

## Лекция 2.

### Тема: Динамика супружеских отношений в жизненном цикле семьи.

Семья — это образование, для которого присущи перемены. А.Кроник и Е.Кроник отмечают 6 основных событий, под влиянием которых изменяется линия семейных отношений. Это (по убыванию):

- рождение ребёнка,
- начало работы,
- получение (приобретение) квартиры,
- вынужденная разлука,
- начало совместной жизни,
- ссора с родителями.

Упрочению чувства супружеского МЫ способствуют начало совместной жизни и получение (приобретение) квартиры. После этих событий линия отношений всегда круто идёт вверх. Рождение ребёнка приводит к таким же последствиям в 58% случаев, а в 15- напротив, увеличивает дистанцию между супругами. Три оставшихся события расшатывают семейное МЫ, чаще вызывают отчуждение (Кроник А.А. В главных ролях: Вы, Мы, Он, Ты, Я...).

Как отмечает Столин В.В., семья — это «открытая система, подверженная внешним воздействиям», и по его словам, она «должна учитывать в своём строении всю совокупность различных влияний и добиваться некоторого внутреннего равновесия». Это равновесие достигается специфическим распределением прав и обязанностей, формированием общих планов, выработкой способов общения. Внешние воздействия на семью редко остаются постоянными в течение длительного времени. Они (воздействия) меняются — либо количество их, либо интенсивность, либо последовательность. Семья должна подстраиваться под эти изменения, не застывать в одном виде. Т.о. в семье постоянно происходят разнообразные процессы, способствующие или припятствующие достижению семьёй равновесия. В семье, по мнению В.В.Столина, прослеживается динамический аспект, который проявляется в трёх процессах:

- Ассимилятивный процесс состоит в поддержании устойчивого состояния открытой семейной системы относительно некоторых фиксированных систем отсчёта.
- Аккомодативный процесс состоит в сдвиге самой фиксированной системы отсчёта.
- Адаптивный процесс является поиском баланса между сохранением некоторого устойчивого состояния и изменением семейного функционирования, то есть баланса между двумя первыми процессами.

Эти три процесса характеризуют семью в динамическом аспекте.

Супружеские отношения, как один из феноменов семейной жизни, представляют собой также постоянно развивающееся, динамическое образование. Основными координатами пространства межличностных отношений являются (по Кронику А.А. и Гозману Л.Я.): *статусно-ролевые различия, психологическая дистанция, валентность отношений и свободный или вынужденный способ создания семейной пары.*

#### Рассмотрим структуру и динамичный характер супружеских отношений.

По данным Кроника А.А., чем значимее другой человек, тем отношение к нему имеет больше шансов на долгожительство, т.е. самая могучая и верная основа хорошей семьи — духовное родство супругов, их душевная теплота, внимание к другому. Отношения с наиболее значимыми людьми всегда сопровождаются чувством большой и со временем возрастающей близости. И когда с возрастом проходит молодая страсть, уходит влюблённость, одолевают болезни и подступает старость — выдерживают только духовно спаянные союзы.

В понимании процессов формирования и развития внутрисемейных отношений важную роль играет проблема эмоциональных отношений. Гозман Л.Я. указывает на многоаспектность эмоциональных отношений, аттракции. В современной психологии аттракция понимается как :

- притяжение в физическом смысле, стимулирующее некоторую тенденцию к объединению;
- особенность объекта, способствующая вовлечению человека в совместную с этим объектом активность, что выражает характеристику общения между этим человеком и объектом;
- эмоция, имеющая своим предметом другого человека, установка на другого человека;
- эмоциональный компонент межличностного общения

Развитие эмоционально значимых отношений происходит постепенно. После первого взгляда, первого благоприятного впечатления некоторое связывает с новым знакомым. От встречи к встрече

диалог становится оживлённее, а желание увидеться возникает всё чаще. *Это отношения по типу симпатии.* Для этого периода характерна идеализация партнёра: в нём видят источник для своего личностного роста, его образ прекрасен, он окрыляет, вдохновляет. Положительные, принимающие эмоции видят через увеличительное стекло, а недостатки — через уменьшительное. Молодые люди начинают стремиться к более близкому общению.

