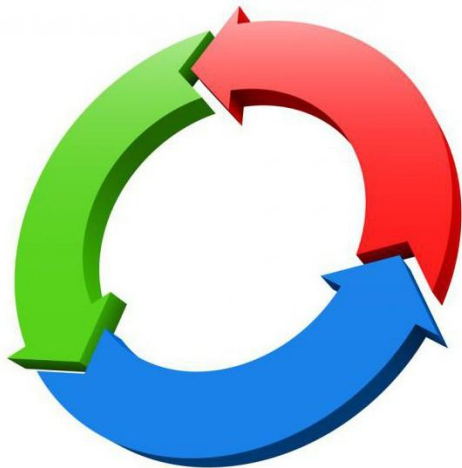


# Семья как система. Жизненный цикл семьи



Подготовила: Луценко Анна Михайловна



# Что такое семья?

Семья – это малая социальная группа, важная форма организации личного быта, которая основана на браке или родственных связях, отношениях между родственниками, проживающими совместно и ведущими общее хозяйство (Карабанова, 2009).

Семья – это социальная система, состоящая из комплекса элементов, которые находятся в динамических связях и отношениях друг с другом. Жизнь семейной системы подчиняется двум законам: гомеостаза и закону развития.

Дисфункциональная семья – это такая семья, где действие закона гомеостаза сильнее, чем действие закона развития.



# Системная семейная психотерапия

- Объект ССПТ – семья как система в особых условиях терапевтического сеанса, когда создается новая система терапевтического взаимодействия с двумя условно выделяемыми подсистемами - терапевтической и клиентской (часто объектом становится дисфункциональная семья)
- Клиентом является вся семья, вся семейная система, именно она — объект психотерапевтического воздействия.
- Предмет: не интрапсихические проблемы членов семьи, а паттерны взаимодействий, устройство и процессы самой семьи.
- Цель: создание условий для изменений, для жизни семьи, в семейных отношениях





# Семья как система



- Термин «система» пришел в психотерапию из биологии
- Австрийский биолог Людвиг фон Берталанфи ввел понятие «система» в 1940е годы
- Система – комплекс элементов во взаимодействии
- Свойства систем:
- 1) Целое больше, чем сумма его частей (систему невозможно описать через свойства её элементов, возникают новые свойства)
- 2) Все части системы взаимообусловлены и взаимно влияют друг на друга (логическое мышление в бинарных оппозициях «причина-следствие» подходит для объяснения статичного мира, но в реальности причина и следствия могут меняться местами, нет единой «истины» - их множество, они могут сосуществовать)





# Системное семейное мышление



- семья функционирует как открытая система, которая находится в постоянном обмене со средой.
- Семья - это самоорганизующаяся система, источник изменений лежит в ней самой. Система первична по отношению её частям
- Системное семейное мышление – мышление, в центре которого находится не отдельный человек, а семейная общность в целом. Психотерапевт должен стремиться не к изменению состояния самого пациента, а к установлению принципиально новых отношений во всей его семье.
- Основное отличие от линейного: вопрос «почему» сменяется на вопрос «зачем».



## Параметры функционирования семейной системы:



- Закон гомеостаза – каждая система стремится к постоянству и стабильности, его нарушение болезненно (наличие центробежных, центростремительных сил). Семейная система сама себя сохраняет (иногда за счет собственного здоровья).
- Закон развития - всякая семейная система должна пройти полный жизненный цикл, переходить от стадии к стадии, обозначенные неизбежными объективными обстоятельствами – возрастными циклами развития человека.
- В дисфункциональной семье закон гомеостаза сильнее закона развития.

# Семейные подсистемы

- В качестве структурных элементов семьи как системы выступают подсистемы
- Индивидуальная подсистема представлена отдельным членом семьи
- Супружеская подсистема является базисом нуклеарной семьи, определяя ее функционирование, удовлетворение личных потребностей брачных партнеров.
- Родительская подсистема объединяет в себя членов семьи, взаимодействие которых связано с выполнением родительских функций, включающих в себя заботу о детях, их воспитание, развитие
- Сиблинговая подсистема состоит из братьев и сестер нуклеарной семьи, включая приемных и усыновленных детей. Главная задача данной подсистемы – способствовать развитию навыков взаимодействия ребенка со сверстниками
- Детско-родительская подсистема – члены семьи, относящиеся к разным поколениям, находящиеся в отношениях «родитель-ребенок», реализация задач формирования навыков саморегуляции, усвоения

# Как можно войти в семейную систему?

- Рождение
- Вступление в брак
- Усыновление





# Можно ли выйти из семейной системы?

- Является ли смерть выходом из системы?
- Является ли конфликт и прекращение общения выходом из системы?



