношений).

Стихией ролевых игр является, конечно, детская психотерапия. Ролевая игра естественна для детей, что широко используется для коррекции их поведения и взаимоотношений с родителями (Захаров А.И., 1982). Применение данной техники у взрослых осложнено наличием у них страха перед необходимостью

выступить в какой-то иной роли, чем та, к которой они на протяжении жизни привыкли.

В нашей практике проигрывание определенных ролей применялось в основном в ходе семейных дискуссий. Если один из членов семьи убежденно защищал свою точку зрения на то, как должны быть организованы семейные взаимоотношения, ему предлагалось показать, как это должно выглядеть. Этот член семьи выступал в таком случае в роли режиссера и сценариста, т.е. объяснял, кто и что должен делать. Такое проигрывание в одних случаях проясняло искусственность предложений или, наоборот, помогало выяснить, что имеется в виду, позволяло значительно "приземлить" семейную дискуссию, приблизить ее к реальным взаимоотношениям в семье.

# ***2.2 Психологическое консультирование конфликтных семей***

Семейная психотерапия (СП) - особый вид психотерапии, направленный на коррекцию межличностных отношений и имеющий целью устранение эмоциональных расстройств, наиболее выраженных у больного члена семьи.

Потребность в СП растёт во всех странах мира, особенно начиная с середины XX века, по окончании Второй мировой войны. В настоящее время выделяют несколько основных направлений в СП: психодинамическое, системное и эклектическое.

Первым в СП было психодинамическое направление, трансформировавшееся из психоанализа. Основными принципами его подхода к СП являются: анализ прошлого членов семьи, их неосознаваемых желаний, психологических проблем и взаимных проекций, пережитых на ранних этапах онтогенеза и воспроизводимых в актуальном опыте. Задачей психодинамически ориентированной СП является достижение инсайта - осознание того, как нерешённые в прошлом проблемы влияют на взаимоотношения в семье в данный момент и как из этого нарушенного контекста отношений возникают невротические симптомы и неконструктивные способы адаптации к жизни у некоторых её членов. В настоящее время такой подход, требующий больших усилий как со стороны психотерапевта, так и со стороны членов семьи, огромных затрат времени, считается экономически менее целесообразным, но достаточно эффективным.

Системная СП предусматривает применение личностно-реконструктивных подходов как к пациенту, так и к членам его семьи. Такой методический уровень также обеспечивает высокую эффективность СП, однако придаёт ей характер длиннофокусной психотерапии наряду с психодинамически ориентированной. Эклектическая СП является наиболее короткофокусной и соединяет в психотерапевтической работе с семьями различные по лечебным механизмам методы: гипноз, аутогенную тренировку, медитацию, домашние задания по модификации поведения, анализ и интерпретацию взаимоотношений, групповые дискуссии и др.

После того как в ходе изучения семьи установлено семейное нарушение, приступают к его коррекции. С этого момента начинается семейная психотерапия в наиболее узком смысле этого слова, а именно - организация воздействия на отдельных членов семьи и семью в целом с целью достижения желательных изменений в их жизни. Всю совокупность возникающих при этом проблем можно разделить на три группы:

формирование правильного отношения семьи к семейной психотерапии) в частности, создание мотивов к участию в ней);

общие черты организации и проведения психотерапии;

методики семейной психотерапии.

■ Формирование позитивного отношения к семейной психотерапии

Участие в семейной психотерапии ставит перед членами семьи нелегкие задачи. Во-первых, организационные: необходимо найти время и возможности для ее проведения. Психотерапия, как правило, проводится после работы, т.е. в вечернее

время, когда все члены семьи могут присутствовать. Перед каждым занятием им приходится преодолевать усталость и желание провести время по-другому.

Во-вторых, эмоциональные: участие в семейной психотерапии (особенно в самом ее начале) неизбежно порождает чувства неуверенности, неопределенности, сопротивления и нежелания раскрывать некоторые стороны жизни своей семьи. Происходит актуализация семейной неудовлетворенности и конфликтных взаимоотношений. Семейная психотерапия "ворошит" сложившиеся стереотипы отношений, и это может стать источником фрустрации.

Наконец, в-третьих, интеллектуальные: вместо получения готовых советов членам семьи приходится участвовать в обсуждениях, выполнять упражнения, задания и т.д.

В силу всех этих обстоятельств семейная психотерапия может быть успешной только в том случае, когда у членов семьи имеется сильная и устойчивая мотивация к участию в ней. Организация такой мотивации связана с проведением первой встречи (занятия, сеанса). Первая встреча является определяющей для дальнейшего - во время нее выясняется степень сложности проблем, с которыми сталкивается психотерапевт, именно она дает члену семьи первое представление о семейной психотерапии, которое и определяет в значительной мере, будет ли он в ней участвовать - через призму этого представления он как бы предугадывает дальнейший ход психотерапии.

Довольно редко в первой встрече участвует вся семья. Типичны случаи обращения (или направления на семейную психотерапию) отдельного ее члена, с которого и начинается работа по коррекции взаимоотношений в семье и по привлечению к семейной психотерапии остальных. Члену семьи, обратившемуся первым, предстоит за весьма краткий срок (беседа длится примерно час) проделать достаточно длинный путь. Он приходит, как правило, с установкой на конкретную директивную помощь, рассчитывая получить совет или конкретное задание, не ожидая подробных расспросов о своей семейной жизни и видя, может быть, в предстоящей встрече возможность переложить свою проблему на плечи всемогущей медицины. Вместо этого психотерапевт ставит перед ним большое количество новых проблем: где найти время для участия в следующих встречах, как привлечь других членов семьи и т.д., давая лишь надежду в будущем избавиться от семейной проблемы. Задача психотерапевта в ходе первой встречи - помочь индивиду в короткий срок понять, что необходима серьезная, глубокая и длительная работа и что от него потребуется активность и чувство ответственности за успех предстоящей психотерапии. Эту сложную задачу психотерапевту приходится решать в условиях, когда он еще очень мало знает о члене семьи и когда легко допустить промах, "наступить на больную мозоль\*' пациента. Вот почему именно после первой встречи наиболее велик риск срыва семейной психотерапии.

