

**Коренева Елена Петровна,**  
магистрант ФГБОУ ВО «Владивостокский государственный университет экономики и сервиса», г. Владивосток  
[koreneva@tis-logistic.ru](mailto:koreneva@tis-logistic.ru)



**Психология семейного кризиса:  
подходы к семейному консультированию при ненормативных кризисах**

**Аннотация.** Статья посвящена семейным отношениям. Рассматривается развод как ненормативный кризис семьи, анализируются основные причины возникновения семейных конфликтов. Говорится о целесообразности психологического консультирования семьи в период ненормативных семейных кризисов; приводится подбор методов решения семейного кризиса. У одной проблемы могут быть разные решения, поэтому необходим индивидуальный подход к семейному консультированию с учетом особенностей семьи.

**Ключевые слова:** семья, современная семья, семейные отношения, кризис, психотерапевт, психологическое консультирование, супруг(и), брак, индивидуальный подход, супружеская адаптация.

**Раздел:** (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

В современной реальности сохранить семью довольно трудно, в России разводы стали настоящим бедствием. Росстат дает следующие данные: за 2017 год на 1 049 735 браков 611 438 разводов [1], что составляет 58%, данный показатель значительно колебался в меньшую и большую стороны с 2000 годов. Среднее значение за период с 2000 по 2017 год составило 60, 8%, больше половины семей, зарегистрировавших брак, его расторгают. Данные статистические показатели напрямую указывают на утрату ценностей института брака и семьи, утрату традиционных семейных отношений как основной опоры человеческого бытия. Безусловно, такая ситуация негативно сказывается не только на членах семьи, но и на обществе в целом, подрываются общепринятые устои морали и нравственности, страдает социальный, экономический, демографический и, как следствие, государственный уклад.

Как правило, за каждым разводом стоит сложный конфликт, поэтому акцентирование внимания исследователей на семейных конфликтах не теряет своей актуальности, тем более что профилактика семейных конфликтов имеет и пролонгированное значение, что связано с социальной функцией семьи, в рамках которой развивает и интериоризирует паттерны поведения новое поколение. Кроме того, психологические исследования в области консультирования семьи по вопросам конфликтного взаимодействия способствуют накоплению новых эмпирических данных и разработке современных методов воздействия, способствующих установлению близких контактов и взаимопонимания в семье. В данной работе мы уделим внимание основным принципам психологической помощи семьям в ситуации кризиса.

Семья – уникальная система, в которой все элементы взаимосвязаны и организованы в определенную структуру. Семья и брак в современном понимании – это результат многовековой эволюции социальных, экономических, моральных и законодательных принципов. Семья как предмет изучения рассматривается многими научными дисциплинами: социологией, философией, историей. В настоящей статье мы обратимся к рассмотрению семьи с психологической точки зрения и будем понимать её как

«пространство совместной жизнедеятельности, внутри которого удовлетворяются специфические потребности людей, связанных кровными и родственными связями» [2]. Разрывы данных связей могут приводить как к внутрисемейным групповым проблемам, так и к проблемам отдельно взятых членов семьи. Психологические проблемы семьи существуют столько же, сколько и сам институт семьи.

Такие авторы, как Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента, выделяют два типа семейных кризисов: нормативный и ненормативный [3]. В их книге «Психология семейных кризисов» описано семь нормативных кризисов семейной жизни:

- Кризис 1 – принятие на себя супружеских обязательств.
- Кризис 2 – освоение супругами родительских ролей и принятие факта появления нового члена семьи.
- Кризис 3 – включение детей во внешние социальные культуры.
- Кризис 4 – принятие факта вступления ребенка в подростковый период.
- Кризис 5 – семья, в которой выросший ребенок покидает дом.
- Кризис 6 – супруги вновь остаются вдвоем.
- Кризис 7 – повторный брак.

И пять ненормативных кризисов семьи:

- Кризис 1 – ИЗМЕНА.
- Кризис 2 – РАЗВОД.
- Кризис 3 – Тяжелая болезнь.
- Кризис 4 – Инцест.
- Кризис 5 – Смерть члена семьи.

В современном мире семейные кризисы зачастую приводят к разводам. Развод – ненормативный семейный кризис, но он является следствием иных нормативных и ненормативных кризисов семьи, один из которых – неготовность супругов к браку.

Неподготовленность супругов к браку как одна из частых проблем современной семьи выделяется многими исследователями. В. П. Шейнов указывает на данный фактор как основную причину разводов (42%) [4]. Неподготовленность проявляется в грубости супругов, невнимательности друг к другу, нежелании оказывать помощь в домашних делах и воспитании детей, жадности и иных проявлениях личности.

