

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НОРМАТИВНЫХ КРИЗИСОВ СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ

Котельникова Ю.С.

*Котельникова Юлия Сергеевна - аспирант,  
кафедра психологии образования,  
Институт психологии*

*Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург*

**Аннотация:** статья посвящена анализу ненормативных кризисов супружеских отношений в молодой семье. Рассматривается психологическое функционирование молодой семьи, а также причины возникновения и особенности протекания нормативных кризисов супружеских отношений на начальном этапе брака. Выявлены факторы, которые могут осложнять прохождение нормативных кризисов для молодой семьи, а также факторы, которые влияют на успешность преодоления и прохождения кризисов. Представлены варианты психологической помощи молодой семье в преодолении нормативного кризиса.

**Ключевые слова:** молодая семья, супружеские отношения, нормативный кризис.

Институт семьи и брака в настоящее время претерпевает ряд негативных изменений: стремительно растет количество разводов, увеличивается число матерей-одиночек и отцов-одиночек, все большее количество пар не желают официально регистрировать свои отношения, а так же растет количество людей, предпочитающих жизнь соло. Согласно данным бракоразводной статистики, ежегодно увеличивается количество разводов в семьях, состоящих в браке не более трех лет.

Большинство психологов и социологов, исследующих семейные отношения, подчеркивают важность начального периода развития семьи (С. Кратохвил, А.Г. Лидере, М.С. Мацковский, В.П. Меньшутин, Г. Навайтис, Н.Н. Обозов, А.А. Осипова, В.А. Сысенко, Т.М. Трапезникова, Ю.Н. Олейник, А.Г. Харчев, В.М. Целуйко и др.). Именно в этот период происходит супружеская адаптация, формируются семейные нормы и осуществляется овладение ролевым поведением.

Молодыми семьями являются семьи в первые три года после заключения брака (в случае рождения детей – без ограничения продолжительности брака) при условии, что один из супругов не достиг 30-летнего возраста [1].

Молодая семья переживает два нормативных кризиса: принятие на себя супружеских ролей, обязательств и рождение ребенка, соответственно принятие на себя родительских обязательств.

Кризис, связанный с принятием на себя супружеских обязательств, начинается с момента заключения брака, и длится в течение первых лет супружеской жизни. Связан он, прежде всего с тем, что меняется привычный образ жизни обоих супругов. С первых дней супружеской жизни начинается корректировка отношений между молодыми супругами [2]. Прохождение первого в своей семейной жизни кризиса может осложняться рядом факторов: неадекватная мотивация создания брака (отношение к браку как возможности отделиться от родительской семьи, заключение брака по принуждению или из-за давления общества и др.); значительные различия в семейных традициях супругов; финансовая и эмоциональная зависимости одного из супругов или обоих супругов от родительских семей; заключение брака после периода ухаживания продолжительностью менее шести месяцев или более трёх лет; личностные особенности супругов (характер, ценности и др.) и т.д.

Создавая семью, молодые супруги должны решить ряд задач, которые перед ними стоят: адаптация, установление границ собственной семьи, решение проблем семейной иерархии, достижение сексуальной гармонии, решение жилищных, бытовых проблем и др. Адаптация супругов друг к другу и к новой социальной роли является основной, но не единственной задачей. Супругам надо достичь согласия в установлении границ семьи, так как это будет обозначать сферу влияния и вмешательства других людей, в особенности – родительских и прародительских семей. Так же молодые должны достичь гармонии в сексуальных отношениях, что является немаловажным и решить проблемы, связанные с жилищно-бытовыми условиями.

В период прохождения этого кризиса «молодой супружеской паре надо провести огромное количество переговоров и установить множество соглашений по самым разным вопросам» [3].

Например, супругам надо будет принять те изменения, которые произойдут в интенсивности чувств, приобрести опыт взаимодействия в решении вопросов организации повседневного быта семьи. Так же молодым предстоит решить вопрос о материальном обеспечении и финансовой поддержке семьи, важной проблемой будет и необходимость создать интимность во взаимоотношениях. Это лишь часть тем, которые должны быть обсуждены молодыми людьми при построении своей семьи и преодолении кризиса.