Очень большое влияние на аттракцию оказывают самораскрытие, взаимное доверие, удачливость другого человека, сходство установок. Повышает аттракцию улыбка, приветливые манеры. Также возникновению и укреплению симпатии способствуют, по Гозману, такие факторы, как пространственная близость, частота контактов, соответствующая ожиданиям длительность и интенсивность взаимодействия, сотрудничество, не переходящее в соперничество, положительные подкрепления.

Вектор аттракции направлен от симпатии к любви.

**КАК РАЗГРАНИЧИТЬ ЛЮБОВЬ И СИМПАТИЮ (расположение)?**

«Расположение» - более или менее положительная недифференцированная установка, отношение к другому человеку, в котором доминирует оценочный момент.

Любовь — не расположение, а напряжённое влечение к другому, страстное желание быть рядом, заботиться о нём, быть ему нужным, независимо от оценки его качеств. Любимый может и не нравиться, а тот, кто нравится, не всегда любим.

В какой-то момент двое обнаруживают, что уже не могут долго находиться порознь, что события повседневной жизни стали общими, что характеры меняются. Чем крепче становятся психологические узы МЫ, чем прочнее связи, тем больше зависимость друг от друга. В этом своеобразная психологическая ловушка: зависимость может спровоцировать возникновение разъединяющих сил, благодаря которым Я партнёров окажутся сильнее, чем МЫ, а в отношениях наступит стадия отчуждения.

Выбор между близостью и отчуждением возникает постоянно на протяжении семейной жизни — в момент ссоры, напр. Каждый выбор даётся нелегко, и всегда это - выбор вдвоём.

По Кронику А.А. для отношений с не самыми близкими людьми характерно развитие отношений по схеме: «рост — расцвет — увядание». Отношения с самыми близкими строятся по другой схеме — в них нет увядания. Отношения с самыми близкими отличается психологической близостью, взаимной авторитетностью партнёров, положительной эмоциональной окрашенностью. Благодаря умению постоянно возвращаться на высоту близости, несмотря на помехи и трудности во взаимопонимании, благодаря открытости взаимовлияниям и готовности идти навстречу просьбам и желаниям ближнего, не требуя стать «таким, как я хочу» - отношения не стареют, не увядают. Совместная жизнь в этом случае свободна от борьбы за влияния, а если возникают разногласия, то семейное МЫ оказывается сильнее личных Я. Именно поэтому в отношениях с самыми близкими людьми, если они действительно таковыми стали, отчуждение не наступает.

## **ПЕРИОДИЗАЦИЯ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ**

Рассмотрение функций семьи и ее структуры показало, что семейные отношения не могут быть установлены сразу, что семья — не статичное образование, она развивается. Поэтому, обсуждая понятие семьи, необходимо рассмотреть и периодизацию этапов ее развития. Зачастую такая периодизация основана на изменении *места детей в семейной структуре*. Например, Р. Нойберт<sup>1</sup> выделяет этапы жизни вдвоем, жизни после рождения детей, воспитания детей старшего школьного возраста, отделения детей от родителей и воспитания внуков. А. Баркай выделяет семью без детей, семью с малыми детьми, семью с детьми, посещающими детский сад, семью школьника, семью, в которой дети отчасти независимы от родителей, семью, которую оставили дети.

Выделение этапов может быть связано *со статистикой кризисов семьи*. «Установлено, — пишут Ч. С. Гризицкас и Н. В. Малярова, — что в определенные периоды изменения цикла жизни семьи появляется тенденция к кризисам и конфликтам».

С. Кратохвил также указывает, что в жизни семьи есть свои критические периоды, и относит к ним 4—6 и 17—25 годы общей жизни. Эти повторяющиеся периоды семейных кризисов довольно легко связать с изменениями *функций семьи и соответствующими им изменениями в ее структуре*. Обычно такие изменения вызывают большие или меньшие трудности. П. Босс называет их нормативными стрессорами, т. е. трудностями, которые испытывает большинство семей. Он указывает, что на начальном этапе развития семьи возникают трудности взаимного приспособления, трудности отношений с родственниками, а на следующих этапах — трудности организации быта и