Все это обусловливает необходимость хорошо разработанного "сценария" первой встречи с членом семьи. Изложим ее ход, сложившийся в нашей практике. Вся встреча, как правило, включает три плана. Первый - ознакомление психотерапевта с проблемами пациента Здесь активная роль принадлежит пациенту. Он, во-первых, рассказывает то, что подготовил для изложения врачу, готовясь к первой встрече (жалобы, проблемы, описания принятых мер и т.д.). Во-вторых, это дальнейшая беседа, направленная на актуализацию эмоциональных переживаний пациента, связанных с его семьей, с его болезнью и с отношением окружающих к тому и другому. Эта часть беседы проводится обычно на основе предложенной Роджерсом методики вербализации эмоциональных состояний, выраженных в каждом сообщении пациента (например, на рассказ супруги о том, что муж не помогает в ведении хозяйства, психотерапевт реагирует не советом, комментарием или вопросом, а "кристаллизацией" чувств, которые имели место в рассказе: "Да, очень обидно и больно, когда член семьи может помочь, но не делает этого") (Rogers С, 1973). Исследования процесса психотерапии убедительно показали, что данный метод создает у пациента ощущение понятости, акцептации и формирует мотив к дальнейшему выражению эмоций, углублению уровня откровенности (Helm J., 1978). Нужно, чтобы член семьи не только рассказал о фрустрациях, связанных с болезнью и семейными проблемами, но и заново пережил их в ходе беседы, чтобы он сам под влиянием своего рассказа и сочувственных реплик психотерапевта увидел всю совокупность фрустраций, с которыми он имеет дело в повседневной жизни, в том числе и те, к которым он уже частично привык.

Второй план первой встречи - это создание у пациента представления о том, что семейная психотерапия дает возможность найти путь к решению его проблем. Пациент еще очень плохо представляет себе семейную психотерапию поэтому психотерапевт обычно рассказывает о своем опыте работы с людьми, у которых были аналогичные проблемы, и том что многим из них действительно удалось помочь. При этом он описывает общую картину улучшения их соматического и психического состояния в результате психотерапии, а также изменений, происшедших в их семейной жизни. К концу беседы, когда пациент остро почувствует всю непереносимость нынешнего положения (как своего собственного, так и всей семьи) ставится цель: использовать состояние пациента для создания мотивов к участию в психотерапии. Чем ярче картина беспроблемной семейной жизни, которую представил себе пациент, тем сильнее его мотивы.

Третий план первой встречи - наиболее важный. Происходит проработка мотивов препятствующих участию в семейной психотерапии. Пациенту рассказывают об организации семейной психотерапии, о затратах времени и сил, о его ответственности. Используется метод "парадоксальной интенции" (Frankl V., 1975). Психотерапевт выступает в роли человека, сомневающегося в том, что пациент полон решимости сделать все для успеха семейной психотерапии. Он рисует перед пациентом яркие картины, отражающие трудности, которые предстоит преодолеть. Например, об организационных проблемах психотерапевт говорит: "Это сейчас кажется, что можно легко преодолеть все трудности. А вот представьте себе картину: вам надо идти на очередную встречу. Вечер. Вы устали после рабочего дня. Дома - масса несделанного. А вам нужно выйти из дому, ехать час, добраться до клиники. Тогда все будет представляться иначе". При этом задача психотерапевта - не "охладить" пыл пациента, а побудить его именно сейчас, когда он полон желания, увидеть будущие трудности и найти пути для их решения. Слушая ответ пациента, психотерапевт отмечает прежде всего то, насколько пациент прочувствовал будущую фрустрирующую ситуацию и насколько искренне попытался найти выход из нее. Если у психотерапевта складывается впечатление, что заверения пациента формальны, поверхностны, он не скрывает этого. Пациент должен весьма емко и ярко увидеть фрустрирующие ситуации, препятствующие дальнейшему участию в семейной психотерапии, но увидеть их сейчас, в свете своей нынешней решимости. Аналогичные сомнения психотерапевт формулирует по поводу указанных выше эмоциональных и интеллектуальных трудностей. "Вы же хорошо знаете, - говорит он, - свою болезнь. То лучше, то, вдруг, ни с того ни с сего - ухудшение, и тогда в голову невольно лезут разные мысли: все это напрасно, ничто не поможет. В этот момент все выглядит совсем иначе. Что вы будете делать?"

В результате подготовительной работы пациент готов к реальной встрече с такими ситуациями, они уже не будут для него неожиданностью. Он уже представляет себе, как с ними бороться.

Следующая группа выражаемых психотерапевтом сомнений носит разъяснительный характер. Их задача - сформировать у пациента интерес к самому содержанию будущей психотерапевтической деятельности. Психотерапевт предупреждает пациента, что ему придется узнать различные закономерности и "тайны" психологии семейной жизни, научиться путям познания других людей и общения с ними. Мысль о необходимости быть психологом самому обычно находит у пациента понимание. В ходе беседы с психотерапевтом он уже успел убедиться в том, как трудно рассказать другому человеку о своей семье. Он сам знает, что в своем рассказе о себе и о своей семье он ничего не сказал об одних событиях, другие подал в несколько искаженном свете, третьи подобрал тенденциозно - с тем, чтобы привлечь внимание психотерапевта к себе, к своей проблеме, чтобы добиться сочувствия и помощи. В возможности научиться понимать семейные проблемы он видит шанс избавиться от беспокоящего его чувства беспомощности, которое он испытывает, пытаясь решать их самостоятельно. Немалую роль играет и надежда усилить свое влияние в семье, найдя в психотерапевте поддержку. Психотерапевт говорит пациенту: "Я не могу за вас решить многие ваши проблемы, особенно семейные. Вам обязательно нужно научиться самому их решать, приобрести нужные для этого знания и навыки. Когда вы этого добьетесь, моя помощь может оказаться для вас весьма полезной. Я смогу вам что-то подсказать, поддержать". В результате такой постановки вопроса удается избежать ситуации, крайне неблагоприятной психотерапевтически - когда пациент пассивно ждет помощи от психотерапевта. Вместо этого он настраивается на активный поиск решения своих проблем с помощью психотерапевта.

