

Тема 1. Предмет и задачи курса. Понятие психологической культуры.

1. Цель и задачи курса
2. Общее понятие культуры.
3. Психологическая культура как психологическая образованность.
4. Психологическая культура как набор компетенций.
5. Психологическая культура как структурное явление.
6. Психологическая культура этноса

1. Предмет, цель и задачи курса.

Предметом данной дисциплины является психологическая культура в системе семейных отношений.

Цель курса — сформировать целостный взгляд на психологическую культуру семейных отношений.

Задачи курса:

- сформировать представление о психологической культуре в целом,
- рассмотреть особенности психологической культуры семейных отношений,
- обсудить роль ПКСО в системе внутри- и внесемейных связей.

2. Общее понятие культуры

Обобщая многочисленные понятия культуры, можно сказать, что культура - это надбиологический механизм аккумуляции и совершенствования опыта народов, родовой опыт человечеств, закодированный в знаковых системах, орудиях и передаваемых из поколения в поколение. (Психологический словарь — интернет).

Известно, что существует несколько сот определений понятия «культура», десятки подходов к ее изучению, теоретических концепций, моделей и видов. Возникла вполне самостоятельная система знаний, оформившаяся как наука культурология. Это весьма красноречиво подчеркивает смысловое многообразие всем знакомого понятия, отличающегося кажущейся простотой.

В **широком** смысле под культурой обычно понимается все то, что относится к специфике бытия человека как сознательного существа (в отличие от чисто природных сил). Это—результаты его материальной и духовной деятельности (культура труда, быта, досуга, общения, культура производства и потребления, культура городская, сельская, техническая, физическая, психологическая, политическая и т. д.).

В более **узком** смысле термином «культура» определяется сфера духовной жизни людей.

С социально-психологической точки зрения основными элементами духовной культуры выступают:

верования

убеждения

идеалы

ценности

а также соответствующие им:

обычай,

поведение людей,

которые выражаются и закрепляются в знаках, символах, образах и прежде всего в языке (в письменных, печатных, иконографических, видео- и аудиодокументах).

нормы общения, деятельности,

Причем, эти элементы духовной культуры можно рассматривать:

- на общечеловеческом уровне,
- уровне того или иного общества, этноса, нации, класса,
- на уровнях других, менее масштабных больших групп,
- а также малых групп (групповая мораль, групповой эстетический вкус и т. п.) и личности (индивидуальная культура).

В рамках культуры того или иного общества формируются разнообразные частные, групповые субкультуры (например, молодежная, национальных меньшинств, региональная и т. п.).

Особое значение в социально-психологическом плане имеет процесс социализации, посредством которого новые поколения приобщаются к культуре своего общества, народа, своей группы.

Б
о
д
а
л
ё
в

Истоки духовной культуры прослеживаются в мифах, фольклоре, верованиях, религиях народов. Особое значение в истории духовной культуры человечества имели религии, явившиеся мощными выразителями определенных систем ценностей и норм (предписаний, правил поведения).

Если говорить о *психологической культуре* как явлении, существуют определённые трудности в определении этого понятия, в выделении его структуры, параметров, уровней, этапов формирования.

Колмогорова Л.С., анализируя различные подходы к пониманию *психологической культуры*, пишет:

«Остается проблемой определение понятия «психологическая культура» личности, выделение ее параметров, уровней. Отметим, что *термин «психологическая культура» не попал ни в один из отечественных психологических словарей*. В справочной литературе представлены определения отдельных ее составляющих (коммуникативной культуры, культуры поведения, культуры мышления)» (Колмогорова Л. С., 1999, с. 85).

**Колмогорова
Людмила
Степановна**
к.псих.н., профессор
Барнаульского
государственного
педагогического
университета

Культура вообще и *психологическая культура* в частности, как любая сложноорганизованная система, обладает способностью к самоорганизации в обществе. Изменения, происходящие в экономике, политике государства, незамедлительно отражаются на уровне преходящих ценностей, возрождают забытые смыслы, нормы. Социум как единый организм, прежде чем сможет экстериоризовать новые «идеальные формы», должен «присвоить» их, интериоризовать, наделить эти эталоны характеристиками, сделать их знаковыми.

В силу неоднородности социальных слоев непрерывный процесс культуротворчества и культуросождения подобен кругам, расходящимся по воде, амплитуда и частота которых снижается по мере удаления от места возникновения колебаний.

Психологическая культура как часть общей культуры в процессе своего развития постепенно проникает в разные слои и сферы бытия. *Сензитивность к рождающимся ценностям, способность к их формулированию в ситуации неопределенности идеала — один из признаков включенности в культуру.*

Существуют различные подходы к объяснению сути психологической культуры. Рассмотрим их.

3. Психологическая культура как психологическая образованность.

Существует понимание психологической культуры как психологической образованности человека в сочетании с готовностью и умением использовать ее в повседневной жизни с целью самопознания, повышения эффективности общения и самосовершенствования.

Согласно этой позиции, психологическая культура способствует:

- большему осознанию своих возможностей (интеллектуальных качеств, работоспособности, коммуникативных качеств, характера, темперамента и т.д.);
- лучшему осознанию своих желаний (потребностей в самосохранении, в признании другими людьми, в самореализации своих способностей);
- правильной организации своей учебы и труда, досуга и быта,
- оптимальному регулированию личных и деловых взаимоотношений с другими людьми (родителями и детьми, сверстниками и сослуживцами и т.д.).

Каждый человек имеет цель своей жизни, по крайней мере, на каком-то этапе он ставит ее перед собой. В зависимости от жизненных обстоятельств цели корректируются, изменяются или отбрасываются. Цели у всех разные, но большинство из нас стремятся к развитию и самосовершенствованию, чтобы занять более высокое социальное положение. Профессионализм и прочное материальное положение дают очень важное чувство - уверенность в себе.