воспитания детей. Уточняя и расширяя список нормативных стрессоров, можно было бы выделить характерные для каждого этапа развития семьи трудности и таким образом приблизиться к пониманию содержания этапов. Некоторые сведения о них дает статистика причин разводов. Например, З. Розенталь пишет, что 8% разволившихся молодых супругов (продолжительность брака 0—2 года) мотивировали развод вмешательством в их жизнь родителей, а среди проживших вместе пять и более лет таких было только 0,6%. Своеобразие дальнейшего развития семьи показывает и то, что конфликты из-за эмоциональных отношений как бы вытесняют конфликты из-за воспитания детей. Так, по данным М. Джеймса, на 5—10-м году брака больше всего разногласий между супругами возникает из-за различного отношения к воспитанию детей. На дальнейших этапах развития семьи снова появляются своеобразные причины ее нестабильности, среди которых важное место занимает представление о том, что невозможно возродить супружеские отношения. Так, В. А. Сысенко указывает, что после 25 лет брачной жизни возрастает число разводов, которые мотивируются пьянством мужа (понятно, что очень редко не пьянствовавший ранее мужчина начинает пить в 50—60 лет) или фактическим созданием другой семьи (так же понятно, что отношения, характеризующиеся как другая семья, возникают заметно раньше, чем юридически прекращается ранее бывший брак).

В. Сатир пишет, что *по мере роста каждого члена семейного коллектива* семья должна пройти определенные этапы. Все эти этапы сопровождаются кризисом и повышенной тревожностью, поэтому требуют подготовительного периода и последующего перераспределения всех сил.

- Первый кризис: зачатие, беременность и рождение ребенка. - Второй кризис: начало освоения ребенком человеческой речи.

- Третий кризис: ребенок налаживает отношения с внешней средой, чаще всего это происходит в школе. В семью проникают элементы другого, школьного мира, нового как для родителей, так и для самих детей. Учителя обычно играют те же роли в воспитании, что и родители, и это в свою очередь требует адаптации как со стороны детей, так и родителей.

- Четвертый кризис: ребенок вступает в подростковый возраст.

- Пятый кризис: ребенок становится взрослым и покидает дом в поисках независимости и самостоятельности. Этот кризис часто ощущается родителями как потеря. - Шестой кризис: молодые люди женятся, и в семью входят невестки и зятья.

- Седьмой кризис: наступление климакса в жизни женщины.

- Восьмой кризис: уменьшение сексуальной активности у мужчин. Это проблема не физиологическая, а психологическая.

— Девятый кризис: родители становятся бабушками и дедушками. На этом этапе их ждет много радостей и проблем.

— - И, наконец, десятый кризис: умирает один из супругов, а потом и второй.

Когда три или четыре таких кризиса происходят одновременно, то жизнь становится напряженнее и тревожнее, чем обычно. В. Сатир подчеркивает, что это естественные кризисы, переживаемые большинством людей. Возможно выделение определенных этапов развития семьи *по соответствующим им задачам*.

**Добрачное общение.** На данном этапе необходимо достигнуть частичной психологической и материальной независимости от генетической семьи, приобрести опыт общения с другим полом, выбрать брачного партнера, приобрести опыт эмоционального и делового взаимодействия с ним.

**Брак** — принятие супружеских социальных ролей. Этот этап тесно связан со следующим, но юридические ограничения брака, включение отношений в паре в более широкий контекст отношений, уже поддерживаемых каждым из супругов, и трудности, возникающие при решении указанных задач, для преодоления которых нередко нужна и профессиональная психологическая помощь, свидетельствуют о том, что данный этап имеет свойственные только ему особенности.

**Этап «медового месяца».** Данное название может быть и слишком метафорично, но довольно точно отражает эмоциональные проблемы и задачи деятельности, которые решаются на этом этапе. Среди них следует отметить принятие изменений в интенсивности чувств, установление психологической и пространственной дистанции с генетическими семьями, приобретение опыта взаимодействия в решении вопросов организации каждодневного быта семьи, создание интимности, первичное согласование семейных ролей.

**Этап молодой семьи.** Рамки этапа: решение о продолжении рода — возвращение жены к профессиональной деятельности или начало посещения ребенком дошкольного учреждения. Для данного этапа свойственно разделение ролей, связанных с отцовством и материнством, и их

согласование, материальное обеспечение новых условий жизни семьи, приспособление к большим физическим и психологическим нагрузкам, к ограничению общей активности супругов за пределами семьи, к недостаточной возможности побыть в одиночестве и т. д.