Проблема привлечения других членов семьи по разному решается разными психотерапевтами. Присутствие всех членов семьи нередко рассматривается как необходимое предварительное условие для того, чтобы психотерапевт вообще взялся за помощь членам семьи. Мы эту проблему решаем иначе. Вопрос о подключении всей семьи к психотерапии возникает обычно после нескольких индивидуальных встреч с тем членом семьи, который обратился первым. После нескольких занятий по групповой психотерапии и участия в индивидуальной начинается нарушение равновесия в семье. Участие одного из членов семьи в психотерапии, как правило, вызывает у других живой интерес и определенные опасения. Это проявляется уже после первого занятия. Большинство членов семьи, участвовавших в групповой или индивидуальной психотерапии, сообщают, что другой супруг "высказывает иронические замечания" по поводу участия пациента в занятиях и проявляет другие признаки обеспокоенной заинтересованности. Тем самым создаются предпосылки для приглашения второго члена семьи на индивидуальную встречу или для участия в групповой психотерапии. Повод и форма привлечения других членов семьи обычно обсуждается психотерапевтом с членом семьи, обратившимся первым.

Присоединение к участию в психотерапевтическом процессе другого (или других) членов семьи - один из переломных моментов в ведении психотерапии. Во-первых, участие нескольких членов семьи в занятиях приводит к обсуждению ими широкого круга тем (особенно по окончании занятий), выявлению и сближению точек зрения по ряду семейных вопросов. В практике проведения групповых занятий с членами семей нередки случаи, когда к руководителю подходят один или несколько участников с вопросами, которые начинается со следующей фразы: "А вот мы с женой обсуждали то, о чем говорилось на прошлом занятии, и у нас возник спор." Во-вторых, и это особенно важно, с этого момента появляется возможность работать со всей семьей - она готова к тому, чтобы участвовать в довольно обширном диагностическом процессе, который совершенно необходим в начале такой работы.

Задача обеспечения сильной и устойчивой мотивации к участию в семейной психотерапии актуальна не только на первых встречах с семьей. В дальнейшем вопрос о том, как поддерживать в себе желание и решимость продолжать лечение, становится предметом групповых обсуждений.

■ Общие черты организации и проведения семейной психотерапии

Вопрос о том, каковы самые общие черты эффективной работы с семьей, в литературе по семейной психотерапии остается дискуссионным (Кабанов М.М. и др., 1983). Психотерапевту, организующему работу с семьей, приходится решать множество проблем:

Как долго необходимо вести психотерапию?

Работать сразу со всей семьей или сначала с отдельными ее членами?

Работать с семьей одному или создавать группы психотерапевтов?

Как часто устраивать встречи с семьей?

Как долго проводить каждую из них?

Придерживаться директивного стиля ведения или, наоборот, предпочесть недирективный?

Начать с важнейших семейных проблем или с частных?

Проводить встречи с семьей по месту ее жительства или в клинике?

Иметь ли подробный, тщательно разработанный план действий или действовать "по обстановке"?

Можно отметить различные тенденции в том, как представители различных школ семейной психотерапии отвечают на все эти вопросы. Большинство придерживается необходимости конкретных рекомендаций, выдвижения определенных принципов. Одни психотерапевты считают, что при семейной психотерапии директивные формы предпочтительнее, другие - что работать с семьей нужно обязательно по месту ее жительства, что "хорошая семейная психотерапия" должна обязательно вестись бригадой - или, напротив, обязательно одним человеком. Соблюдение таких требований нередко рассматривается как отличительная черта той или иной психотерапевтической школы. Например, для такой известной школы семейной психотерапии, как "стратегическая семейная психотерапия", характерна разработка тщательного и подробного плана работы, предусматривающего многообразное воздействие на семью (Epstein N., Bishop U., 1978). Психотерапевт школы В. Сатир (Satir V., 1982), напротив, предпочитает непрерывно сочетать диагностические и психотерапевтические мероприятия и решительно отказывается от создания каких-либо планов работы с семьей. По-разному решается вопрос о степени директивности ведения семейной психотерапии. Ряд исследователей настаивает на директивных методах работы с семьей (Minuchin S., 1974; Haley J., 1976). Директивная форма занятий, активная роль психотерапевта рассматривается при этом как отличительная черта семейной психотерапии вообще. В то же время существует ряд школ в семейной психотерапии, где столь же убежденно отстаивают необходимость недирективного ведения семьи (Rogers С, 1972; Sky-ner J., 1976). Концепция стиля ведения семейной психотерапии играет значительную роль в научной полемике между различными школами. Сравнительная их эффективность становится предметом специальных исследований.

Нам представляется, что концепция семейного психотерапевтического стиля, связанного с определенной научной или практической школой, в настоящее время выступает в качестве серьезного тормоза для развития семейной психотерапии.

Во-первых, способ организации и проведения семейной психотерапии не должен определяться теоретическими ориентациями семейного психотерапевта. Оптимальна ситуация, когда выбор того или иного способа организации и проведения семейной психотерапии зависит от особенностей семьи, а не от научных воззрений психотерапевта.

Во-вторых, характерологические особенности психотерапевта также не должны быть определяющим моментом в выборе способа организации и проведения семейной психотерапии. Ситуация, когда активный стиль избирается не потому, что в нем нуждается семья, а потому, что психотерапевт - человек энергичный, активный, с властным характером, не может быть признана нормальной. Точно так же не может быть показанием к недирективной психотерапии мягкий характер психотерапевта. Именно такая ситуация возникает в семейной психотерапии. Тот же Ф. Баркер, настаивающий на том, что для семейной психотерапии характерны активные методы, делает из этого выводы о личности психотерапевта: "Многие из пионеров семейной психотерапии были мощными, харизматическими личностями, и поэтому затруднительно человеку пассивному, хитрому или скромному быть хорошим психотерапевтом" (Barker Ph., 1981). В противоположность этой точке зрения нам представляется, что любой семейный психотерапевт должен быть в равной мере готов к применению самых различных способов организации и ведения психотерапии в зависимости от того, с какой семьей, с какой проблемой и в каких условиях он имеет дело.