Молодые люди, вступая в брак, часто принимают это решение необдуманно, торопливо. Тому существует множество причин: мнение окружающих, давление со стороны родственников, социальные и моральные догмы, незапланированная беременность. Браки, заключенные в таких условиях, редко избегают кризиса семейных отношений в первые месяцы и даже годы. Адаптация – сложный процесс, смысл взаимной адаптации супругов заключается в согласовании мыслей, чувств и поведения друг друга. Адаптация осуществляется во всех сферах семейной жизни. И. В. Гребенников [5] рассматривает следующие виды супружеской адаптации:

1. Материально-бытовая адаптация заключается в согласовании прав и обязанностей супругов в выполнении домашних дел и в формировании модели планирования и распределения семейного бюджета, которая удовлетворяла бы обоих.
2. Нравственно-психологическая адаптация – это совмещение (согласование) интересов, установок, идеалов, мировоззрения супругов, а также личностных особенностей мужа и жены, максимально возможное для конкретной пары.
3. Интимно-личностная адаптация заключается в достижении супругами сексуального соответствия, которое предполагает как физиологическое, так и морально-психологическое удовлетворение сексуальными отношениями.

Все три продекларированные И. В. Гребенниковым вида супружеской адаптации тесно связаны между собой, вариативность проблем, возникающих на их основе, чрезвычайно высока, в каждой семье эти проблемы имеют индивидуальный характер, причины, реакции.

Для решения подобных проблем семья может обратиться к психологу-консультанту, психотерапевту. Очень важно, чтобы решение возникшей проблемы было обоюдным желанием супругов. Психологу необходимо работать с разными взглядами супругов на свои роли в семейной жизни, над психологической и характерной индивидуальностью мужа и жены, пониманием и принятием ролей супругов в семейной жизни. Консультанту необходимо создать для клиентов условия, в которых будут определены: объективность проблемы и их первопричина, аналитический аспект проблемы, выработка ее решений. Семейное консультирование как способ психологической практики в нашей стране выработан на основе работ В. В. Столина, А. А. Бодалева, А. С. Спиваковской, А. Я. Варги.

При оказании помощи конкретной семье психолог должен выбрать индивидуальный подход к обозначившейся проблеме. В разных семьях одни и те же проблемы могут проявляться по-разному, в одних семьях возникновение проблем может привести к распаду семьи, а в других нет. Важно помнить, что трансформация проблемы также сугубо индивидуальна. Зависит это от характерно-психических особенностей членов семьи, социального статуса, уровня образования, экономического и иных ресурсов семьи и её членов. Не стоит забывать и об этнических, национальных, религиозных особенностях семьи. В связи с этими особенностями мотивы развода в разных семьях будут сформулированы по-разному. Отмечается, что разведенные супруги по-разному оценивают причины, побудившие их развестись. Поэтому обязательным условием работы с семейной парой является раскрытие перспективы удовлетворения потребностей обоих супругов и достижения позитивных изменений в отношениях и функциях семьи. Необходимо учитывать динамику переживаний партнеров, находящихся в предразводной стадии. Реакция супругов может иметь совершенно разную остроту и интенсивность. С учетом динамики переживаний при разводе отдельными исследователями выделяются следующие стадии и процессы. В частности, Л. Гозман рассматривает такие разновидности эмоционального реагирования оставленного супруга на развод: 1) отвержение; 2) гнев; 3) посредничество; 4) депрессия; 5) акцептация (принятие и оценка результатов развода и предвидение его последствий). С учетом психологической травмы, которую получает стремившийся избежать развода партнер, выделяются следующие стадии:

1. Стадия протеста: эмоционально травмированный партнер повышает свою активность, чтобы избежать развода. Однако при этом часто действует хаотически и нецеленаправленно, ухудшая тем самым свое и так незавидное положение.

2. Стадия отчаяния: обороняющаяся сторона чувствует, что ситуацией уже не владеет, и впадает в депрессию, иногда доходит до самообвинений.

3. Стадия отрицания: оставленный супруг ожесточается и приходит к выводу, что не стоит сохранять брак с таким неподходящим человеком.

4. Стадия примирения с ситуацией: травмированный разводом партнер уже избавляется от чувства несправедливости и видит ситуацию более реалистично [6].

В практикующей семейной психологии объектом анализа всегда будет являться конкретно взятая семья или ее отдельный представитель, внутренняя, субъективная оценка удовлетворенности браком каждого супруга. Вступая брак и создавая семью, мужчина и женщина в идеальном, осознанном варианте принятия решения стремятся

обогатить, наполнить свою жизнь новым смыслом. Удовлетворенность семейными отношениями, стабильность брачных уз – это связанные между собой характеристики.

