

КРИЗИС МОЛОДОЙ СЕМЬИ

Т.Ф. Велента

В статье рассматривается проблема семейного функционирования в свете переживаемого институтом семьи кризиса, анализируются процессы прохождения семьей стадий жизненного цикла, сопровождающегося переживанием нормативных кризисов. Кризис молодой семьи обусловлен сложностями семейной адаптации и необходимостью принятия новых ролей. Также он может быть следствием неотделенности супругов от родительских семей.

Ключевые слова: семейный кризис, молодая семья, мотивация, границы семьи, психологическая дистанция, эмоциональная зависимость, слияние, индивидуация, сопринадлежность, семейная адаптация.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

Семейная психология и психотерапия – сравнительно молодая область науки и практики. Изучением семьи до середины XX века занималась почти исключительно социология. Развитие семейной психологии и возросший к ней интерес со стороны специалистов различных областей: психологов, психотерапевтов, педагогов, медиков, социальных работников, был вызван кризисом, переживаемым современной семьей. Наблюдаемые в последнее время тенденции, связанные с ростом и укреплением экономической самостоятельности и социального равноправия женщин, либерализацией взглядов на развод, увеличением ценности партнерских отношений в браке, освобождением от классовых, религиозных и национальных стереотипов, ростом продолжительности жизни, снизили эффективность факторов, ранее стабилизирующих семейные отношения. Традиционная патриархальная семья перестала быть для женщин единственной доступной средой для самореализации, что, в середине 60-х гг. прошлого века породило реактивное образование в виде феминистических движений. Последние явились показателем нарушения равновесного положения такой социальной системы, как институт семьи, и маркировали переходный, кризисный момент в ее существовании. Данный кризис продолжается и в настоящее время. Он связан с поиском новых моделей брачных отношений наиболее адекватных для реализации современной семьей ее функций и способных наиболее полно удовлетворить индивидуальные потребности супругов с учетом их динамической природы.

Кризис современной семьи демографами понимается в первую очередь как кризис институциональный, то есть кризис семьи как социального института, проявляющийся в первую очередь в том, что семья перестала быть так называемой «ячейкой общества», одной из важнейших и основных функций которой является репродуктивная. Семья стала более динамичным образованием и, в отличие от предыдущей эпохи, в меньшей степени

стабилизируется социальными факторами. Существенно возросло значение личностных мотивов и коммуникативных способностей супругов, и уже совершенно не представляется возможным обязать двух людей жить вместе, воздействуя на них орудием социальных норм и долженствований. Ослабление регламентирующего влияния социальных факторов может объяснять факт снижения численности оформляемых браков и рост числа свободных союзов, стимулировать формирование в сознании людей отношения к семье как к образованию, функционирование которого зависит в большей степени от их личной ответственности. Таким образом, специфика современной жизни обусловила трансформационные процессы в современной семье, требующие анализа особенностей ее функционирования, прохождения стадий жизненного цикла и особенностей переживания нормативных и ненормативных кризисов.

Одним из самых непростых в становлении и стабилизации супружества является период молодой семьи, начинающийся нормативным кризисом молодой семьи. С момента заключения брака начинается этап, в течение которого перед супругами встает ряд задач, связанных с адаптацией к семейной жизни и принятию новых ролей. Функционирование семьи в этот период определяется рядом факторов, среди которых можно выделить:

- личностные особенности супругов (индивидуально-типологические свойства нервной системы, когнитивные и характерологические особенности, система установок на брак, мотивы выбора супруга, ценностные ориентации, и т.д.)
- микросистемные факторы (особенности внутрисемейных процессов в нуклеарной семье);
- макросистемные факторы (семейная история, специфика взаимоотношений в расширенной семье);
- мегасистемные факторы (внешнее социальное окружение: особенности государственного строя, семейной политики и функционирования социальных институтов, национальные и религиозные особенности, регулирующие семейное функционирование в данном обществе и т.д.);
- экономические факторы (уровень материального благосостояния семьи, наличие отдельного жилья и т.д.).