В-третьих, нет оснований считать, что на всем протяжении многосторонней и длительной работы с семьей должен быть выдержан какой-то единый способ организации и проведения психотерапии. При проведении психотерапии с семьей, члены которой отличаются авторитарностью и ригидностью взаимоотношений, на первом этапе возможен недирективный стиль - период знакомства, адаптации к системе взаимоотношений в семье; затем, напротив, директивный - психотерапевт видит возможность поставить перед членами семьи определенные задачи; затем вновь недирективный - психотерапевт помогает членам семьи преодолеть фрустрации, вызванные перестройкой взаимоотношений, а затем опять директивный - психотерапевт реагирует на эксцессы неблагоприятных отношений в семье.

Эти рассуждения в полной мере относятся к любой из перечисленных выше характеристик организации и ведения семейной психотерапии. Ведение семьи одним психотерапевтом или разными (параллельно), организация психотерапии по месту жительства или в клинике, интенсивная и частая психотерапия или длительная и более редкая - выбор того или иного способа зависит от сложной совокупности условий. Задача как отдельного психотерапевта, так и семейной психотерапии в целом - установление этих условий, учет их. Акцент на каком-то одном конкретном стиле организации и ведения семейной психотерапии имеет смысл лишь для научного поиска, для изучения возможностей, которые предоставляет тот или иной способ.

Основным, что определяет организацию процесса семейной психотерапии, должно быть обеспечение возможностей для применения самых разнообразных стилей и их быстрой смены в случае необходимости. В нашей деятельности это обеспечивается, например, сочетанием трех основных форм работы с семьей: индивидуальной работы с отдельным членом, групповой психотерапии с членами семьи и групповой психотерапии с целой семьей. Важное место отводится также принципиальному неприсоединению к какой-либо из многочисленных школ

семейной психотерапии в сочетании с готовностью применить в работе с семьей любые способы организации и ведения психотерапии, соответствующие условиям.

# ***Глава 3. Экспериментальная часть***

Гипотеза исследования**:** конфликт в сфере удовлетворения потребностей супругов возникает в результате рассогласованности представлений супругов относительно реализации собственных потребностей, потребностей партнера и ожиданий по отношению к партнеру.

**Описание выборки.**

В экспериментальном исследовании принимало участие 23 супружеских пары:

. Возраст от 25 до 46 лет

2. Профессии: различные, 25 с высшим образованием, 21 без

. Стаж семейной жизни: от 2 до 19 лет

. Количество браков: у 20 человек - первый брак; у 22 человек 2 брак; у 4 третий брак.

Ход исследования:

В исследовании применялись: тест-опросник удовлетворенности браком, тест Томаса, опросник Стефансона

Исследование проводилось в 4 этапа: первый этап: тестопросник удовлетворенности браком, второй - тест Томаса, третий - опросник Стефансона, четвертый - совместная беседа.

Описание методов диагностики:

**1. Тест-опросник удовлетворенности браком** - предназначен для эспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности, согласованности-рассогласованности удовлетворенности браком в конкретной супружеской паре. Тест-опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д. Каждому утверждению соответствуют 3 варианта ответа: а - верно; б - трудно сказать; в - неверно. Испытуемому предлагается внимательно прочитать каждое утверждение и выбрать один из вариантов ответов.

При выбранном испытуемым варианте ответа (а, б или в) начисляется определенное количество баллов (2; 1; 0). Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком.

Для проведения экспресс-диагностики испытуемого по суммарному баллу, предложена удобная таблица, в которой ось суммарных баллов теста разбивается на 7 категорий:

- 16 баллов - абсолютно не благополучные

- 22 - неблагополучные

- 26 - скорее неблагополучные

- 29 - переходные

- 32 - скорее благополучные

- 38 - благополучные

- 48 - абсолютно благополучные.

Данная методика не только констатирует картину существующих супружеских отношений, но и дает возможность понимания субъективного мира, исследуемого во всей его сложности, расширяется диапазон психической реальности как для психолога, так и для обследуемого человека.

Методика выполняет функцию введения в психокоррекционную работу, подготавливает клиента для осознания скрытых многоуровневых его отношений с другими людьми.

# ***3.2 Тестирование по опроснику Томаса***

Опросник Томаса включает 30 вопросов, которые позволяют выявить типичные способы реагирования людей на конфликтные ситуации (сотрудничество, компромисс, уступчивость, избегание, доминирование).

В основании типологии конфликтного поведения К. Томаса лежат два стиля поведения - это кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов.

Соответственно этим двум основным измерениям К. Tомас выделяет следующие способы регулирования конфликтов:

· **Соперничество:** наименее эффективный, но наиболее часто используемый способ поведения в конфликтах, выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

· **Приспособление:** означает, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.

· **Компромисс:** компромисс как соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок.

· **Уклонение (избегание):** для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тeнденции к достижению собственных целей

· **Сотрудничество:** когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Предполагается, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигнет успеха. При таких формах поведения как конкуренция, приспособление и компромисс или один участник оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, либо проигрывают оба, так как идут на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше (См. рис.).

Пять способов урегулирования конфликтов



В опроснике описывается каждый из пяти перечисленных вариантов двенадцатью суждениями о поведении человека в конфликтной ситуации. В различных ситуациях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых испытуемому предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

Текст опросника

1. А) Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

Б) Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б) Я пытаюсь уладить спорный вопрос с учетом всех интересов другого человека и моих собственных.

. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б) Я стараюсь не задеть чувств другого человека.

. А) Улаживая спорную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку у другого человека.

Б) Я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

. А) Я пытаюсь избежать неприятностей для себя.

Б) Я стараюсь добиться своего.

. А) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, чтобы со временем решить его окончательно.

Б) Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться главного.

. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б) Я первым делом стараюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

. А) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий.

Б) Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

. А) Я твердо стремлюсь добиться своего.

Б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.

. А) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

. А) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

Б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

. А) Я предлагаю среднюю позицию.

Б) Я настаиваю, чтобы все было сделано по-моему.

. А) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

Б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.

. А) Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

Б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряжения.

. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б) Я обычно пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

. А) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

Б) Я дам другому возможность остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.

. А) Первым делом я пытаюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б) Я стараюсь отложить спорные вопросы, чтобы со временем решить их окончательно.

. А) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

Б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

. А) Ведя переговоры, стараюсь быть внимательным к другому.

Б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

. А) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посредине между моей позицией и позицией другого человека.

Б) Я отстаиваю свою позицию.