Психологическая культура способствует личностному росту, дает возможность человеку быть более интересным и позволяет человеку войти в более престижную социальную среду.

4. Психологическая культура как набор компетенций

Сторонники этого подхода (в частности, **Колмогорова Людмила Степановна и Каширский Дмитрий Валерьевич**) отмечают, что требования к высокому уровню гуманитарной и, в частности, психологической культуры специалистов различных областей становятся все более значимыми.

Наряду с высоким уровнем умственных способностей большое значение приобретает так называемый "социальный интеллект", который имеет следующие черты: понимание других людей, легкость установления контактов, стремление к достижениям, контроль над собственными эмоциональными

проявлениями, достаточная уверенность в себе и т.д. Перечисленные характеристики социального интеллекта входят в более общее понятие психологической культуры личности.

В данном подходе под психологической культурой понимается набор компетенций, таких как:

- психологическая грамотность (владение психологическими знаниями, правилами, представлениями, нормативами в сфере общения, поведения, психической деятельности.),
- психологическая компетентность ("Это умение выйти из любой ситуации, не потеряв ни грамма внутренней свободы и в то же время не дав её потерять партнёру по общению. Т. Гордон),
- ценностно-смысловой компонент (набор ценностных ориентаций и жизненных смыслов личности),
- рефлексия (осознание действующим субъектом — лицом или общностью — того, как они в действительности воспринимаются и оцениваются другими индивидами или общностями, а также выяснение того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные представления),
- культуротворчество (означает, что человек является не только творением культуры, но и её творцом. Творческое начало присуще культууроосвоению уже в дошкольном возрасте (Л.С. Выготский). Творчество как шаг, следующий за освоением культуры, имеет множество граней: от создания собственных теорий, открытия каких-либо закономерностей до нахождения нестандартных решений, проявлений самостоятельности, способности задуматься над новой для себя проблемой в различных ситуациях).

5. Психологическая культура как структурное явление

Психологическая культура понимается как достаточно высокое качество самоорганизации и саморегуляции любой жизнедеятельности человека, различных видов его базовых стремлений и тенденций, отношений личности (к себе, к близким и дальним людям, к живой и неживой природе, миру в целом).

Это оптимально организованный и протекающий процесс жизни. С помощью развитой психологической культуры человек гармонично учитывает как внутренние требования личности, психики, своего тела, так и внешние требования социальных и природных сред жизни.

Психологическая культура, наряду с оптимальным образом жизни, обеспечивает устойчивое гармоничное функционирование личности и является одновременно его выражением.

Гармоничное функционирование проявляется в:

- 1 - преобладающем хорошем самочувствии;
- 2 - глубоком понимании и принятии себя;
- 3 - позитивных гармонизирующих ориентациях на конструктивное общение и ведение дел, на творческую игру, и т.д.;
4. - высокой удовлетворенности жизнью
5. - характером своего общения, ходом дел, своим здоровьем, образом жизни, процессом творчества;
6. - высоким уровне саморегуляции (но не слишком высоким!) своими желаниями, эмоциями и действиями, своими привычками, процессом развития и т.п.

Как видно из этого перечня проявлений “хорошей жизни”, психологическая культура является целостной характеристикой и выражается в различных психологических аспектах жизни личности: и в эмоциональных переживаниях и самоощущениях, и в мотивационных и когнитивных проявлениях, и в поведении. “Хорошая жизнь” человека обеспечивается оптимальным набором разнонаправленных стремлений и интересов его личности, преобладанием позитивных мотиваций над негативными, гармоничным функционированием в целом.

Психологическая культура высокого уровня включает в себя комплекс осознанно развиваемых специальных стремлений (тенденций, потребностей, ориентаций), изначально присущих человеку, и обеспечивающих их реализацию природных способностей; набор соответствующих этим стремлениям и способностям прижизненно развитых умений и устойчиво и ежедневно

проявляющихся видов поведения.

Уровень психологической культуры можно осознанно повышать с помощью специально на нее направленных процессов развития и саморазвития. Она требует для своего поддержания и повышения практически ежедневных, но умеренных усилий, развития позитивных, "саногенных" личностных установок, "позитивного мышления" и поведения.

6. Психологическая культура этноса.

Психологическая культура этноса - это характерные для данного этноса представления о психике, формы регулирования и развития психики.

В область психокультуры входят:

- уровень и формы развития психологической компетенции,
- уровень практического использования представлений о психике,
- технология формирования психических качеств в различных сферах психики.

Психокультура включает осознание существования психики и ее регулирующего влияния на жизнедеятельность, деятельность, поведение, все проявления активности личности.

Психокультура личности возможна при достаточно развитом уровне сознания и самосознания.

Будучи подверженной влиянию множества социокультурных факторов психокультура этноса оказывает обратное влияние и входит как важная составляющая в систему ценностей данного этноса, в этническое сознание и самосознание, в картину мира данной культуры, реализуя тем самым свои этнообразующие функции.

Дети с еще неразвитым самосознанием, инвалиды с определенными психическими расстройствами, заболеваниями, дефектами психического развития не обладают психо-культурой или обладают лишь некоторыми ее элементами, поскольку адекватность отражения психической реальности у них отсутствует или нарушена.

Тема 2. Основные аспекты психологической культуры семейных отношений. Факторы психологической культуры в семье.

Задание для самостоятельной работы

На примере реально существующей семьи проиллюстрируйте аспекты психологической культуры семейных отношений. Какие факторы определяют психологическую культуру этой семьи?

Психологическая культура сама собой не рождается, ее развитие предполагает внимание к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам, способностям и знаниям, его отношению к себе, к сверстникам, к окружающему миру, к происходящим семейным и общественным событиям, к жизни как таковой.