## 4 Основных этапа развития системной семейной психотерапии:

- 1) 1950е утверждение практики и появление термина «семейная терапия». Период с конца 1940-х до начала 1960-х гг. отмечен установлением и развертыванием практики оказания психологической помощи семье и супружеским парам. 1949 год – в США введены стандарты для проведения супружеского и семейного консультирования. Важным источником развития семейной психотерапии стало междисциплинарное взаимодействие психологии, психиатрии (М. Боуэн, С. Минухин, Дж. Джексон), практики социальной работы (В. Сатир).
- 2) 1963 - в Калифорнии были введены правила и нормы лицензирования для семейных консультантов
- 3) 1978-1986 – удвоилось число членов Американской терапевтической ассоциации по браку и семье. Развитие сексологии (работы А. Кинси, В. Мастерса и В. Джонсона), интерес к консультированию семейных пар по сексуальным дисфункциям.
- 4) Ноябрь 2010 – открытие первого направления подготовки по специальности «Детская и юношеская психотерапия» в области системной терапии в Вестфалии (Германия).

# Развитие отечественной семейной психотерапии (классификация Э.Г. Эйдемиллер)

- 1) «психиатрический» этап (19 век – начало 20 века) - исследователи исходили из представления о семье как совокупности входящих в нее индивидуальностей, учет которых позволяет разработать рекомендации по оптимизации жизни семьи и каждого из ее членов. Основоположником семейной терапии в России считают И.В. Маляревского, который в своем лечении психически больных детей и подростков исходил из необходимости специальной работы в рамках «семейного воспитания» с родственниками больных детей.
- 2) «психодинамический» этап - фокусом терапии стали сформированные в детском возрасте неадекватные модели поведения, переносимые впоследствии личностью в супружеские и детско-родительские отношения в собственной семье (работы А. С.Спиваковской, Ю.Б.Гиппенрейтер). 1978 год Владимир Викторович Столин создает на базе факультета психологии МГУ первый в стране Консультационный центр в области семейной и индивидуальной терапии.
- 3) системная психотерапия - характеризуется синтезом системного подхода и психологии отношений В.Н. Мясищева и созданием оригинальной концепции патологизирующего семейного наследования (конец 20 века).

# Этапы жизненного цикла и задачи развития семьи





# Что такое жизненный цикл семьи?

- Жизненный цикл семьи — это закономерная последовательность этапов, которые проходит в своём развитии семья. Выделяют стадии, или этапы, жизненного цикла, то есть период времени существования семьи от одного семейного события до другого.
- Термин «жизненный цикл семьи» был введён Э. Дювалль и Р. Хиллом в 1948 году.
- Они понимали семью как динамическую систему, подверженную двум законам: закону гомеостаза и закону гетеростаза (развития). Согласно первому закону, каждая семья стремится к сохранению своего нынешнего состояния, пребыванию на данном этапе развития. В соответствии со вторым законом, каждая семейная система должна пройти свой жизненный цикл, то есть определённую последовательность стадий развития.

# Стадии жизненного цикла семьи:

□ В качестве критериев для выделения стадий разные

авторы используют разные показатели: наличие или отсутствие детей и их возраст; возраст супругов; стадии развития брака; изменения отдельных функций семьи; изменения структуры семьи; изменения способов внутрисемейной коммуникации и т. д.

Б. Картер и М. Мак-Голдрик (1988) выделяют шесть стадий жизненного цикла семьи, критерием выделения которых является наличие или отсутствие детей в семье и их возраст :

- 1) Внесемейное положение: холостые мужчины и незамужние женщины.
- 2) Семья молодоженов.
- 3) Семья с маленькими детьми.
- 4) Семья с подростками.
- 5) Выход повзрослевших детей из семьи.
- 6) Семья на поздней стадии развития.

Задание: подумать, с какими сложностями сталкивается семья на каждой из предложенных стадий?