. А) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

Б) Иногда предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

. А) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу.

Б) Я стараюсь убедить другого пойти на компромисс.

. А) Я пытаюсь убедить другого в своей правоте.

Б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.

. А) Я обычно предлагаю среднюю позицию

Б) Я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.

. А) Зачастую стремлюсь избежать споров.

Б) Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б) Улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.

. А) Я предлагаю среднюю позицию.

Б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий.

. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б) Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы совместно могли добиться успеха.

# ***3.3 Опросник Стефансона***

Данная методика используется для изучения представлений о себе. Разработана В. Стефансоном и опубликован в 1958 г. Достоинством методики является то, что при работе с ней испытуемый проявляет свою индивидуальность, реальное "я", а не "соответствие - несоответствие" статистическим нормам и результатам других людей. Возможна и повторная сортировка того же набора карточек, но в других отношениях:

социальное "я" (каким меня видят другие?);

идеальное "я" (каким бы я хотел быть?);

актуальное "я" (какой я в разных ситуациях?);

значимые другие (каким я вижу своего партнера?);

идеальный партнер (каким бы я хотел видеть своего партнера?).

Методика позволяет определить шесть основных тенденций поведения человека в реальной группе: зависимость, независимость, общительность, необщительность, принятие борьбы и избегание борьбы. Тенденция к зависимости определена как внутреннее стремление индивида к принятию групповых стандартов и ценностей: социальных и морально-этических. Тенденция к общительности свидетельствует о контактности, стремлении образовать эмоциональные связи как в своей группе, так и за ее пределами. Тенденция к борьбе - активное стремление личности участвовать в групповой жизни, добиваться более высокого статуса в системе межличностных взаимоотношений; в противоположность этой тенденции - избегание борьбы - показывает стремление уйти от взаимодействия, сохранить нейтралитет в групповых спорах и конфликтах, склонность к компромиссным решениям. Каждая из этих тенденций имеет внутреннюю и внешнюю характеристики, т.е. зависимость, общительность и борьба могут быть истинными, внутренне присущими личности, а могут быть внешними, своеобразной маской, скрывающей истинное лицо человека. Если число положительных ответов в каждой сопряженной паре (зависимость - независимость, общительность - необщительность, принятие борьбы - избегание борьбы) приближается к 20, то мы говорим об истинном преобладании той или иной устойчивой тенденции, присущей индивиду и проявляющейся не только в определенной группе, но и за ее пределами.

**Процедура исследования.** Испытуемому предъявляется карточка утверждений и предлагается ответить "да", если оно соответствует его представлению о себе как члене данной конкретной группы, или "нет", если оно противоречит его представлению, и только в исключительных случаях разрешается ответить: "сомневаюсь", т.е. разложить на три группы ответов. Ответы испытуемого разносятся по соответствующим ключам и подсчитываются тенденции по каждой из сопряженных пар. Так как отрицание одного качества является признанием полярного качества, число ответов "да" складывается с числом ответов "нет" противоположных тенденций.

В результате получается суммарное числовое определение для каждой из перечисленных тенденций. Для сведения результатов в границы от +1 до - 1 полученное число делится на 10. Предполагается, что ответ "да" имеет положительный знак, а ответ "нет" - отрицательный. Три-четыре ответа "сомневаюсь" по отдельным тенденциям расцениваются нами как признак нерешительности, уклончивости, астеничности, однако в других случаях это может свидетельствовать об известной избирательности в поведении, о тактической гибкости, стеничности. Эти качества можно верифицировать, анализируя их в совокупности с другими личностными особенностями.

Возможна и нулевая оценка, когда суммы ответов "да" и "нет" совпадают. Именно такое положение может явиться источником внутреннего конфликта личности, находящейся во власти имеющих одинаковую выраженность противоположных тенденций.

Определенный интерес представляет использование данной методики в качестве взаимооценки для сравнения представлений о самом себе с мнением каждого о каждом внутри группы.

Текст опросника

. Критичен к окружающим товарищам.

. Возникает тревога, когда в группе начинается конфликт.

. Склонен следовать советам лидера.

. Не склонен к слишком близким отношениям с товарищами.

. Нравится дружественность в группе.

. Склонен противоречить лидеру.

. Испытывает симпатии к одному-двум членам группы.

. Избегает встреч и собраний в группе.

. Нравится похвала лидера.

. Независим в суждениях и манере поведения.

. Готов встать на чью-либо сторону в споре.

. Склонен руководить товарищами.

. Радуется общению с одним-двумя друзьями.

. Внешне спокоен при проявлении враждебности со стороны членов группы.

. Склонен поддерживать настроение своей группы.

. Не придает значения личным качествам членов группы.

. Склонен отвлекать группу от ее целей.

. Испытывает удовлетворение, противопоставляя себя лидеру.

. Хотел бы сблизиться с некоторыми членами группы.

. Предпочитает оставаться нейтральным в споре.

. Нравится, когда лидер активен и хорошо руководит.

. Предпочитает хладнокровно обсуждать разногласия.

. Недостаточно сдержан в выражении чувств.

. Стремится сплотить вокруг себя единомышленников.

. Недоволен слишком формальными отношениями.

. Когда обвиняют - теряется и молчит.

. Предпочитает соглашаться с основными направлениями в группе.

. Привязан к группе в целом больше, чем к определенным товарищам.

. Склонен затягивать и обострять спор.

. Стремится быть в центре внимания.

. Хотел бы быть членом более узкой группировки.

. Склонен к компромиссам.

. Испытывает внутреннее беспокойство, когда лидер поступает вопреки его ожиданиям.

. Болезненно относится к замечаниям товарищей.

. Может быть коварным и вкрадчивым.

. Склонен принять на себя руководство в группе.

. Откровенен в группе.

. Возникает нервное беспокойство во время группового разногласия.

. Предпочитает, чтобы лидер брал на себя ответственность при планировании работ.

. Не склонен отвечать на проявление дружелюбия.

. Склонен сердиться на товарищей.

. Пытается вести других против лидера.

. Легко находит знакомства за пределами группы.

. Старается избегать быть втянутым в спор.

. Легко соглашается с предложениями других членов группы.

. Оказывает сопротивление образованию группировок в группе.

. Насмешлив и ироничен, когда раздражен.