Задача взрослых в семье, школе, обществе — помочь ребенку овладеть средствами понимания самого себя, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира.

Объединяя представления о психологической культуре личности, психологическую культуру семейных отношений можно **определить** как набор психологических компетенций членов семьи (псих грамотность, псих компетентность, ценностно-смысловой компонент, рефлексия, культуротворчество), *способствующий гармоничному функционированию семьи как системы.*

ПсКСО ориентирована на самопознание и познание членов семьи, повышение эффективности семейного общения, самосовершенствование и совершенствование членов семьи.

К основным аспектам ПКСО можно отнести следующие:

- набор психологических принципов и правил взаимоотношений, сложившихся в семье, а также представления членов семьи о нем,
- система паттернов поведения, сложившихся в семье относительно различных ситуаций (в т.ч. конфликтных),
- набор семейных ценностей и жизненных смыслов членов семьи,
- семейная рефлексия (осознание членами семьи того, как их воспринимают и оценивают, а так же , как понимают и воспринимают их действия и поступки ч/з призму принадлежности к данной конкретной

семье),

- культуротворчество как действия по изменению и совершенствованию семейных отношений, норм, ценностей.

К числу *факторов, определяющих ПКСО* можно отнести следующие:

1. Преобладающий характер отношений в семье.
2. Насилие в семье.
3. Воспитательные установки родителей.
4. Поведенческие паттерны.
5. Гендерные стереотипы.
6. Семейные истории и тайны
7. Нарушение представлений членов семьи о личности друг друга.
8. Нарушение межличностной коммуникации в семье.
9. Нарушение структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи.

Разберём подробнее.

1. Преобладающий характер отношений в семье чаще всего связывается с тактиками воспитания. Могут быть выделены 4 наиболее общие тактики воспитания в семье и отвечающие им 4 типа семейных взаимоотношений, являющиеся и предпосылкой и результатом их возникновения: *диктат, опека, «невмешательство» и сотрудничество.*

Диктат в семье проявляется в систематическом, часто немотивированном, подавлении одними членами семейства (преимущественно взрослыми) инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов. В ответ на нажим, принуждение, угрозы, «жертва» лицемерит, обманывает, грубит, ненавидит. Если сопротивление оказывается сломленным, вместе с ним оказываются сломленными и многие ценные качества личности: самостоятельность, чувство собственного достоинства, инициативность, вера в себя и в свои возможности.

Данный тип взаимоотношений чаще проявляется в детско-родительских отношениях (но не только) и характеризует низкую психологическую культуру,

так как не способствует гармонизации отношений.

Опека в семье – это система отношений, при которых одни члены семьи, обеспечивая своим трудом удовлетворение всех потребностей других чл. с-и, ограждают их от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. Если диктат предполагает насилие, приказ, жесткий авторитаризм, то опека – заботу, ограждение от трудностей. Однако результат во многом совпадает: у членов с-и, в отношении которых проявляется эта забота, отсутствует самостоятельность, инициатива, они так или иначе отстранены от решения вопросов, лично их касающихся, а тем более общих проблем семьи. Появляется т.н. приобретённая беспомощность. Низкий уровень ПКСО.

Система межличностных отношений в семье, строящаяся на признании возможности и даже целесообразности независимого существования членов семьи друг от друга, может порождаться тактикой «невмешательства». Чаще всего в основе этого типа взаимоотношений лежит пассивность (например, родителей как воспитателей), а порой и их эмоциональная холодность, безразличие, неумение и нежелание учиться быть родителями, учиться родительству. Низкий уровень ПКСО.

Сотрудничество как тип взаимоотношений в семье предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Семья, где ведущим типом взаимоотношений является сотрудничество, где родители общаются с детьми на равных, где каждый может обратиться к другому с вопросом или просьбой и получить помощь, обретает особое качество, становится группой высокого уровня развития – коллективом. Высокий уровень ПКры

2. Насилие в семье наносит всем членам семьи, а особенно детям, серьезные психические травмы. Они либо озлобляются, становятся агрессивными, проявляют тенденции к различным

Ежедневно в России около 17 тысяч детей разного возраста становятся жертвами насильств-х преступлений, из них 2 тысячи детей оказ-ся жертвами убийств. Более 10000 несовершеннолетних становятся инвалидами в результате совершения против них преступлений. При этом от 30 до 50% погибших детей убиты родителями или лицами, их заменяющих.

Женщины и дети составляют 70% всех жертв тяжких насильств-х посягательств, соверш-х в семье. Дети, престарелые, инвалиды, женщины, не способные защищать себя вследствие зависимого положения в семье, составляют ежегодно более трети (38%) всех убитых на почве нездоровых семейно-бытовых отношений.

формам зависимости и противоправного поведения, либо замыкаются в себе, избегают глубоких личностных привязанностей (любовь, дружба). *Жестокость родителей порождает жестокость детей.* В других случаях дети, пытаясь как-то приспособиться к трудной ситуации, избежать жестокости старших, вынуждены искать порочные средства самозащиты. Наиболее распространенные из них - *ложь, хитрость, лицемерие, которые в дальнейшем становятся устойчивыми чертами детского характера.*

Длительное воздействие неблагоприятной семейной обстановки на ребенка играет ведущую роль в жизни личностных деформаций и последующих отклонений в поведении. *Последствиями и проявлениями социальной дезадаптации являются ранняя алкоголизация, детская наркомания и токсикомания, побеги из дома и бродяжничество, проституция, суицид.* Эти явления приобретают все более широкие масштабы и превращаются в серьезную социальную проблему.

Степень проявления насилия в семье может колебаться от незначительной, такой, к примеру, как шлепки или толчки, используемые, скорее, для запугивания, чем нанесения увечья, до смертельной.