## адия. Добрачный период (молодой взрослый вне брачного союза), или «время монады»



□ Цель: достижение эмоциональной и экономической самостоятельности личности, принятие ответственности за себя и свою судьбу.

□ Задачи:

- 1) эмоциональная дифференциация Я от семьи ро, автономизация личности, приобретение независим
  - 2) развитие интимности межличностных отношений, способности любить и быть любимым в межличностных отношениях с противоположным полом, поиск брачного партнера;
  - 3) становление Я личности через приобретение профессии и достижение экономической независимости.
  - 4) Выбор конструктивных мотивов создания семьи
- Развитие и функционирование будущей семьи в значительной мере определяется успешностью решения указанных задач. Если задачи не решены, они откладываются и их решение переносится на последующие этапы развития семьи, что, несомненно, чревато низкой эффективностью



# 2 стадия. Заключение брака, образование новой семейной пары, или «время диады».

- Цель: формирование новой семейной системы на основе заключения брака.
- Задачи:
  - 1) выработка и согласование общих семейных ценностей и семейного уклада;
  - 2) решение вопросов главенства и установление лидерства;
  - 3) распределение ролей, принятие ответственности супругов за их выполнение;
  - 4) определение финансово-экономического статуса семьи, организация семейного бюджета, решение территориальной проблемы семьи (проблемы проживания);
  - 5) организация досуга;
  - 6) брачно-семейная адаптация супругов как приспособление к жизни в семье;
  - 7) формирование семейного самосознания «Мы» (позиции в отношении будущего семьи, планирование жизненных целей);
  - 8) установление отношений с расширенной семьей (родственниками каждого из супругов).







# Брачная адаптация:

- процесс постепенного приспособления супругов к совместной жизни на основе позитивных чувств симпатии, любви, дружбы и уважения друг к другу.

Включает:

- 1) адаптацию к новым брачно-семейным ролям и согласованной ролевой деятельности;
- 2) адаптацию к потребностям, жизненным ценностям, интересам и стилю жизни супруга;
- 3) адаптацию к индивидуально – типологическим особенностям, характеру и личностным качествам партнера;
- 4) адаптацию к профессиональной деятельности партнера;
- 5) сексуальную адаптацию партнеров.

### 3 Стадия. Семья с маленькими детьми (до подросткового возраста).

- Цель: начало реализации функции воспитания детей, расширение семейной системы с включением в нее новых членов.
- Задачи:
- 1) изменение структурно-функционального строения семьи с формированием супружеской и родительско-детской подсистем;
- 2) формирование родительской позиции матери и отца;
- 3) адаптация семейной системы к включению детей;
- 4) выработка стратегии, тактики и методов воспитания, их реализация;
- 5) установление новых отношений с расширенной семьей с включением дедушек и бабушек, а также прародителей ролей бабушек и дедушек.



# Тенденции, возникающие после рождения ребенка



- 1) осуществляется традиционализация семьи, предполагающая усиление фактора полового диморфизма и сосредоточение женщины на семейных ролях;
- 2) наблюдается относительное возрастание ригидности ролевой структуры семьи;
- 3) происходит резкое и кардинальное изменение образа жизни, в частности сокращение времени, досуга, общения с друзьями, интенсификация домашнего и производственного труда, рост напряженности;
- 4) повышается чувство ответственности и зачастую тревоги за будущее семьи и благополучие ребенка;
- 5) сокращается время общения супругов, возникают проблемы сексуального характера и нередко переживание утраты чувства любви.

# Роль старшего поколения в семье:



- 1) воспитание внуков;
- 2) сохранение семейной истории и традиций, обеспечивающее преемственность поколений;
- 3) функция арбитров в семейных конфликтах и спорах;
- 4) функция хранителей семейной мудрости;
- 5) оказание помощи в решении проблемных ситуаций и кризисов, с которыми сталкивается семья.

# Изменения в жизни семьи в связи с рождением ребенка:



- развитие идентичности супругов на основе принятия ролей матери и отца;
- изменение ролевой структуры семьи, включая перераспределение функций и появление новых родительских ролей;
- изменение ролевых отношений за пределами семьи — в сферах профессиональной, дружеских отношений и увлечений;)
- изменение системы отношений в расширенной семье на основе принятия старшим поколением ролей бабушек и дедушек.