Переживания данного нормативного кризиса носят сугубо индивидуальный характер для каждой семьи. Важность этого кризиса связана с тем, что именно в это время закладывается основа будущей семейной жизни и нерешённые на этом этапе проблемы не исчезнут, а будут вместе с семьёй переходить на следующие этапы и осложнять их протекание.

Таким образом, основными специфическими проблемами для первого нормативного кризиса супружеских отношений в молодой семье являются проблемы, связанные с затруднениями отождествления и слияния супругов в единую семейную систему.

Кризис принятия на себя супружеских обязательств во многом определяет и направляет курс развития семьи. Этот кризис во многом связан с тем, что, несмотря на романтизм, присущий первым годам супружеской жизни, именно в это время происходит огромное количество разводов. Эти разводы могут быть связаны с тем, что не оправдываются ожидания молодых супругов друг от друга, возникших разногласий по поводу финансово-бытовой сферы жизнедеятельности молодой семьи. Успешное преодоление этого кризиса будет во многом зависеть от того, способны ли супруги меняться, мириться с недостатками партнёра, а так же от того, насколько широки или узки границы их семьи. Но для разрешения нормативного кризиса супружеских отношений потребуется работа, как над супружескими отношениями, так и над самим собой. Специфичность этого кризиса заключается в том, что проблемы, с которыми сталкиваются молодые в ходе переживания кризиса, являются характерными именно для этого периода, так как в другие периоды либо их нет, либо они являются второстепенными.

Второй кризис, который встречается на пути у молодых супругов – это кризис, связанный с рождением первого ребёнка. Это нормативный кризис, который является переходным этапом жизненного цикла семьи.

Проблемы, связанные с этим кризисом начинаются раньше, чем ребёнок появляется на свет - с момента зачатия, а в основном могут обостряться во время ожидания рождения ребёнка. Этот период также может обостряться и неразрешёнными проблемами в предыдущем, первом кризисе, которые теперь будут усложнять ситуацию. Следовательно, если пара прошла предыдущий этап, то она с большей вероятностью без ущерба для себя примет роли отца и матери. Последовательное прохождение нормативных кризисов супружеских отношений – это закономерный период для всех молодых семей, причем успешное прохождение первого кризиса напрямую отражается на том, как будет проходить второй кризис.

Кризис, связанный с появлением ребенка, могут облегчить следующие факторы: продолжительность периода ухаживания не менее года и не более трёх лет, наличие периода в развитии супружеских отношений, в течение которого супруги могут подготовиться к рождению ребёнка и принятию новых социальных ролей.

Исследователи отмечают, что одним из определяющих факторов того, успешно или неуспешно пройдёт кризис, является адекватная или неадекватная мотивация беременности. Примером адекватной мотивации может служить укрепление семьи, личностный рост супругов, стремление быть матерью (для женщины) или отцом (для мужчины), стремление дать жизнь другому человеку. Примером же неадекватной мотивации может быть стремление удержать или привязать партнёра, беременность ради материальной выгоды, беременность как соответствие социальным ожиданиям [4].

Период беременности связан с физиологическими и психологическими изменениями женщины, поэтому может сильно влиять на характер отношений в молодой семье. Для того, что бы избежать проблем в отношениях, мужчине нужно поддерживать супругу, помочь ей преодолеть этот период. Преодоление этого кризиса может осложняться тем, что супруг может почувствовать себя ненужным, исключённым из семьи, так как внимание жены будет переключено на заботу о ребёнке. Будущие родители не должны забывать друг про друга и уделять друг другу внимание, переживать вместе время ожидания ребёнка, а затем воспитание ребёнка. Это поможет семье ещё больше сблизиться и успешно пройти этот кризис.

Протекание рассматриваемого нами кризиса может быть осложнено возможностью возникновения послеродовой депрессии у матери, которая может повлиять на стабильность семейной системы. Причинами возникновения послеродовой депрессии могут служить: особенности протекания беременности и родов, нежелательная беременность, нарушение взаимоотношений с мужем, профессиональные и/или материальные трудности, связанные с рождением ребёнка и др.

Важной проблемой, осложняющей протекание кризисного периода в молодой семье, может стать проблема самореализации матери, деятельность которой ограничена лишь семьёй. У супруги могут возникать чувства неудовлетворённости и зависти по отношению к активной жизни своего супруга. И это всё может стать плодородной почвой для разрастания конфликтов и усложнения этого кризисного периода [5].