Физическое насилие не воспитывает, оно приносит вред и унижает детей. В побоях видят подходящее средство воспитания только те родители, которые не знают другого пути объяснить своим детям, что плохо, а что хорошо, и научить их правилам поведения. Даже если телесные наказания применяются в экстраординарных случаях, то и это нельзя оправдать, потому что существуют и другие способы воспитания. *Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье ведет не только к проявлению агрессивного поведения по отношению к другим детям в том же возрасте, но и к насилию и жестокости во взрослой жизни, превращающих физическую агрессию в жизненный стиль личности.* Таким образом, проблема семейного насилия является острой социальной проблемой, и конечно, негативно влияет на ПКСО.

3. Воспитательные установки родителей.

Под родительскими установками понимается система или совокупность,

родительского эмоционального отношения к ребенку, восприятие ребенка родителем и способов поведения с ним. Понятие "родительский стиль" или "стиль воспитания" часто употребляется синонимично понятию "позиции", хотя и целесообразнее сохранить термин "стиль" для обозначения установок и соответствующего поведения, которые не связаны именно с данным ребенком, а характеризуют отношение к детям вообще.

В клинически ориентированной литературе описана обширная феноменология родительских отношений (позиций), стилей воспитания, а также их следствий — формирования индивидуальных характерологических особенностей ребенка в рамках нормального или отклоняющегося поведения (Л. Roe, M. Siegelman, 1963; E. S. Schaefer, 1965). Убедительны и демонстративны наблюдения и исследования, посвященные влиянию неправильных или нарушенных родительских отношений. *Крайним вариантом нарушенного родительского поведения является материнская депривация* (И. Ландгмеер, 3. Матейчик, 1985; Е. Т. Соколова, 1981; J. Bowlby, 1953; M. D. Ainsworth, 1964; M. Rutten, 1975).

Отсутствие материнской заботы возникает как естественный результат при раздельном проживании с ребенком, но, кроме того, оно часто существует в виде скрытой депривации, когда ребенок живет в семье, но мать не ухаживает за ним, грубо обращается, эмоционально отвергает, относится безразлично. Все это сказывается на ребенке в виде общих нарушений психического развития. Нередко эти нарушения необратимы.

Но не только грубые нарушения родительского поведения сказываются на ходе психического развития ребенка. Разные стили ухода и обращения с ребенком, начиная с первых дней его жизни формируют те или иные особенности его психики и поведения. Анализируя видеозаписи четырехчасового общения матери с младенцем, С.Броди (S. Brody, 1956) выделила четыре типа материнского отношения[1, с. 21].

1. Матери первого типа легко и органично приспосабливались к потребностям ребенка. Для них характерно поддерживающее, разрешающее поведение. Интересно, что самым показательным тестом того или иного

материнского стиля была реакция матери на приучение ребенка к туалету. Матери первого типа не ставили себе задачу к определенному возрасту приучить ребенка к навыкам опрятности. Они ждали, пока ребенок сам "дозреет".

2. Матери второго типа сознательно старались приспособиться к потребностям ребенка. Не всегда успешная реализация этого стремления вносила в их поведение напряженность, недостаток непосредственности в общении с ребенком. Они чаще доминировали, а не уступали.

3. Матери третьего типа не проявляли большого интереса к ребенку. Основу материнства составляло чувство долга. В отношениях с ребенком почти не было теплоты и совсем не было спонтанности. В качестве основного инструмента воспитания такие матери применяли жесткий контроль, например, последовательно и сурово старались приучить ребенка полутора лет к навыкам опрятности.

4. Матери четвертого типа поведения характеризуются непоследовательностью. Они вели себя неадекватно возрасту и потребностям ребенка, допускали много ошибок в воспитании, плохо понимали своего ребенка. Их прямые воспитательные воздействия, так же как и реакция на одни и те же поступки ребенка, были противоречивыми.

По мнению С. Броди, наиболее вредным для ребенка оказывается четвертый стиль материнства, так как постоянная непредсказуемость материнских реакций лишает ребенка ощущения стабильности окружающего мира и провоцирует повышенную тревожность. В то время как сензитивная, принимающая мать (первого типа), безошибочно и своевременно реагирующая на все требования маленького ребенка, как бы создает у него бессознательную уверенность в том, что он может контролировать действия других и достигать своих целей.

Начиная с психоаналитической традиции, которая впервые рельефно осветила значение детско-родительских отношений в формировании личности, многие авторы (Дж.Боулби, Р.Фэйрбэйрн, М.Эйнсворт и др.) придавали *особое значение типам семейных отношений*, в которых воспитывались вступившие в брак мужчина и женщина. В частности, Э.Коген и Ш.Роговин выделяют *три*

типа привязанности ребенка к матери (в родительских семьях): защищающий, избегающий и амбивалентный, полагая, что супружеские конфликты могут быть разрешены через их осмысление.

Ребенок с «защищающим типом привязанности» с осторожностью относится ко всему новому, ему постоянно необходима поддержка и внимание матери: он довольно быстро привыкает к незнакомой обстановке и людям, но все это при условии, что мать находится рядом. Такие дети, вырастая, относятся к окружающим с открытостью и доверием: они обычно хорошие слушатели, хотя часто обладают ригидной системой ценностей.

Ребенок с «избегающим типом привязанности» ведет себя «игнорирующе» по отношению к матери, т.е. ее присутствие и внимание не имеют для него особого значения. Когда, например, отсутствующая мать возвращается, он избегает контактов с ней, даже взглядом. В новой, незнакомой обстановке такой ребенок чувствует себя достаточно комфортно, не проявляя признаков беспокойства. Вырастая, такие дети обычно сталкиваются с проблемами установления дружеских отношений. Дружба развивается у них лишь на основе общности интересов.