. Возникает неприязнь к тем, кто пытается выделиться.

. Предпочитает меньшую, но более интимную группу.

. Пытается не показывать свои истинные чувства.

. Становится на сторону лидера при групповых разногла сиях.

. Инициативен в установлении контактов в общении.

. Избегает критиковать товарищей.

. Предпочитает обращаться к лидеру чаще, чем к другим.

. Не нравится, что отношения в группе слишком фамильярны.

. Любит затевать споры.

. Стремится удерживать свое высокое положение в группе.

. Склонен вмешиваться в контакты товарищей и нарушать их.

. Склонен к перепалкам, задиристый.

. Склонен выражать недовольство лидером.

КЛЮЧ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1  | Зависимость  | 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54  |
| 2.  | Независимость  | 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60  |
| 3.  | Общительность  | 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52  |
| 4  | Необщительность  | 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58  |
| 5  | Принятие борьбы  | 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59  |
| 6.  | Избегание борьбы  | 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53  |

# ***3.4 Выводы***

Проведенное экспериментальное исследование с 23 супружескими парами показало, что существенное значение в возникновении конфликтов имеют те ожидания, которые сформировались у партнеров к моменту их вступления в брак под влиянием их личностных особенностей и склонностей. Повышенные требования друг к другу нередко являются основой конфликта при несовпадении этих желаний с действительностью.

После проведения тестов-опросников удовлетворенности браком, семьи, принимающие участие в исследовании, разделились на 3 группы:

В группу стабильных вошли семьи, субъективно удовлетворенные своим браком, оцениваемые окружающими как благополучные (скорее благополучные, абсолютно благополучные). Супруги стабильной группы отмечают полную уверенность в устойчивости своих семейных отношений и не представляют возможности их распада.

В группу проблемных семей вошли супружеские пары, обратившиеся за консультацией к психологу в связи с неудовлетворенностью своими семейными отношениями, осознающие возможность распада семьи, но не желающие его (переходные, скорее неблагополучные).

В группу нестабильных вошли супруги, принявшие решение о расторжении брака (неблагополучные, абсолютно неблагополучные).

Некоторые отличия характеристик семей проблемной группы дают возможность предположить, что их проблемы могут быть вызваны недостаточной психологической подготовленностью к браку, выражающейся в переоценке бытовых затруднений при повышенной требовательности друг к другу. Перенос сложностей из плана объективной реальности в план психологический, на область личных отношений, для некоторых семей определяет переход от проблемности к распаду. И, наоборот, взаимопонимание, поддержка, взаимовыручка в преодолении объективных сложностей стабилизируют семью.

Выводы про итогам проведенного исследования.

Эксперимент с двадцатью тремя супружескими парами позволил, во-первых, лично апробировать известные методики (удовлетворенности браком, теста Томаса, опросника Стефансона) в сфере межличностных супружеских отношений; во-вторых, с помощью примененных методик проанализировать основные причины возникновения конфликтных зон в различных сферах жизнедеятельности этих семей; в-третьих, подтвердить рабочую гипотезу о том, что конфликт в сфере удовлетворения потребностей супругов чаще всего возникает в результате рассогласованности представлений супругов относительно реализации собственных потребностей, потребностей партнера и ожиданий по отношению к партнеру.

Опросники Томаса и Стефансона были направлены на выявление предполагаемого поведения супругов в конфликтной ситуации. Исследование показало, что:

· В группе благополучных семей супруги стремятся погасить конфликт (приспособление, компромисс и сотрудничество, по Томасу; тенденция к общительности каждого из супругов или одного из супругов, избегание борьбы)

· В группе проблемных семей возможно как сотрудничество, компромисс, так и уклонение от решения каких то проблем, а иногда и прямое соперничество.

· В группе нестабильных семей преобладало соперничество при решении конфликтных ситуаций, тенденция к борьбе.

Проблема супружеских отношений, иначе говоря семейная проблематика, в последние десять лет занимает в отечественной психологической науке весьма заметное место. Из года в год растет число выполняемых исследований и публикаций, проводятся специальные симпозиумы, успешно защищаются диссертации, делаются доклады на конференциях самой разной направленности. Научная и практическая значимость семьи как объекта психологического исследования и воздействия предопределяет и дальнейший рост внимания к этой теме.

Уровень разработок по какой-либо проблематике в значительной степени зависит от уровня методической обеспеченности работ, прежде всего - от наличия надежных измерительных инструментов. Это касается и исследований супружеских отношений. Без доступных, достаточно универсальных и легких в проведении психодиагностических методик работы по столь деликатной проблеме не могут быть подлинно профессиональными.

Исследовательская работа и развитие соответствующего методического инструментария, как показывает практика, должны идти параллельно. В первую очередь необходимо разрабатывать те диагностические процедуры, которые обеспечивают изучение наиболее актуальных проблем сейчас, тем более в будущем. Конечно, крайне трудно предвидеть, какие именно аспекты института семьи и семейных отношений окажутся в ближайшее время в центре внимания исследователей. Предсказания достаточно авторитетных международных источников указывает в качестве наиболее вероятных, с точки зрения приоритетности, на темы, связанные с нетрадиционными формами семейной организации (подростковые браки, браки по расчету, браки по контракту), с обеспечением качества брака и на ряд других. Такие прогнозы вызваны определенными изменениями, происходящими сейчас с самим институтом семьи.

Наиболее важным, с точки зрения авторов спецпрактикума по социальной психологии (2) является факт изменения отношений между семьей и личностью. Если раньше включенность в семью была необходимым фактором социального и даже физического выживания, то сейчас это обеспечивает удовлетворение других, более высоких потребностей. Относительная свобода индивида от семьи, особенно в случае осознания этой свободы, приводит к изменению характера восприятия человеком своих семейных отношений - наиболее важными как субъективно, так и объективно, становятся не родственные, как бы заданные, не зависящие от воли субъекта связи, а отношения между супругами, являющиеся результатом свободного выбора. Именно супружеские отношения становятся центральными с точки зрения оценки своей семьи как успешной или неспешной, они в максимальной степени влияют на качество брака. Принципиальным для семьи является вопрос семейной индивидуализации, то есть выработки своего собственного стиля супружеского общения, включающего в себя способы контактов с окружающими, принятия решений, методов преодоления разногласий и выхода из кризиса и т.д.