Итак, появление ребёнка в молодой семье коренным образом меняет привычный образ жизни семьи, что ведёт к нормативному кризису в семье, преодоление которого зависит от желания и усилий обоих

супругов. Молодым супругам приходится осваивать новые роли, что связано с трудностями во взаимоотношениях.

Таким образом, супружеские отношения на этапе «молодая семья» проходят два нормативных кризиса. Кризисы на каждом этапе развития являются специфичными для каждого периода, так как на каждом этапе жизненного цикла, семья должна решать специфические задачи для каждого периода. Можно сделать вывод о том, что кризисы, с которыми сталкивается молодая семья, специфичны, поскольку семья решает специфические именно для данного периода задачи.

На стабильность молодой семьи и на прохождение кризисов существенное влияние оказывают факторы, которые активизируются в период добрачного ухаживания и в момент заключения брака. Например, личностные характеристики молодожёнов, условия заключения брака, различные типы добрачного поведения будущих супругов и др. Важным фактором риска является также вынужденное заключение брака вследствие беременности невесты или под давлением родителей [6].

Т. А. Гурко в своей работе пишет о том, что продолжительность знакомства является одним из главных факторов, которые могут повлиять на прохождение кризиса. Так как определено в этот период обнаруживается совместимость или несовместимость будущих супругов, схожесть или несхожесть на распределение семейных ролей, общность интересов и, в общем, личностная совместимость [7]. Добрачная беременность является фактором, который существенно влияет и на стабильность молодой семьи, и на преодоление кризиса. Это объясняется тем, что сокращается необходимый период ухаживания и подготовки к свадьбе, молодые люди оказываются психологически не готовы к браку [8].

Моника Мак-Голдрик тоже выделяет ряд факторов, которые могут осложнить развитие молодой семьи, а также преодоление кризисов. К таким факторам относятся [9]:

- пара встречается или заключает брак вскоре после утраты значимого человека;
- супружеские отношения формируются на фоне стремления дистанцироваться от родительской семьи;
- семейные традиции и происхождение супругов существенно различаются;
- супруги выросли в семьях с разным составом;
- пара проживает слишком близко или слишком далеко от хотя бы одной из родительских семей;
- пара зависит от членов расширенной семьи материально, физически или эмоционально;
- брак заключается в возрасте до 20 или после 30 лет;
- брак после периода ухаживания продолжительностью менее шести месяцев или свыше трёх лет;
- свадьба в отсутствие членов семьи или друзей;
- беременность жены до свадьбы или в течение первого года после замужества;
- плохие отношения одного из супругов со своими родителями;
- собственное несчастливое, по мнению хотя бы одного из супругов, детство или отрочество;
- нестабильность брачных отношений в одной из расширенных семей (измены, развод).

Как мы видим, факторы, которые могут оказать значительное влияние на развитие молодой семьи и преодоление её кризисов, схожи как у отечественных, так и у зарубежных исследователей. Таким образом, личностные характеристики, тип добрачного поведения, добрачная беременность и т.д. – это те факторы, которые являются основами успешного прохождения нормативных кризисов супружеских отношений в молодой семье.

Итак, основные нормативные кризисы, которые встречаются в семейной жизни супругов, основываются на тех проблемах, которые в основном встречаются лишь на этапе молодой семьи. Характер развития добрачных отношений играет важную роль в дальнейшей супружеской жизни молодых супругов. Протекание каждого из кризисов сугубо индивидуально, но встречаются они в каждой семье. Преодоление этих кризисов поможет молодой семье дальше развиваться, а игнорирование может привести к тому, что семья перестанет существовать и распадется.

Основные направления психологической помощи молодой семье определяются полем психологических проблем конкретной супружеской пары. Наиболее частыми проблемами, для которых необходима психологическая помощь, являются трудности в установлении границ семьи, выработке семейных норм и правил, распределении семейных ролей и обязанностей, проблемы сексуального характера [10].

Психологическая помощь, касающаяся распределения семейных ролей и обязательств, заключается в консультативной работе с молодой семьей. Такая работа проходит в четыре этапа:

Первый этап – сбор конкретных жалоб супруга. На этом этапе супруги должны рассказать о проблемных ситуациях, которые у них возникают.