Ребенку с «амбивалентным типом привязанности» не по душе незнакомая обстановка, в ней он испытывает тревожность, и ему необходима защита матери. Но как только он осваивается в новой ситуации, материнская забота оказывается не столь важна для него. Сталкиваясь с неожиданным поведением матери или окружающих, дети с этим типом привязанности оказываются в состоянии замешательства. Во взрослом возрасте люди с таким типом привязанности легко устанавливают дружеские отношения с окружающими. При этом они настолько импульсивны и склонны сомневаться в истинности дружеских чувств, что малейшее рассогласование интересов может сильно их расстроить, нарушив отношения с близкими людьми.

Перенимая, выучивая определенный стиль привязанности, дети затем используют его в своих взаимоотношениях с людьми во взрослой жизни, в том числе и с партнерами по браку. Объектом привязанности теперь становится муж

или жена, и именно сходства и/или различия типов привязанности являются причиной возникающего непонимания между партнерами. *Существенно, что в разных стилях привязанности нет ничего плохого или хорошего – они такая же часть нас, как например, физические особенности или темперамент. Каждый стиль привязанности – это определенные образцы поведения, «язык» выражения чувств и мыслей. И если люди не умеют распознавать «языки» друг друга, возникают проблемы в их общении.*

4. Поведенческие паттерны.

Паттерн — это устойчивый шаблон поведения, проявляющийся из раза в раз в похожих ситуациях (пример: муж+пиво с друзьями+ позднее возвращение - > жена «воспитывает» как мама). В качестве поведенческих паттернов можно рассматривать поведение, обусловленное воспитательными установками, гендерными стереотипами и др.

Социальная (групповая, семейная) роль — это тоже паттерн поведения.

5. Гендерные стереотипы.

Социальные нормы – это основные правила, которые определяют поведение человека в обществе. По мнению социальных психологов, объяснение многих гендерных различий следует искать не в гормонах и хромосомах, а в социальных нормах, приписывающих нам различные типы поведения, аттитюды и интересы в соответствии с биологическим полом. Наборы норм, содержащие обобщенную информацию о качествах, свойственных каждому из полов, называются половыми или гендерными ролями. Часть этих социальных норм внедряется в сознание через телевидение и популярную литературу, ряд других мы получаем непосредственно, например испытывая неодобрение со стороны общества, когда отклоняемся от ожидаемого гендерно-ролевого поведения.

Гендерные стереотипы часто действуют как социальные нормы. Нормативное и информационное давление вынуждает нас подчиняться гендерным нормам. Действие нормативного давления заключается в том, что мы

стараясь соответствовать гендерным ролям, чтобы получить социальное одобрение и избежать социального неодобрения. Об информационном давлении можно говорить, когда мы начинаем считать гендерные нормы правильными, потому что находимся под влиянием социальной информации. Мы живем в культуре, где мужчины обычно занимаются одними вещами, а женщины – другими, где гендерные отличия считаются природными; поэтому мы принимаем гендерные роли и следуем им.

Стереотипные гендерные атрибуты считаются «истинными» не только потому, что их воспринимают как внутренние диспозиции, но так же потому, что общество пришло к единодушному мнению об истинности этих стереотипов. Поведение, в котором присутствуют все черты, в том числе и гендерные стереотипы, всегда производится с помощью умозаключений. Когда факты неоднозначны, «истина» определяется путем социального консенсуса. Таким образом, консенсус одновременно определяет и подтверждает мнения индивидуумов.

В условиях кризиса обостряется конфликт между социальными ролями женщин. Отказ женщины от работы в пользу семьи или безработица существенно сокращает совокупный семейный доход. В тоже время высокая занятость женщины на производстве становится одним из основных факторов снижения рождаемости. В наше время перед женщиной стоит проблема выжить и сохранить семью при создавшейся ситуации. Широко распространенные патриархальные взгляды на место женщины в обществе создают дополнительные трудности. Довольно сложными являются отношения между супругами, между родителями и детьми. Общество не способствует воспитанию у детей уважительного отношения к матери, профессиональной деятельности родителей, необходимости совместными усилиями решать бытовые проблемы. Широко распространяемая наркомания и алкоголизм приводят подчас к невозможности рациональной организации отдыха семьи, использования коллективных форм воспитания подрастающего поколения в сочетании с семейными.

В настоящее время распределение домашних обязанностей не гендерной

основе является симптомом продолжающегося гендерного неравенства и гендерно-ролевой социализации.

Традиционное распределение работ по дому может также способствовать поддержанию низкого статуса женщин. Ребенку очевидно, что человек, работающий весь день и обязанный, вернувшись домой, готовить и делать уборку, имеет более низкий статус, чем тот, кто работает весь день, но кому не приходится выполнять эти обязанности по возвращении домой. Дети могут тогда сделать вывод, что женщины действительно должны находиться в подчиненном положении, иначе они бы не имели этот более низкий статус.

6. Семейные истории и тайны

Психологи утверждают: прошлое семьи присутствует в нашем настоящем и оказывает на него влияние. В нашей жизни могут повторяться приятные или печальные события, которые присутствовали в жизни наших предков.

О бессознательной межпоколенной передаче не говорят, это тайна, которую в семье тщательно скрывают. Иногда о ней запрещено даже думать. *Франсуаза Дольто считала: «все, что замалчивается в первом поколении, второе носит в своем теле». То есть, если тайна существует, но никак не проговаривается, появляются травмы, соматические или психосоматические заболевания.*

Некоторые люди каждый год в одно и то же время испытывают чувство тревоги и подавленности, а отчего, и сами не знают. Но именно в это время, например, когда-то давно умер близкий им человек (дедушка, бабушка, тетя, дядя, брат, сестра), о чем они вовсе не знают и не предполагают.