В последнее время, когда обсуждаются основные изменения, которые должны быть достигнуты в нашем обществе в эпоху перестройки, одним из главных из них называется гуманизация отношения людей друг к другу (6, с.74,75). Гуманизация должна охватить как официальные, так и неофициальные взаимосвязи людей на производстве, в сфере обслуживания, в учебных и лечебных учреждениях и еще в большей степени - в семье. И в этом плане на психологическую науку ложится большая ответственность. Она должна через все доступные ей каналы (участие в подготовке и переподготовке врачей, педагогов, руководителей различных рангов, работников сферы обслуживания, народные и родительские университеты, службу семьи и т.п.) давать знания людям всех возрастов о личности, о характере человека, о закономерностях межлюдского взаимодействия в форме общения в трудовых и учебных коллективах, в официальной и неофициальной обстановке, при проведении досуга и, конечно же, в семье.

Эти знания, сообщаемые психологией массовой аудитории, должны раскрывать особенности межличностного общения людей, относящихся к разным возрастным, половым, профессиональным, национально-этническим группам. Они должны знакомить с ошибками, наиболее часто допускаемыми людьми в ходе общения друг с другом, и показать нам более распространенные психологические причины этих ошибок (например, проецирование себя в другого, стереотипизацию, эффект ореола и др.). Одновременно психологические знания, доводимые до сознания людей, должны содержать информацию о психологических предпосылках успешного общения.

Исследования межличностных супружеских отношений, проведенные как отечественными, так и зарубежными специалистами, убеждают нас в одном: невозможно насильно сделать людей счастливыми, но разработанные специалистами и опробированные методики психодиагностики супружеских отношений убеждают в главном: можно помочь супружеским парам уцелеть в семье, которой они еще дорожат, дать друг другу еще один шанс начать все сначала и, может быть, пронзительнее чем когда-либо ощутить смысл слов классика семейной психотерапии Карла Виттера: "Состоять в браке поистине ужасно. Хуже этого может быть только одно - в браке не состоять” (25).

# ***Литература***

1. Алешина Ю.Е. Цикл развития семьи: Исследования и проблемы // Вест. Моск. Ун-та. Психология. Сер.14. - 1987. - № 2. -

2. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: МГУ, 1980. - 416 с.

. Анохин П.К. Избранные труды: Системные механизмы высшей нервной деятельности. - М.; Наука, 1979. - 455 с.

. Бехтель Э.В. Донозологические формы употребления алкоголя. - М.: Медицина, 1986. - 217 с.

. Величковский Б.М. Современная когнитивная психология. - М.: МГУ, 1982. - 336 с.

. Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта. - М.: Независимая фирма "Класс", 1998

. Волкова А. #., Трапезникова Т.М. - Методические приемы диагностики супружеских отношений // Вопросы психологии - 1985. - № 5. -

. Воловик В.М. Семейные исследования в психиатрии и их значение в реабилитации больных // Клинические и организационные основы реабилитации психически больных. - М., 1980. -

. Воловик В.М., Гайда В.Л., Коцюбинский А.П. Исследование семьи и семейная терапия при шизофрении // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред.В.К. Мягер и Р.А. Зачепицкого. - Л.: 1987. -

. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6 Т. - М., 1983. Т.6.

. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. - М., 1982. - Т.3

. Гальперин П.Я. Введение в психологию. - М.:, 1999. - 332 с

. Гиляровский В.А. Избранные труды. - М.: Медицина, 1973. - 328 с.

. Гидденс Э*.* Социология. - М., 1999

. Гозман Л.Я., Шлягина Е.И. Психологические проблемы семьи // Вопросы психологии - 1985. - № 2.

. Голод С.И. Стабильность семьи. - Л.: Наука, 1984. - 136 с.

. Гончарская Т.В. - Методика функциональной тренировки поведения в психотерапии больных малопрогредиентной шизофренией // Клинико-психологические исследования групповой психотерапии при нервно-психических заболеваниях / Под ред. Б.Д. Карвасарского, Е.Ф. Бажина, В.М. Воловика. - Л., 1979. -

. Гребенников И.В. Воспитательный климат семьи. - М.: Знание, 1976. - 40 с.

. Груздева Е.В., Чертихина Э.Т. Труд и быт советских женщин. - М.: Политическая литература, 1983. - 221 с.

. Губачев Ю.М., Иовлев Б.Д., Карвасарский Б.Д. и др. Эмоциональный стресс в условиях нормы и патологии человека. - Л.: Медицина, 1976. - 224 с.

. Губачев Ю.М., Стабровский Е.М. Клинико-физиологические основы психосоматических соотношений. - Л.: Медицина, 1982. - 216 с.

. Гузиков Б.М., Зобнев В.М., Мейроян А.А., Рыбакова Т.Г. Групповая и семейная психотерапия при алкоголизме: Методические рекомендации. - Л., 1980. - 30 с.

. Демиденко Т.Д., Львова Р.И., Калягина Л.В. и др. Роль семьи в реабилитации постинсультных больных // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях. - Л., 1978. -

. Джеймс М. (James М.) Брак и любовь / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1985. - 192 с.

. Дружинин В.В., Конторов Д.С., Конторов М.Д. Введение в теорию конфликта. - М., 1989

. Дружинин В.Н. Психология семьи. - Екатеринбург: 2000. - 3-е изд. испр. и доп. - 208

. Дичюс П. Развод и его причины в Литовской ССР // Человек после развода. - Вильнюс. 1985. -

. Захаров А.И. Предпосылки патогенетически обоснованной семейной психотерапии детей с невротическими расстройствами // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях. - Л., 1987.

. Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. - М.: Медицина, 1982. - 215 с.

. Зейгарник Б.В. Патопсихология. - М.: МГУ, 1986. - 288 с.

. Исаев Д.Н. Психосоматическая медицина детского возраста. - СПб: Специальная литература, 1996. - 454 с.

. Кабанов М.М., Личко А.Е., Смирнов В.М. Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. - Л.: Медицина, 1983. - 312 с.