Первые годы супружеской жизни – важный и во многом определяющий период существования семьи. По ним можно судить о потенциальном качестве брака и строить прогнозы относительно стабильности данной семьи. Несмотря на яркую эмоциональную окрашенность и романтизм, характерный для молодого супружества, данный этап семейной жизни является одним из наиболее сложных, о чем говорит приходящееся на него большое количество разводов [2]. Проблемы этой стадии могут быть связаны со сложностями семейной адаптации и необходимостью принятия новых ролей, а также могут быть следствием неотделенности супругов от родительских семей.

Проанализировав литературу по проблеме брачно-семейных отношений, можно выделить следующие факторы, которые могут осложнить прохождение первого нормативного кризиса семьи:

1. Неадекватная мотивация создания брака:

- *Мотивация, связанная с дефицитом.* Наблюдается в случаях, когда один или оба супруга вступают в брак из-за желаний восполнить недостаток любви, общения, заботы, тепла, внимания, избежать чувства одиночества и ненужности.

- *Брак как способ отделиться от родительской семьи.* Одним из наиболее частых неадекватных мотивов вступления в брак является стремление молодых супругов дистанцироваться от родителей. В этом случае брак становится специфическим коммуникативным посланием родителям о том, что их ребенок стал взрослым и имеет право на независимые решения и самостоятельную жизнь.

- *Брак как способ преодолеть какой-либо кризис:* создание семьи из мести бывшему возлюбленному, брак как способ справиться с утратой значимого человека, брак как способ пережить профессиональную несостоятельность и др.

- *Заклучение брака в целях соответствовать нормам социального окружения, касающихся возраста вступления в брак и других аспектов брачного поведения.* Данный брак является способом избежать давления социальной среды.

- *Брак как компенсация чувства неполноценности.* Вступление в брак может быть способом восполнить дефекты в «Я». В этом случае присоединение к идеализированному партнеру позволяет повысить чувство собственной значимости и самоуважение.

- *Брак как достижение.* Наблюдается в случае получения одним из партнеров материальной или социальной выгоды вследствие заключения брака.

- *Вынужденный брак.* В данном случае брак является способом решить возникшие жизненные затруднения. Например, незапланированная беременность, жилищные или материальные проблемы одного из супругов и др.

При неадекватной мотивации вступления в брак личность партнера не является ценностью, важно просто его наличие либо его функциональные характеристики, имеющие значение для удовлетворения потребностей. Неадекватная мотивация вступления в брак может быть осознаваемой и неосознаваемой. В последнем случае практически неизбежно усугубление и более «болезненное» переживание рано или поздно наступающего в любых отношениях периода разочарования в партнере и браке.

2. Значительные различия в семейных традициях, происхождении супругов и моделях их семейных отношений (например, в религиозных убеждениях, образовании, социальной и национальной принадлежности, структурных особенностях расширенных семей, возрасте и т. п.).

3. Материальная, физическая или эмоциональная зависимость пары от членов расширенной семьи.

4. Заключение брака после периода ухаживания продолжительностью менее шести месяцев или свыше трех лет.

5. Личностные особенности одного или обоих супругов, связанные с установлением отношений привязанности.

6. Наличие дисфункциональных семейных паттернов в расширенных семьях супругов.

Супругам, заключившим брак, необходимо решить ряд важных задач, лежащих, прежде всего, в сфере эмоциональных отношений. Одна из них – усиление эмоциональной связи в супружеской подсистеме и отделение от родительской семьи без разрыва эмоциональных контактов с ней или реактивного бегства в другие заменяющие отношения. Супруги с одной стороны, должны научиться принадлежать друг другу, не теряя близости с расширенной семьей, с другой стороны – быть частью собственной семьи, не теряя своей индивидуальности. Тогда брак становится процессом, в котором оба участника, и семьи в целом, проходят путь индивидуации – сепарации, получая возможность переживать близость, сохраняя при этом ощущение своей отдельности и автономности [1].