Тайной обычно становятся: смерти (суицид, передозировка наркотиками), инцест, болезни (наркомания, венерические заболевания, психические расстройства), нетрадиционная сексуальность, развод, душевное заболевание, физический недостаток, разорение... чем больше тайн и недосказанности в семье, тем больше в ней страхов. Тщательно скрываемые от нас секреты и тайны меняют нашу жизнь. О наличии семейной тайны могут указать безотчетные страхи, которые преследуют человека, но которым вроде бы

неоткуда взяться: например, страх болезней, воды, родов, полетов, страх потери близких или смерти в определенном возрасте. Есть смысл попробовать в этом разобраться, возможно, что человек проживает не свои страхи, а страхи кого-то из предков.

Катарина Бейкер (доктор психологии США) и Юлия Гиппенрейтер (доктор психологических наук, профессор МГУ) провели интересное исследование: «Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях». Главным источником собираемых сведений были внуки репрессированных. *Исследование показало, что в тех семьях, где память о репрессированных бабушках и дедушках поддерживалась, внуки выросли в целом более успешными. В семьях, где из репрессии был сделан секрет, внуки ощущали какую-то неприятную смутную тайну, и, как следствие, не привыкли говорить о своих проблемах. В их семьях наблюдается больше разводов и депрессий, чем в тех, которым удалось сохранить открытые связи с прошлым.*

9. Нарушение структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи связано во многом с изменением гендерных ролей. Т. Рил вводит понятие «психологический патриархат», под которым имеется в виду, в отличие от патриархата «социального», *иерархическая система взаимоотношений, в которой нет места любви и нежности.*

«Психологический патриархат» проводит строгое разделение между мужественностью и женственностью: первая связывается с силой, логикой, агрессивностью, независимостью, ориентациями на достижение цели, нечувствительностью, а вторая — со слабостью, эмоциональностью, зависимостью, ориентацией не на результат, а на процесс, сверхчувствительностью. Д.Б.Миллер называет «психологический патриархат» моделью взаимоотношений «доминирования» («*power over*») в отличие от модели сопричастности («*being with*»). *Эта модель помещает субъекта выше или в сторону от его ближайшего окружения вместо того, чтобы рассматривать его как составную часть этого окружения.*

Чувствительность к другим, способность разделять чувства близкого

человека – этого сейчас женщины ждут от мужчин, но подобные свойства, по сути дела, не являются частью мира современного мужчины, которому трудно быть нежным и поддерживать достаточный уровень интимности со своими близкими. Культура воспитывает его как соревнующегося с другими мужчинами и подавляет проявления нежности и заботы. Что значит быть настоящим мужчиной? Заниматься спортом, иметь успех у женщин, уметь дать сдачи, не показывать своих чувств, пить много пива, модно одеваться, много зарабатывать... С детского сада мальчика учат сдерживать свои эмоции (особенно сильные), не показывать, что ему больно, не просить помощи и не заботиться о других самому. Такое сдерживание естественных чувств может оказать травмирующее влияние на развивающуюся личность мальчика, особенно на ее коммуникационные аспекты.

Девочек воспитывают так, чтобы они ориентировались на общение (в частности, в традиционных культурах им разрешается показывать свои страдания), мальчиков же воспитывают так, чтобы они были нацелены на достижения.

Феминистки много сделали для того, чтобы женщины почувствовали себя более свободными от их традиционных половых ролей. Что же касается мужчин, то уже с детства мальчики стесняются проявлять черты, приписываемые противоположной половой роли. *Гендерные проблемы – хороший пример того, как культура и история общества влияют на психологическую специфику внутрисемейных взаимоотношений.* Многими исследователями признается, что российская семья в советское время была контужена неадекватным манипулятивным отношением к ней со стороны государства. Ряд отечественных и зарубежных психологов (Вайнер Х., Дружинин В.Н., Орлов А.Б., и др.) рассматривают как негативное для становления новой семьи обстоятельство, что женатые дети остаются жить с родителями из-за плохих жилищных условий. Однако, как показано в одном российско-американском исследовании (Бейкер К., Гиппенрейтер Ю.Б), *то, что бабушки и дедушки воспитывают внуков по сложившейся у нас в стране культурно-исторической традиции, может иметь и позитивный эффект. В западных семьях, где отделение новой молодой семьи*

от родительской рассматривается как строго необходимое условие ее становления, имеет место ослабление контактов между первым и третьим поколением, что затрудняет, а иногда даже прерывает передачу культурного и психологического опыта. А такой опыт, как показывает психологическое изучение семей, переживших, например, сталинские репрессии, порой оказывается для новых поколений ничем не заменимым.

Как отмечает В.Н.Дружинин, наиболее распространенный вариант приобретения устойчивости советской семьей (в отличие от дореволюционной российской, православно-ориентированной, а также западной модели) – установление жесткой связи доминирования и ответственности: если кто-нибудь из членов семьи получает за нее ответственность, то ему должна принадлежать власть, что, по мнению этого автора, является главным источником конфликтов и в современной российской семье. Православие считало ответственным за воспитание детей в равной степени мать и отца, доминантную же роль женщины в советской семье навязывали советская власть и коммунистическая идеология, по-существу лишив отца основных родительских функций. Поэтому и в современной российской семье женщина часто вынуждена силой обстоятельств «править» безраздельно и полностью.. т.к. мужчина не в состоянии обеспечить семью, нести за нее подлинную ответственность и быть образцом для подражания.

Тема 4. Влияние ряда аспектов психологической культуры на внутри- и внесемейные отношения

Цель: сформировать представление об основных аспектах влияния психологической культуры на внутрисемейные отношения и отношения семьи с окружающим миром.

Задачи:

- рассмотреть аспекты психологической культуры, влияющие на внутрисемейные отношения.
- рассмотреть аспекты психологической культуры, влияющие на отношения семьи с внешним миром.