Второй этап – выявление представлений о желаемом распределении ролей и обязанностей в семье. На этом этапе молодые супруги, желательно, должны быть осведомлены о ролевых ожиданиях и притязаниях друг друга. На этом этапе для их выявления могут быть использованы техники и методики.

Третий этап – обнаружение различий между членами семьи, выяснение представлений партнёров о причинах несоответствия поведения одного партнёра ожиданиям другого, степени адекватности и

объективности претензий. На этом этапе психологическая помощь представляется в виде рекомендаций по разрешению кризисной ситуации.

Четвёртый этап – заключение нового договора о распределении семейных обязанностей.

Психологическая помощь в проблемах установления границ семьи и оптимального баланса близости/отдалённости между супругами заключается в помощи осознания нарушения внешних/внутренних границ, в выявлении отношения каждого из супругов к данному факту, в определении желаемой модели отношений семьи с окружением, в поиске способов изменения отношений, а так же в оказании необходимой поддержки.

Психологическая помощь молодой семье с проблемами сексуального характера выражается в выявлении причины сексуальных расстройств и дальнейшей работе по устранению этих причин.

На пути своего развития молодая семья сталкивается с ещё одним нормативным кризисом, связанным с рождением первого ребёнка, и психологическая помощь может потребоваться в связи с неблагоприятным психоэмоциональным фоном протекания беременности и психологическими трудностями, возникающими во время ожидания ребёнка и после его рождения. Помощь во время этого кризиса характеризуется особенностями оказания психологической помощи семье на различных этапах: до принятия решения иметь ребёнка, во время беременности и после рождения ребёнка.

Психологическая помощь в принятии решения иметь ребёнка требуется вследствие разногласий в паре относительно планирования рождения ребёнка, с сомнениями, страхами, тревогами одного из супругов. Психологическая помощь в разрешении данной проблемы протекает в несколько этапов: обеспечение благоприятной психологической атмосферы и создание диалогического пространства для супругов, прояснение желаний и опасений, которые связаны с планированием рождения ребёнка, выявление мотивации партнёров иметь ребёнка, организация переговоров направленных на принятие решения, которое бы подходило обоим супругам.

Следующий этап, на котором может понадобиться помощь – это помощь женщине в период беременности. И она заключается в оказании помощи в принятии физических изменений, в коррекции страхов и опасений, в прояснении и формировании адекватного позитивного образа ребёнка, а так же помощь в осознании своих чувств, эмоций и внутриличностных конфликтов. При оказании психологической помощи необходимо обратить внимания на изменения, которые происходят в структуре семьи.

Последний этап, на котором требуется психологическая помощь – этап после рождения ребёнка. Помощь заключается в выявлении проблем, в их коррекции, поддержки молодой семьи на данном этапе и в период протекания кризиса принятия на себя родительских ролей.

Таким образом, психологическая помощь в разные кризисные периоды заключается в выявлении проблем и причин конфликтов, которые ведут к усложнению протекания кризиса, в их коррекции, устранении и поддержке молодой семьи на всём этапе прохождения кризиса. Во время оказанная психологическая помощь будет содействовать мягкому преодолению кризисного периода, устранению отрицательных последствий, а так же установлению гармонии в отношениях между супругами.

#### **Список литературы**

1. Постановление Верховного совета РФ от 03.06.1993 г. № 5090-1 «Об основных направлениях государственной молодежной политики в Российской Федерации» // Консультант Плюс.
2. Хейли Дж. и Эриксон М. Возникновение семьи. // Психология и психотерапия семейных конфликтов. / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара, 2003. С. 12-18.
3. Подготовка молодёжи к семейной жизни. Опыт работы: сборник материалов. Екатеринбург, 2010. с. 29.
4. Захарова Г.И. Психология семейных отношений: Учебное пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2009. 63 с.
5. Грюнвальд Б.Б., Макаби Г.В. «Консультирование семьи». М., 2008. 211 с.
6. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд. М.: Академический проспект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. 170 с.
7. Карabanова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. М.: Гардарики, 2005. 320 с.
8. Олифирова Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. «Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2006. 360 с.
9. Зритнева Е.И., Клушина Н.П. Семьеведение. М.: ВЛАДОС. 2006. 121 с.
10. Овчарова Р.В. Психология родительства / Р.В. Овчарова. М.: Академия, 2005. 368 с.