**Зрелая семья**, то есть семья, успешно выполняющая свои функции. Задачи данного этапа определяются созданием новой структуры отношений. Если на четвертом этапе семья пополнилась новым членом, то на пятом она дополняется новой (новыми) личностью. Соответственно изменяются роли родителей. Их возможности удовлетворять потребности ребенка в опеке, в безопасности должны дополняться способностями воспитывать, организовывать социальные связи ребенка.

Этап заканчивается, когда дети достигают частичной независимости от родительской семьи. Эмоциональные задачи этапа можно считать решенными, когда психологическое влияние детей и родителей друг на друга приходит к равновесию, когда все члены семьи условно автономны.

Семья людей старшего возраста. На данном этапе возобновляются супружеские отношения, придается новое содержание семейным функциям (например, воспитательная функция выражается участием в воспитании внуков).

Периодизация развития семьи может быть и иной, но предлагаемый принцип выделения этапов развития — это определение минимальных эмоциональных задач деятельности, свойственных каждому этапу. Задачи, не решенные на предыдущих этапах, неизбежно должны решаться на следующих, а если этого не происходит, семья, как имеющая специфические функции малая группа, не способна их выполнить. Обоснованность такой периодизации подтверждает и то, что для различных задач, решаемых семьей, есть наиболее оптимальные интервалы времени. Здесь также можно отметить, что наличие в семье большего числа детей существенно не меняет предлагаемой периодизации развития семьи. Независимо от их числа, начало четвертого этапа определяет рождение первого ребенка, а окончание пятого — достижение всеми детьми частичной независимости от генетической семьи.

В современной отечественной психологии известна периодизация Э. К. Васильевой, которая выделяет 5 стадий жизненного цикла семьи:

- 1) зарождение семьи до рождения ребенка;
- 2) рождение и воспитание детей;
- 3) окончание выполнения семьей воспитательных функций;
- 4) дети живут с родителями, и хотя бы один не имеет собственной семьи;
- 5) супруги живут одни или с детьми, имеющими собственные семьи.

Э. К. Васильева также исходит из того, что на каждой стадии решаются свои, присущие только этому периоду задачи, соответственно и характеристика каждого периода достаточно специфична.

В зарубежной психологии распространена периодизация жизненного цикла семьи Р. Хилла. Он выделяет:

- стадию монады;
- стадию вступления в брак;
- стадию рождения ребенка;
- стадию проживания с ребенком до подросткового возраста;
- стадию «вылета детей из гнезда»;
- стадию смерти одного из супругов;
- вновь стадию монады.

Обнаруживается, что семьи, живущие в разных социоэко-номических условиях, по некоторым параметрам своего развития схожи. Объяснением данного явления может быть влияние личности на семью и семьи на личность. На это обращают внимание Дороти и Рафаэль Беквары, по мнению которых, есть некоторые общие моменты в развитии семьи и личности в семье. "Они пишут, что личность в семье проходит следующие этапы развития: необрученный человек; брак; рождение; родитель — дошкольника, младшего школьника, подростка, юноши; человек среднего возраста; старик. А семья имеет следующие этапы развития: брак (первый-второй год совместной жизни), ранний период семьи (2—10 лет), средний период (10—25 лет), длительный период (25 и более лет). Первая из предлагаемых периодизаций легко переносится в любой социальный контекст, вторая не всюду будет эмпирически достаточно обоснованной. Но Д. и Р. Беквары предлагают и общий принцип периодизации развития личности в семье и развития семьи. Им можно считать эмоциональное развитие и задачи деятельности, без решения которых невозможно перейти на новый этап развития.