Содержание темы: Психологическая грамотность родителей как условие развития позитивно окрашенных детско-родительских отношений. Ценностно-смысловой компонент психологической культуры как условие гармонизации внутрисемейных отношений. Рефлексия и внесемейные отношения. Культуротворчество как фактор ослабления напряжённости во внутри- и внесемейных отношениях.

Ключевые понятия темы: фактор влияния, гармонизация семейных отношений, ослабление напряжённости.

Вопросы и задания к практическим занятиям

1. Как психологические аспекты семейной культуры влияют на внутрисемейные отношения?
2. Как психологические аспекты семейной культуры влияют на внесемейные отношения?

Задание для самостоятельной работы

Рассмотрите влияние различных аспектов психологической культуры на внутрисемейные и внесемейные отношения на примере реальной семьи (имеющей детей).

Рассмотрим влияние некоторых аспектов ПКСО на внутри и внесемейные отношения.

1. *Психологическая грамотность членов семьи как условие развития позитивно окрашенных детско-родительских отношений.*

Психологическая грамотность детей во многом обусловлена уровнем психологической грамотности родителей, но только в случае, когда мы говорим о маленьких детях, не включённых ещё в систему иных социальных групп, чем семья.

Если в семье дети уже достигли младшего дошкольного возраста, можно говорить о формировании у них собственной психологической грамотности, обусловленной отношениями как в семье, так и в других социальных группах (детский сад, шоппа сверстников во дворе, коллектив спорт секции или кружка и т.п.). Чем старше дети, тем более существенная разница может существовать между уровнем психологической грамотности у родителей и детей.

Тем не менее, уровень психологической грамотности родителей является отправной точкой для формирования ПГ детей.

Рассмотрим, что понимается под психологической грамотностью.

Психологическая грамотность - способность, умение и навыки грамотно общаться, строить отношения, влиять и противостоять влиянию.

Включает такие сложные навыки, как:

- **грамотное установление контакта** (установление связи): *это когда вы слышите и чувствуете человека, а человек слышит и чувствует вас.*

Контакт помогает не только передавать информацию без потерь, но и эффективно влиять.

- **грамотное возражение,**

Как правильно возражать

1. Помнить, что кроме нашей точки зрения есть еще как минимум точка зрения собеседника.
2. Прежде чем возразить - убедитесь - вы правильно поняли собеседника? Перескажите то, что он сказал своими словами и спросите-правильно ли вы его поняли?
3. Согласитесь с фактом понимания его позиции. Да, я тебя понял.
4. Возразите, сказав, что с вашей точки зрения это не так. Ключевые слова «с вашей точки зрения». Возражая, вы не истину проповедуете, а свою точку зрения.
5. Обоснуйте свое возражение, если вам интересно продолжить разговор. Поблагодарите собеседника - если вам больше неинтересно.
6. Независимо от внешних факторов - сохраняйте внутреннее спокойствие. Ваша позиция это не истина, но и позиция собеседника - тоже. Так что вам всего лишь предлагается новый способ посмотреть на мир. А если так - то зачем нервничать.

В мягкой форме - выражение несогласия с собеседником, в резкой - зачеркивание сказанного смысла, протест против сказанного и высказывание противного мнения. *Психологически грамотное возражение - один из показателей психологической грамоты и культуры*

- **грамотная критика,**

Критика уместна, если у вас есть возможность контакта. Нет возможности контакта - критика бессмысленна.

Критиковать — опасно. Критика опасна в первую очередь эмоциональными срывами, за которыми могут следовать самообвинения и истерики, и все эти опасности прямо пропорциональны величине допущенной ошибки и обидчивости виноватого.

Грамотная критика:

- учитывает необходимость контакта.
- не расстраивает, а *поддерживает*.
- не обидна, а *мотивирует*. Вызывает не желание защититься и ударить в ответ, а благодарность за внимание и желание измениться (или поправить сделанное).
- не ставит в тупик, а подсказывает.

Даже при использовании самых грамотных форм нагрузка критикой должна быть в определенных рамках, превышение которых дает перегруз.

- **грамотное обращение**

Обращение - открытое адресное коммуникативное психологическое воздействие. Формы обращения: предложение, просьба, требование,

настаивание, мольба, вовлечение, соблазнение. Распоряжение, приказ, вопрос, справка.

Исследование психологической грамотности родителей показало, что 85,7% родителей понимают, что унижение достоинства ребенка может привести к серьезному психологическому ущербу — а именно указывались такие ожидаемые последствия, как неуверенность в себе, формирование комплекса неполноценности, неудачи во взрослой жизни, занижение самооценки, подавление личности; 14,3% ожидают, что ребенок вырастет озлобленным, в нем проявятся замкнутость, трусость или садизм; некоторые указывают, что такое обращение приведет к нарушению взаимоотношений ребенка со взрослыми — «неуважению унижающего», потере доверия. Таким образом, основной ущерб, который наносит ребенку унижение его достоинства, большинство родителей справедливо видят в психологической травме. Родители демонстрируют информированность о том, какими последствиями чревато для ребенка унижение его достоинства.

Высокий уровень ПГ родителей способствует формированию и развитию у детей навыков грамотного установления контакта, возражения, критики и обращения, определяя, таким образом, более или менее благоприятную атмосферу в семье, создавая базу для уважительных, культурных, гармоничных отношений как внутри семьи, так и вне её. В таких условиях существуют все предпосылки для формирования доверительных, позитивно окрашенных отношений между родителями и детьми. Кроме того, высокая ПГ формирует личные качества, позволяющие налаживать глубокие личные контакты (любовь, дружба) за пределами семьи.

Ценностно-смысловой компонент психологической культуры как условие гармонизации внутрисемейных отношений.