. Калитиевская Е.Р. Непатологические девиации формирования характера у подростков и юношей с хроническими соматическими заболеваниями // Предболезнь с фактором повышенного риска в психоневрологии: Сб. науч. тр. / Под ред.С.Б. Семичева, Н.В. Конончук, А.П. Коцюбинского. - Л., 1986.

. Карвасаркий Б.Д. Медицинская психология. - Л.: Медицина, 1982. - 272 с. Карвасарский Б.Д. Психотерапия. - М.: Медицина, 1985. - 303 с. Карин С. X. В мире мудрых мыслей. - М.: Знание, 1962. - 331 с.

. Карнеги Д. (Karnegy D.) Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей / Пер. с англ. - Вильнюс: ЛитНИИТИ, 1986. - 266 с.

. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. - М., 2004.

. Карпова Э.Б. Разработка и клиническая апробация методики исследования систем отношений у больных хроническими соматическими заболеваниями: Автореф. дис. канд. - Мед. Наук. - Л., 1985. - 22 с.

. Келам А., Эббер И. Причины конфликтных ситуаций в семье (по материалам Таллиннской семейной консультации) // Человек после развода. - Вильнюс, 1985. - .

. Келли Г. Процесс каузальной атрибуции // Современная зарубежная социальная психология. - М.: МГУ, 1984. -

. Келли Г., Тибо Дж. - Межличностные отношения: Теория взаимозависимости // Современная зарубежная социальная психология. - М.: МГУ, 1984. - .

. Кендэл М. Ранговые корреляции. - М.: Статистика, 1975. - 213 с. Кербиков О.В. Избранные труды. - М.: Медицина, 1971. - 312 с.

. Кличюс А.И. Тенденции изменения бюджетов времени малых городов СССР // Город: Вопросы социального развития. - Вильнюс: Райде. 1987. - .

. Ковалев В.В. Семиотика и диагностика психических заболеваний у детей и подростков. - М.: Медицина, 1985. - 288 с.

. Ковалев В.В. Психиатрия детского возраста: Руководство для врачей. - Мл Медицина, 1979. - 608 с.

. Ковалев С.В. Психология семейных отношений. - М.: Педагогика, 1987. - 159 с.

. Козлов В.П. Психогигиенические аспекты воспитания детей и подростков // Психогигиена и психопрофилактика: Сб. науч. тр. / Под ред.В.К. Мягер, В.П. Козлова, Н.В. Семено-вой-Тянь-Шанской. - Л., 1983. -

. Конончук Н.В. - Личные и семейные мотивы суицидов // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред.В.К. Мягер и Р.А. Зачепицкого. - Л., 1987.

. Конфликтология. / Под ред.В.П. Ратникова. - М., 2001

. Костерева В. Я, О роли семейных конфликтов в формировании внутренней картины болезни у больных шизофренией // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред.В.К. Мягер и Р.А. Зачепицкого. - Л., 1987.

. Куприянов С.Ю. Семейная психотерапия больных бронхиальной астмой // Психогигиена и психопрофилактика: Сб. науч. тр. / Под ред.В.К. Мягер, В.П. Козлова, Н.В. Семеновой-Тянь-Шанской. - Л., 1983. -

. Куприянов С.Ю. Роль семейных факторов в формировании вариантов нервно-психического механизма патогенеза бронхиальной астмы и их коррекция методами семейной психотерапии: Автореф. дис. канд. мед. наук. - Л., 1985. J - 20 с.

. Крайг Г. Психология развития. - СПб, 2000

. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов // Психологический журнал. - 1985. - № 3. -

. Левкович В.П., Зуськова О.Э. - Методика диагностики супружеских отношений // Вопросы психологии - 1987. - № 4. -

. Леонгард К. Акцентуированные личности. - Киев: Вища школа, 1981. - 389 с.

. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения. - М.: Педагогика, 1983. - Т.2. - 317 с.

. ЛичкоА.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. - Л.: Медицина, 1983. - 256 с.

. Личко А.Е. Личностный опросник Бехтеревского института // Методы. психологической диагностики и коррекции в клинике. - Л.: Медицина, 1983. -

. Личко А.Е. Подростковая психиатрия. - Л.: Медицина, 1985. - 416 с.

. Ломаченков А.С. Прогноз восстановительной терапии больных параноидной шизофренией в зависимости от преморбидных социально-психологических и личностных характеристик // VII Всесоюзный съезд невропатологов и психиатров. - М., 1981

. Малахов Б.Б. Семейная психотерапия сексуальных нарушений у женщин, возникших на ранних этапах брак! // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред.В.К. Мягер и Р.А. Зачепицкого. - Л., 1987

. Мацковский М. С, Гурко Т.А. - Молодая семья в большом городе. - М.: Знание, 1986. - 48 с.

. Мишина Т.М. Психологическое исследование супружеских отношений при неврозах // Семейная психотерапия при нервных и психических заболеваниях / Под ред.В.К. Мягер и Р.А. Зачепицкого. - Л., 1987. -

. Мишина Т.М. Семейная психотерапия и динамика "образа семьи" // Психогигиена и психопрофилактика: Сб. науч. тр. / Под ред.В.К. Мягер, В.П. Козлова, Н.В. Семеновой-Тянь-Шанской. - Л., 1983. - .

. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Уч. для вузов. - М., 1998

. Мясищев В.Н. Психология отношений: Избранные психологические труды. - М: Воронеж, 1995

. Основы психологии семьи и семейного консультирования /Под общей ред. Н.Н. Посысоева. - М., 2004.

. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования/ред.Е.Г. Силяева. - М.: Издательский центр "Академия", 2004. - 192 с.

69. Шелег Л.А. <http://www.childpsy.ru/index.php/view/person/item/1> <http://www.childpsy.ru/index.php/view/person/item/1> <http://www.childpsy.ru/index.php/view/person/item/1> <http://www.childpsy.ru/index.php/view/person/item/1> <http://www.childpsy.ru/index.php/view/person/item/1>Тезисы второй всероссийской научной конференции "Психологические проблемы современной российской семьи" (25-27 октября 2005г.). В 3-х частях. - 2 часть/Под общей редакцией доктора психологических наук В.К. Шабельникова и кандидата психологических наук А.Г. Лидерса. - М., 2005. - 560

. Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкие Психология и психотерапия семьи. "Питер", СПб, 2001