## Стадия 4. Семья с детьми подросткового возраста.



- Основная психологическая характеристика семьи на данной стадии — совпадение или значительное пересечение кризисных возрастных стадий каждого поколения семейной системы.
- Старшее поколение прародителей – прекращение активной производственной и социальной деятельности и перестройки образа жизни в связи с возникновением проблем утраты физических сил и возможностей.
- Среднее поколение супругов-родителей вступает в кризис середины жизни, требующий переосмысления жизненного пути и подведения итогов.
- Дети вступают в подростковый возраст
- Пересечение кризисов может создавать дополнительную напряженность и утрату чувства безопасности и защищенности

# Семья с детьми подросткового возраста

- Цель: развитие семейной системы с учетом растущей независимости детей и включение заботы о старшем поколении (прародителях).

- Задачи:

- 1) пересмотр системы детско-родительских отношений в направлении признания права подростков на взрослость и предоставление им необходимой и возможной степени независимости и самостоятельности;
- 2) забота о старшем поколении семьи (прародителях);
- 3) изменение «весовой категории» поколений, принятие поколением супругов полной меры ответственности за благополучие расширенной семьи и изменение характера отношений между старшей и средней генерацией: признание старшим поколением роли лидера за средним поколением;
- 4) решение задач возрастного развития, перефокусирование личности на преодоление кризиса середины жизни, успешное разрешение задач личностного развития и самоактуализации, профессионального и карьерного роста.

## Стадия 5. Период отделения детей, приобретающих взрослый статус (семья со взрослыми детьми).



- Отличительной особенностью данной стадии жизненного цикла семьи являются прекращение выполнения супругами функции воспитания детей и сохранение ими профессиональной и социальной активности.
- Цель: формирование гибкой семейной системы с открытыми границами.





## Стадия 5. Период отделения детей.

- Задачи:
- 1) реконструкция семейной системы как диады;
- 2) формирование новой системы отношений между родителями и детьми по типу «взрослый – взрослый»;
- 3) включение в семейную систему новых членов (жены сына или мужа дочери, внуков);
- 4) освоение новых семейных ролей – бабушки и дедушки;
- 5) повышенная забота о старшем поколении, принятие недееспособности и возможной смерти родителей.

## Стадия 5. Сценарии развития семьи



- Деструктивный выход из кризиса, обусловленного отделением взрослых детей: попытки вторжения родителей в семью взрослых детей с претензиями на главенство и неформальное лидерство
- Противоположным сценарием развития семьи, обеспечивающим гармонизацию семейной системы, является строительство супружеских отношений по форме «узнавания» — познания партнера с новых сторон, с преимуществом жизненного опыта, обретенной мудрости и терпимости.

# Стадия 6. Семья после отделения детей (стадия пожилого возраста старости).



- Цель: перестройка системы отношений поколений в рамках расширенной семьи с учетом реалий возрастных изменений.
- Задачи:
- 1) сохранение прежних индивидуальных интересов, видов активности и форм взаимодействия и функционирования в супружеских парах вопреки физиологическому старению и утрате физических сил и возможностей;
- 2) изучение новых возможностей выполнения социальных и семейных ролей (бабушки и дедушки);
- 3) поддержка центральной роли среднего поколения;
- 4) приобретение мудрости и опыта старости в разумном функционировании;
- 5) переживание утраты супруга, близких людей, друзей, ровесников;
- 6) построение модели жизнедеятельности после утраты супруга;
- 7) «пересмотр» итогов жизни, принятие неизбежности собственной смерти, решение проблемы личностной интеграции перед угрозой распада.

## Стадия 6. Семья после отделения детей. Возможные трудности



- 1) Прекращение профессиональной деятельности, влияющий на распределение ролей «кормильца» и «хозяйки (хозяина) дома» между супругами.
- 2) Резкое ухудшение здоровья одного из супругов и концентрация усилий семьи в направлении решения главной задачи — сохранения жизни, здоровья и создания удовлетворительного качества жизни больного супруга.
- 3) вдовство и формирование новой модели жизнедеятельности после утраты супруга.



# Ресурсы семьи:

- 1) Семейные роли и функции. Кто за какую часть жизни ответственный в семье? Какие семейные ритуалы сплочают пару?
- 2) Семейные мифы, история, ценности. Идентификация себя с кем-то из семьи, послания, повторяющиеся сценарии
- 3) Семья как система, системное семейное мышление