Однако приведенные периодизации имеют отличительные черты, к которым для российской семьи можно отнести:

1) отсутствие сепарации и сегрегации в детско-родительских отношениях;

2) почти неизбежный феномен группового давления на нового члена семьи. На стадии зарождения семьи актуальны проблемы первоначального семейного обзаведения и определения членов семьи в координатах «свой — чужой». Как правило, молодая семья начинает свое существование на территории одной из родительских семей, следовательно, сопровождается приходом в родительскую семью нового члена. Для родителей один из молодой супружеской пары «свой», другой — «чужой». Проживание на «чужой» территории может сопровождаться вмешательством родителей в семейные дела молодых; 3) потенциальная возможность перерастания межличностного конфликта в межгрупповой (межсемейный). На наш взгляд, наиболее удобной для решения прикладных задач психологии семейных отношений является периодизация жизненного цикла семьи М. Эриксона. Согласно этой периодизации выделяются: - период ухаживания;

- брак и его следствия (брачное поведение); - рождение ребенка и взаимодействие с ним; - зрелая стадия брака; - отлучение детей от родителей; - пенсия и старость.

Рассмотрим далее некоторые стадии жизненного цикла (период ухаживания, семья молодоженов, семья в пожилом возрасте) подробнее.

#### ПЕРИОД УХАЖИВАНИЯ

Человек — не уникальное из *живых* существ на планете. Раздвинем рамки человеческой семьи и выглянем за ее пределы. Как у животных, так и у человека имеют место ухаживание, спаривание, постройка гнезда, выращивание детей и освобождение их для самостоятельной жизни.

Существенные отличия человеческих отношений по формированию брачной пары связаны с учетом дальнего родства. В природных условиях медведица не подбирает своей дочери «мужа». У людей же брак по сути является не соединением двух людей, это объединение двух семей, которые оказывают свое влияние и создают сложную сеть подсистем. У людей индивид определяется относительно других людей и подбирает себе партнера с учетом мнения своего значимого окружения.

У животных образование пары зависит от 2 факторов: критически-временного и территориального. Особь в критический период занимает свою территорию и создает пару. Если она этого не успевает, то становится «периферическим» животным (это справедливо как для самцов, так и для самок). Такие животные не защищены. По сути они становятся пасынками природы.

Ухаживание у людей зависит от двух факторов: *фактора времени* и *фактора риска*. Существует определенный возрастной период, в течение которого молодой человек обучается ухаживать, и чем длительнее этот процесс, тем ближе к периферии этот индивид. У него ослабляется (замедляется) развитие социальных, физиологических реакций. Фактор риска связан с избирательным и полимотивированным характером предбрачного поведения.

Люди создают семьи по разным причинам: чтобы уйти из дома, спасти друг друга, завести детей, по любви и др. Вместе с тем ситуация брачного выбора характеризуется двойственностью: с одной стороны, молодой человек остается «ребенком» в своей семье, с другой стороны, он выступает в роли молодожена. Проблема установления близких отношений с людьми не из своей семьи связана с тем, что молодой человек зачастую к периоду брачного возраста не в достаточной мере освобожден от роли «ребенка» в материнской семье. Длительный период выращивания человеческого ребенка позволяет лучше и полнее подготовить его к жизни, но одновременно фиксирует, а то и просто стагнирует детско-родительские отношения. Родители могут подготовить ребенка к самостоятельному сознательному брачному выбору, а могут и запутать в семейных связях навечно.

Молодые люди, так и не освободившиеся от материнской семьи и не создавшие собственной семьи, в человеческом сообществе также оказываются периферийными индивидами. Имеется в виду, что эти люди не оцениваются по критериям «хорошие—плохие», оценка идет по показателям соответствия неким социальным нормам и стереотипам, например: «Взрослый человек обязан иметь семью».

*Психологическая задача предбрачного периода, которую решает каждый молодой человек, заключается в необходимости фактически отделить себя от родительской семьи и вместе с тем продолжать оставаться связанным с ней.*

В некоторых культурах проблема такого противостояния решается таким путем, что родители сами выбирают брачного партнера своему чаду.

По мере подбора партнеров родители становятся важнейшим фактором в процессе принятия решения о браке. В этом смысле можно говорить не о двух, а о трех факторах, влияющих на период ухаживания у человека. Даже современный городской человек весьма зависим в брачном вопросе от мнения родителей. Даже выбор назло родителям — это зависимый выбор. Известен еще выбор «всей семьей», что в большинстве случаев можно трактовать как «невротический» выбор партнера.