В парах, не прошедших сепарацию от родительских семей, существенно осложняется формирование близких взаимоотношений между супругами. Последние боятся признать отличия друг в друге, поскольку эти отличия могут оказаться столь велики, что будут представлять угрозу для их отношений. На уровне семейной системы отделение супругов от родителей связано с установлением внешних границ молодой семьи – невидимого барьера, который регулирует объем контактов партнеров с внешним миром, в том числе и с членами расширенной семьи. Этот барьер защищает автономию молодой семьи посредством регулирования отношений близости и иерархии. Задача установления внешних границ включает в себя также решение вопросов, кто из знакомых и друзей мужа или жены будет допущен в семью и как часто, насколько разрешено пребывание супругов вне семьи без партнеров, как проводить отпуск и т.п. Наличие внешних границ и их гибкость обеспечивает молодым супругам определенную частную жизнь и возможность концентрировать усилия на построении взаимоотношений друг с другом.

Решение данной задачи предполагает установление в расширенной семье оптимального баланса сплоченности – индивидуации ее членов. В слитных семьях действует много центростремительных сил, наблюдаются крайности в эмоциональной близости и лояльности. Существует страх различий как опасность для существования такой семьи, велика взаимная эмоциональная вовлеченность. Отдельные члены семьи не могут действовать независимо друг от друга и имеют мало личного пространства. При этом отношения супругов с их родителями характеризует короткая психологическая дистанция, сверхблизость и высокая взаимозависимость, что затрудняет адаптацию супругов друг к другу и семейной жизни [6].

На индивидуальном уровне эмоциональная зависимость от родителей проявляется в тревожной привязанности супруга(ов) к ним, которая либо открыто выражается, либо реактивно отвергается посредством резкого дистанцирования и формирования псевдонезависимых отношений. Однако последние не только не исключают сверхблизости, но и предполагают ее, являясь ее оборотной стороной. Чем значительнее степень зависимости супругов, тем экстремальнее усилия в ее достижении через установление дистанции и отрицание важности семьи [5].

Дистанцирование (эмоциональный разрыв) является одним из способов для молодых супругов выйти из слитной родительской семьи и справиться с возрастающей тревогой и напряженностью в сверхблизких отношениях. Однако неудовлетворенная потребность в близости приводит к интенсификации супружеских отношений, индуцируя в них рост напряжения, обуславливающего характерную динамику эмоциональной близости между супругами. В результате структура отношений в молодой семье приобретает вид набора альянсов и разрывов или чередующихся периодов сверхблизости и взаимного отчуждения.

Способность пары к близким и независимым отношениям зачастую определяется тем, насколько каждому из супругов удалось стать самостоятельной личностью в родительской семье. М. Боуэн (Bowen, 1978) утверждает, что тех, кому не удалось обрести автономию в рамках родительской семьи, отличает эмоциональная холодность или склонность к слиянию с партнером. Высокий уровень слияния супругов достаточно часто встречается в молодых семьях, что в определенной мере помогает паре достичь ценностно-ориентационного единства (своеобразного «Мы» пары). Однако это процесс, в котором, по словам К. Витакера, «...двое отказываются от своего лица и становятся никем ради того, чтобы стать частицами симбиотического союза под названием брак» [1]. Данные отношения формируются, как правило, за счет сильного подавления индивидуальных потребностей одного или обоих супругов, что вызывает страх утраты своего «Я» и приводит к аккумуляции напряженности в паре. Однако, когда «нарцисстический» период идеализации партнера проходит, попытки выйти из слияния и отстоять свое «Я» могут стать источником высокого напряжения и конфликтов в паре. Деидеализация является нормативным этапом развития эмоциональных отношений в паре, которому, как правило, предшествуют бурные романтические переживания, приписывание партнеру идеальных черт, ощущение большой любви и эмоциональной близости с ним. Однако крушение иллюзий, происходящее в дальнейшем, неизбежно, так как идеализация является лишь фазой в эмоциональном цикле, где следующий этап – это разочарование, утрата позитивных эмоций, возникновение безразличия и скуки в отношениях партнеров, что может привести к их распаду.