Существует мнение, что эти феномены представляют собой различные уровни отношений супругов. Первым, самым общим, является уровень устойчивости брака, то есть юридическая сохранность брака (отсутствие развода). Второй уровень – уровень «приспосабливаемости в браке», «адаптированности супругов»; здесь наблюдается не только отсутствие развода или предразводной ситуации, но и общность супружеской пары по таким характеристикам, как разделение домашнего труда, воспитание детей. Третий уровень является наиболее глубоким. Это уровень «успеха» или «успешности» брака, который характеризуется совпадением ценностных ориентаций супругов. Некоторые авторы отводят центральное место термину «неудовлетворенность браком». В совместной работе Э. Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис [7] утверждают, что характер травмирующего влияния неудовлетворенности в значительной мере зависит от степени осознанности данного состояния. Выделяют два вида неудовлетворенности брачными отношениями: осознанная и плохо осознаваемая неудовлетворенность. В случае осознанной неудовлетворенности обычно наблюдается открытое признание супругом того, что семейные отношения его не удовлетворяют. Осознанная неудовлетворенность нередко сопровождается конфликтом между супругами: к констатации неудовлетворенности присоединяются выраженные агрессивные ноты, прямые указания на то, что причиной ее является супруг. В семейной жизни присутствует выражение чувств и состояний, граничащих с прямой неудовлетворенностью: монотонность, скука, бесцветность жизни, отсутствие радости, ностальгические воспоминания о времени до брака. Неудовлетворенность проявляется в многочисленных жалобах на различные частные стороны семейной жизни.

В современном мире мужчины и женщины, пережившие развод, в большинстве своем не могут или не хотят вступать в повторные браки. Негативный опыт предыдущего брака, груз негативных эмоций после развода мешают повторно принять решение о вступлении в брак, создании новой семьи. По этому поводу О. Г. Прохорова отмечает: «то, что супруги вложили друг в друга, нельзя забрать назад, а способность вложить себя в новые отношения отравлена подозрением и параноидальными чувствами ко всякому браку как таковому» [8]. Многие женщины, оставшиеся после развода с детьми, могут не рассматривать для себя перспективу повторного брака как таковую. Все эти факторы негативно сказываются на деторождении, соответственно, страдает демография. В результате разводов дети воспитываются в неполных семьях. Очень часто разведенные супруги выполняют свои родительские обязанности формально. Данный пример формирует у ребенка определенную семейную модель, которая может реализовываться уже в его дальнейшей жизни.

Задача психолога заключается в помощи принять жизнь такой, какая она есть, с ее трудностями и вопросами, в помощи обеим сторонам конфликта разобраться в чувствах каждого; максимально постараться не допустить, чтобы конфликтующие супруги не направляли негативизм на детей. Не стоит глубоко погружаться в причины, породившие кризис, важно подобрать такие практики и действия, которые помогут заинтересованным членам семьи стабилизировать отношения между собой и внешней средой. Если психолог верно подобрал методы работы, семейная система начнет функционировать верно, состояние психологического дискомфорта, кризиса начнет снижаться у всех членов семьи или отдельных ее представителей. При работе с парами необходимо учитывать все аспекты семьи: мотивы вступления в брак, стаж в браке, первичность или повторность брака, основные ценностные ориентиры, наличие детей в браке. Не менее важна эмоциональная составляющая, понимание, что именно ждут



супруги от семьи – эмпатии, любви, опоры, безопасности; кем видят супруги себя в этих отношениях.

В системе психологической науки, психологического консультирования нет единственно верного подхода, универсальной «таблетки» от всех недугов. Психолог-консультант использует те возможно применимые методы, приверженцем теории которых он является. Сегодня, наверное, нет в природе (либо их число достаточно невелико) психологов, придерживающихся одного-единственного направления психологии. Гуманистическая теория К. Роджерса и Ф. Е. Василюка, бихевиористский подход, гештальтпсихология и психоанализ – на разных этапах консультирования разные техники будут уместны и принесут свои результаты.

Психологи-практики, использующие в семейной терапии теорию М. Боуна, рассматривают жизненный цикл семьи, учитывают национальные особенности клиентов. Иной вариант семейной терапии – структурная семейная терапия С. Минухина. В фундаменте данного подхода находятся три аксиомы:

- Осуществляя психологическую помощь, необходимо принимать в расчет всю семью. Каждый из членов семьи должен рассматриваться как ее подсистема.
- Терапия семьи изменяет ее структуру и приводит к изменению поведения каждого из членов семейной системы.
- Работая с семьей, психолог присоединяется к ней, в результате возникает терапевтическая система, делающая возможными семейные изменения.

С. Минухин (1974) так писал о важности как можно более раннего присоединения к семейной системе: «Семья достигает успеха лишь в том случае, когда психотерапевту удалось проникнуть в систему наиболее подходящим в каждом конкретном случае способом. Ему следует приспособиться к семье, осуществляя вмешательство приемлемым для данной семьи образом. <...> Однако его цели, тактика и “военные хитрости” полностью определяются процессом присоединения» [9].