Рассмотрим далее **особенности предбрачного периода**. В психологии семейных отношений принято выделять добрачный и предбрачный период. К особенностям добрачного периода относят весь жизненный сценарий человека от рождения до брака. К предбрачному периоду относят взаимодействие с брачным партнером до брака. В предбрачном периоде выделяют предбрачное знакомство и предбрачное ухаживание.

Остановимся несколько подробнее на *предбрачном знакомстве*.

Известна следующая статистика по предбрачному знакомству.

18% молодых людей знакомятся в местах отдыха, 14% — по месту учебы, 17% — на работе, 18,7% — в местах досуга, 7% — живут на одной улице, 8% — познакомились на улице, 2% — живут в одном доме.

Таким образом, преобладающее число знакомств происходит в обстановке, удаленной от реальности: в местах досуга, отдыха, личные знакомства. Большинство таких ситуаций сопровождается «эффектом ореола». В основном молодые люди стараются выглядеть лучше. Это справедливо как в отношении внешнего вида, так и в отношении повествования о себе и своих рассуждений о жизни. В таких условиях происходит общение «масок», которые каждый надевает на себя. Анализ брачных объявлений подтверждает такой расклад. Только 2% брачных объявлений содержат намеки на некие недостатки.

Знакомство до брака различается не только по характеру, но и по длительности. Причем исследователи выяснили, как время предбрачного знакомства влияет на сохранение брачных отношений. Картина здесь такова:

Длительность знакомства	Показатель устойчивости брачных отношений впоследствии (в%)
до 1 мес.	4%
от 1 мес. до 6 мес.	14%
до 1 года	22%
от 1 года до 3 лет	42%
свыше 3 лет	18%

Таким образом, есть некий оптимальный срок развития предбрачных отношений, который коррелирует с успешностью и сохранностью брака. Как слишком короткий, так и слишком длительный период являются факторами риска для устойчивости брачных отношений впоследствии. Короткий период предбрачных отношений недостаточно информативен и не способствует хорошему узнаванию своего брачного партнера. Длительный период ведет к уменьшению сексуальной привлекательности, снижается интерес и новизна межличностных отношений.

Идеальных или нормативных качеств для вступления в брак не выделено. Известно, что в успешном браке могут жить и жадные и глупые люди, и очень образованные и интересные. Однако в отечественной психологии проведены исследования, позволившие отметить *благоприятные* качества для вступления в брак. Благоприятными качествами обозначаем свойства, наличие которых повышает вероятность успешного брака.

К ним относят (как для мужчин, так и для женщин) такие качества:

- оптимизм и эмоциональную живость;
- старательность;
- способность исполнять подчиненные роли при сохранении собственных суждений;
- доброжелательность и участливость;- умение обращаться с деньгами.

Отдельно описывают *качества мужчин, благоприятные для вступления в брак*:

- умение брать на себя ответственность;
- способность получать удовольствие, ведя за собой других;
- уверенность в себе;
- забота о поддержании равенства в общении;
- умение подмечать детали.

Отдельно описывают *качества женщин, благоприятные для вступления в брак*:

- способность к эмоциональной поддержке;
- способность получать удовольствие от помощи другим;
- спокойное отношение к советам (мужа, свекрови);
- отсутствие тенденции к соперничеству;
- отсутствие излишней романтичности.

Предбрачный период является очень важным для понимания всей специфики психологии семейных отношений. Супруги не являются кровными родственниками, они становятся «род-

ственниками» по выбору. В этом смысле необходимо в предбрачный период много сил затрачивать на этот самый выбор, а впоследствии прикладывать немало психологических усилий для его сохранения.

Но вернемся к предбрачному периоду и опишем его функции. К ним относят:

1) накопление совместных переживаний и впечатлений;

2) узнавание друг друга, уточнение и проверка принятого решения. Такая проверка информативна, если она затрагивала домашние ситуации, ситуации переживания совместных трудностей и ситуации объединения усилий. По сути дела, разговор идет о предбрачном «экспериментировании», в ходе которого проверяется функционально-ролевое соответствие партнеров. Исторически место такому эксперименту в предбрачных отношениях было четко отведено, известно оно как по-молвка. К сожалению, в настоящее время такое явление на старте семейной жизни отсутствует. Ему «на смену» пришло предбрачное сожительство, которое недостаточно информативно. Молодые люди бессознательно проверяют свои сексуальные сценарии. Однако сексуальная совместимость не проверяется, а формируется. В этом плане интимная «удача» до брака не является индикатором успешной семейной жизни, в том числе и в сексуальном варианте;

3) проектирование совместной жизни. В его рамках молодые люди моделируют будущую совместную жизнь, заключают своего рода «брачный договор». Ключевым моментом здесь выступает доверие друг к другу и вербализация своих ожиданий.