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ - элементы внутренней (диспозиционной) структуры личности, сформированные и закреплённые жизненным опытом индивида в ходе процессов социализации и социальной адаптации, отграничивающие значимое (существенное для данного человека) от незначимого (несущественного) через (не) принятие личностью определенных ценностей, осознаваемых в качестве рамки (горизонта) предельных смыслов и основополагающих целей жизни.

В диспозиционной структуре личности Ц.О. образуют высший (как правило, осознаваемый - в отличие от социальных установок) уровень иерархии предрасположенностей к определённому восприятию условий

жизнедеятельности, их оценке и поведению как в актуальной (здесь-и-теперь), так и долгосрочной (прежде всего) перспективе

Ориентация человека на определенные ценности возникает в результате их предварительной положительной оценки, которая на ранних этапах развития человека зависит от одобрения родителей или трансляции ими этой ценности.

Очевидно, что ЦО формируются в семье, начиная с момента появления сознания у индивида. И от того, какие ценности будут заложены в сознание ребёнка родителями, во многом зависит система взаимоотношений как внутри семьи, так и вне её. *Если честность, ответственность, доброжелательность, другой человек и его свобода являются ценностью для родителей и детей, можно прогнозировать более гармоничные отношения в семье и за её пределами*, чем в случае, если данные переменные не рассматриваются как ценность. Если свобода, имущество, жизнь другого человека не являются ценностью, вряд ли можно говорить о способности членов семьи строить открытые, психологически здоровые и зрелые отношения друг с другом и с другими людьми за пределами семьи.

Рефлексия.

Рефлексия (от лат. reflexio — обращение назад) — процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний.

Рефлексия в социальной психологии выступает в форме осознания действующим субъектом — лицом или общностью — того, как они в действительности воспринимаются и оцениваются другими индивидами или общностями.

В качественном развитии рефлексивного анализа, лежащего в основе образования рефлексивных ожиданий, наблюдаются следующие *возрастные изменения*:

- 1) Рефлексивный анализ касается в основном отдельных поступков ребенка (9-12 лет) , причем даже в такой форме он проявляется лишь у незначительной части детей.
- 2) Рефлексивный анализ касается характера самого человека. Начиная с 12-13

лет, основным в рефлексивном анализе становятся исследования своего характера, особенностей своей личности.

3) Рефлексивный анализ проводится с самопристрастием, наблюдается всплеск самокритичности, в результате чего выявляются собственные негативные черты характера, аффективные переживания по поводу собственных отрицательных черт (13-14 лет).

4) Рефлексивный анализ касается характера человека, особенностей общения (15-16 лет). При том самокритичность отходит на задний план, отношение к себе спокойное, благожелательное. Различные сложности в отношениях объясняются непониманием окружающих. При переходе от подросткового к раннему юношескому возрасту личностная рефлексия теряет аффективную окрашенность по отношению к “я” человека и проходит на более спокойном эмоциональном фоне.

Глубина и интенсивность юношеской рефлексии зависят от многих социальных (социальное происхождение и среда, уровень образования) , индивидуально-типологических (степень интроверсии-экстраверсии) и биографических (условия семейного воспитания, отношения со сверстниками, характер чтения) факторов, соотношение которых еще недостаточно изучено.

Развитие личностной рефлексии отражается на особенностях Я-концепции в ранней юности.

Семейная рефлексия во многом обусловлена способностью к рефлексии и её глубиной каждого члена семьи. *Способность анализировать и осознавать, «проживать» отношения, оценку, события, поступки, действия даёт потенциал для изменения возникающих в семье трудностей.* Но не только. Сложившаяся традиция семейной рефлексии позволяет семье более осознанно воспринимать внесемейное окружение и, с другой стороны, оценку этим окружением семьи. Способность к рефлексии формируется у детей, в первую очередь, родителями, когда во время становления речи ребёнка и на этапе формирования и наиболее бурного развития когнитивной сферы (в возрасте 1-3 лет) мысли экстерииорируются через рассуждения вслух. Проговаривание вслух того или иного поступка ребёнка показывает ему пути анализа этого

поступка, отражает оценку поступка со стороны значимого другого (взрослого).

Слабое развитие способности к рефлексии препятствует пониманию причин и последствий собственных поступков и желаний, из-за чего ослабляется способность к эмпатии и пониманию поступков другого. Это не может благотворно влиять на внутри- и вне- семейные отношения.

Культуротворчество как фактор ослабления напряжённости во внутри- и внесемейных отношениях.

Под культуротворчеством в семейных отношениях мы понимаем действия по сохранению, изменению, совершенствованию семейных отношений, норм, ценностей.

Важное место здесь занимают *семейные традиции*, которые могут создаваться на каждом этапе существования рода и передаваться из поколения в поколение. Семейные традиции — это та область, в которой может поучаствовать любой член семьи, от мала до велика.

Каждый день сопровождается похожей цепью событий: пробуждение — завтрак -проводы на работу(учёбу)- возвращение домой — ужин — отход ко сну. И каждое событие сопровождается каким-то *ритуалом*. Ритуалы встреч и прощаний мы творим сами...

Потребность в рождении новых традиций связана с индивидуальным опытом, неповторимостью жизненных событий каждой семьи как личности.

Как сохранить супружескую любовь и пронести её достойно по жизни? Как передать детям ценность соединения в браке и ценность семьи вообще? Здесь помогут традиции.

Когда в семье есть традиции, когда каждый член семьи принимает участие в их создании и поддержании (совместная деятельность), легко разрешить конфликтные ситуации, напряжение, неизменно возникающее в круговерти дней. Если же традиций нет, или они очень ригидны, не приемлют изменений и участия каждого члена семьи — ситуация напряжённости может только усиливаться и разрушать семью изнутри.