Таким образом, установление не только внешних, но и внутренних (индивидуальных) границ является важной задачей молодого супружества. Они предохраняют от слияния и позволяют партнерам «менее болезненно»

переживать изменения в их психологической дистанции, обусловленные естественной динамикой эмоциональных отношений в паре, особенность которой состоит в чередовании периодов сближения, интенсивного общения и временного ухода друг от друга, дистанцирования. Подобная прерывистость отношений также препятствует накоплению агрессии, являющейся опасной для существования пары [4]. Способность молодых супругов к автономному функционированию помогает им избежать эмоциональной реактивности, приводящей к поляризованным (комплементарным) отношениям: преследователь – дистанцирующийся, агрессивный – покорный, независимый – требовательный и т.д., предполагающим необходимость взаимного приспособления партнеров, в отличие от симметричных отношений, основанных на равенстве и сходстве. Преувеличенная комплементарность создает дисфункциональную подсистему, отличающуюся ригидностью и жесткой фиксацией ролей, что обуславливает низкую способность семьи приспособляться к переменам (в частности, связанным с прохождением стадий жизненного цикла семьи и сопровождающих их нормативных кризисов) и снижает ее адаптивный потенциал [5].

По мнению К. Витакера, все здоровые браки испытывают десятки эмоциональных «разводов», чувство потери при которых, независимо от их продолжительности, может быть всепоглощающим. Периоды эмоционального отдаления могут тяжело переживаться супругами, но сами по себе они не становятся причиной распада отношений, не ведут к необратимости, отчаянию и безнадежности. Ресурсом для их преодоления могут быть позитивные переживания, основанные на прежнем опыте пары, на истории их взаимоотношений [1].

Наиболее оптимальным вариантом решения данной задачи кризиса молодой семьи является формирование способности свободно передвигаться между полюсами «индивидуация – сопринадлежность». Когда супруги свободны для перехода от слияния к индивидуации, они получают новые личностные силы и возможности. Тогда они могут принадлежать паре, не теряя себя, своего «Я», и способны сознательно присоединяться или отделяться, не испытывая при этом чувства вины и тревоги. Кроме того, супругам периодически необходимо отдаляться друг от друга для того, чтобы иметь возможность ассимилировать полученный опыт и найти новое пространство для самореализации. Таким образом, развитие способности регулировать психологическую дистанцию в паре играет важную роль в поддержании и стабилизации семейных отношений, обслуживая одновременно процессы изменения и личностного развития партнеров.

Обретение независимости в сочетании со способностью к близким отношениям – одна из самых сложных задач, решение которой занимает, порой, всю жизнь. «...Для того, чтобы быть полностью связанным с другим человеком, вам придется сначала найти связь с самим собой. Если мы не можем смириться со своим одиночеством, мы начинаем использовать другого как укрытие от изоляции. Только когда человек сможет жить

подобно орлу, не имея возможности высказаться кому бы то ни было...только тогда он будет способен заботиться о росте другого. Итак, если человек не способен разрушить свой брак, этот брак заключен на небесах» [7].

Помимо решения эмоциональных проблем, связанных с установлением оптимальной психологической дистанции, молодым супругам также необходимо распределить семейные роли и области ответственности, решить вопросы семейной иерархии, выработать приемлемые формы сотрудничества, разделить обязанности, согласовать систему ценностей, пройти сексуальную адаптацию друг к другу. Именно на этом этапе партнеры ищут ответы на вопросы: «Каковы приемлемые пути разрешения конфликта?», «Выражение каких эмоций в семье считается допустимым?», «Кто за что несет ответственность и при каких условиях?». Таким образом, в течение данного кризисного периода супруги приспособляются друг к другу, ищут такой тип семейных отношений, который удовлетворил бы обоих [3]. Умение супругов разрешать возникающие проблемы на начальном этапе семейной жизни способствует выработке долговременных устойчивых форм поведения, действующих на протяжении всего жизненного цикла семьи и помогающих переживать последующие нормативные и ненормативные семейные кризисы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Витакер К., Полночные размышления семейного терапевта – М.: Независимая фирма «Класс», 1998
2. Дымнова Т. И. Зависимость характеристик супружеской семьи от родительской.//Вопросы психологии. 1998. № 2
3. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни.//Вопросы психологии. 1983. №3
4. Кернберг О. Отношения любви: норма и патология. М., 2000
5. Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы/Пер. с англ. О. Очкур, А. Шишко. – М.: Изд-во Эксмо, 2004
6. Черников А.В. Введение в семейную психотерапию. Интегративная модель диагностики. Тематическое приложение к журналу «Семейная психология и семейная терапия» за 1998 год. – М., 1998
7. Ялом И. Когда Ницше плакал./ Психотерапевтические истории. М., 2002