Таким образом, можно заключить, что, работая с семьей, психолог-консультант должен использовать индивидуальные, подходящие только данной конкретной семье методы и практики, исходя из тех теорий, знанием которых он обладает. Чем выше степень погружения психолога в семейную систему, тем надежнее будут результаты работы. Благополучный исход при обращении к консультанту на ранних стадиях выявления проблемы с более высокой степенью вероятности даст положительные, желаемые результаты. В работе с одной семейной системой могут быть использованы различные подходы и теории, не существует единой отправной точки для решения схожих психологических кризисов, вариативность психологического консультирования всегда будет основана на индивидуальности конкретной семейной системы с учетом всех феноменов. Психолог должен помнить и понимать, что в семейных конфликтах между супругами дети являются одной из самых уязвимых сторон. И возможно, терапию необходимо выстроить таким образом, чтобы супруги учитывали интересы детей, не травмируя их психику. Возникновение необходимости работы психолога в прямом контакте с ребенком тоже не стоит исключать. Конечно, психотерапевт должен успевать отслеживать социальные, культурные, религиозные изменения, влияющие на становление института брака и семь, использовать в своей практике современные технологии и методы оценки ситуации, следить за развитием терапии в психологической науке, в том числе и с применением компьютерных технологий.

Принимая во внимание все вышеперечисленные условия, можно заключить, что при желании супругов сохранить и улучшить брак, профессионализме психотерапевта, ответственном подходе к работе над кризисом всех заинтересованных сторон семья может избежать травмирующих последствий развода.

## Ссылки на источники

1. URL: [http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\\_main/rosstat/ru/statistics/population/demography](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/population/demography).
2. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учеб. пособие / под общ. ред. Н. Н. Посысоева. – М., 2004. – С. 10.
3. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. – СПб.: Речь, 2006. – 360 с.
4. Шейнов В. П. Управление конфликтами. – СПб.: Питер, 2014. – С. 316.
5. Гребенников И. В. Основы семейной жизни. – М.: Просвещение, 1991. – С. 256.
6. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987. – 120 с.
7. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 1999. – 656 с.
8. Прохорова О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учеб. Пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – С. 134.
9. Minuchin S. Families and family therapy. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1974. – P. 125.

**Elena Korneeva,**

Graduate Student, Vladivostok State University of Economics and Service, Vladivostok

[korneeva@tis-logistic.ru](mailto:korneeva@tis-logistic.ru)

## Psychology of family crisis: psychological counseling during non-normative crises

**Abstract.** The article is devoted to family relations. Divorce is considered as a non-normative family crisis, the main causes of family conflicts are analyzed. The author says about the advisability of psychological counseling for the family in the period of non-normative family crises; provides a variety of methods for solving family crisis. One problem may have different solutions; therefore, an individual approach to family counseling is necessary, taking into account the characteristics of the family.

**Key words:** family, modern family, family relations, crisis, psychotherapist, psychological counseling, spouse(s), marriage, individual approach, marriage adaptation.

## References

1. Available at: [http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\\_main/rosstat/ru/statistics/population/demography](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/population/demography) (in Russian).
2. Posysyoev, N. N. (ed.) (2004). *Osnovy psihologii sem'i i semejnogo konsul'tirovaniya: ucheb. posobie*, Moscow, p. 10 (in Russian).
3. Olifirovich, N. I., Zinkevich-Kuzemkina, T. A. & Velenta, T. F. (2006). *Psihologiya semejnyh krizisov*, Rech', St. Petersburg, 360 p. (in Russian).
4. Shejnov, V. P. (2014). *Upravlenie konfliktami*, Piter, St. Petersburg, p. 316 (in Russian).
5. Grebennikov, I. V. (1991). *Osnovy semejnoj zhizni*, Prosveshchenie, Moscow, p. 256 (in Russian).
6. Gozman, L. Ya. (1987). *Psihologiya ehmocional'nyh otnoshenij*, Izd-vo Mosk. un-ta, Moscow, 120 p. (in Russian).
7. Ehjdemiller, Eh. G. & Yustickis, V. (1999). *Psihologiya i psihoterapiya sem'i*, Piter, St. Petersburg, 656 p. (in Russian).
8. Prohorova, O. G. (2005). *Osnovy psihologii sem'i i semejnogo konsul'tirovaniya: ucheb. posobie*, TC Sfera, Moscow, p. 134 (in Russian).
9. Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*, Cambridge, MA: Harvard University Press, p. 125 (in Russian).

## Рекомендовано к публикации:

Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук;

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,

главным редактором журнала «Концепт»



[www.e-koncept.ru](http://www.e-koncept.ru)

Поступила в редакцию <i>Received</i>	25.12.18	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	17.02.19
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	17.02.19	Опубликована <i>Published</i>	31.03.19

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2019

© Коренева Е. П., 2019