*Психологические условия оптимизации предбрачного периода* включают:

- рефлексию мотивов, отношений и чувств, как своих собственных, так и партнера;

- замена эмоционального образа избранника на реалистичный;

- осуществление предбрачного информационного обмена, который предполагает выяснение деталей биографии и информирование о прошлой личной жизни, состоянии здоровья, способности к деторождению, о ценностных ориентациях и жизненных планах, о представлениях по поводу супружества и ролевых ожиданиях. В ходе предбрачного информационного обмена складываются подробные психологические портреты молодых людей, особенности родительских семей (состав, структура, характер взаимоотношений родителей, детско-родительских семей). Безусловно, сбор информации не должен превращаться в допрос и следственные действия. Разговор идет о взаимном самораскрытии и доверии друг к другу, когда хочется рассказать о себе, поделиться своей историей, мыслями, чувствами, мечтами. Доверие порождает доверие, утаивание информации или скрытые ожидания могут обернуться в браке источниками сложных проблем. Характер предбрачных отношений обыкновенно переносится в семейную жизнь;

- оценка стиля общения и взаимодействия (устраивает ли?);

- адекватизация уровня притязаний;

- реалистичное восприятие партнера и принятие его;

- мысленное и реальное проигрывание сценариев совместной жизни. Изучение предбрачных отношений послужило основанием для выделения добрачных *факторов риска*. К ним относят:

- ранний возраст брачующихся (в России такой возраст негласно считают — для мужчины до 20 лет, для женщины до 18 лет), ибо он продуцирует многообразие перцептивных ошибок и искажений;

- поздний возраст (для Запада таким возрастом является: для мужчины — 40—45 лет, для женщины — 30—35 лет, для России: для мужчины — 30—32 года, для женщины — 25—27 лет);

- превышение возраста жены относительно возраста мужа;

- наличие у жены более высокого образования;

- городское происхождение;

- гетерогенность статуса;

- социально-демографическая разница в происхождении;

- отсутствие братьев и сестер у жены;

- отсутствие сестер у мужа;

- неустойчивость отношений до брака;

- отрицательное отношение родителей к браку;

- слишком короткий или слишком длительный период знакомства;

- неоптимальные мотивы вступления в брак;

- добрачная беременность;

- наличие друзей противоположного пола у одного из будущих супругов.

Кроме этих, выделяют группу позитивных факторов, влияние которых повышает вероятность успешных и гармоничных отношений в браке, и в целом расцениваются как *прогностически-благоприятные*. К ним относят:

- 1) высшее образование у мужчины;
- 2) оптимальная длительность предбрачных отношений (от 1 года до 3 лет);
- 3) «теплые» отношения до брака;
- 4) сходные черты характера (кроме доминирования и соперничества);
- 5) наличие ролевых ожиданий и их совпадения и согласованность;
- 6) наличие общих друзей будущей семейной пары;
- 7) согласие родителей на брак и их положительная оценка намечающегося союза.

Остановимся подробнее на некоторых аспектах добрачных отношений, связанных с выбором спутника жизни.

Принято различать три модели выбора спутника жизни:

1. *Модель фильтров.* Согласно этой модели выбор партнера представляет собой многоступенчатый процесс. На первой стадии происходит фильтрация по принципу гомогенности, т. е. обнаруживается притягательная сила человека, сходного по расе, происхождению, религиозной и социальной принадлежности. На второй стадии срабатывает фильтр ценностно-ориентационного единства. Симпатия возникает при совпадении ценностей, убеждений, мировоззренческих позиций. На третьей стадии фильтрация происходит по принципу потребностно-мотивационному. Важным для сближения и принятия решения о заключении брака является совпадение базовых потребностей.

2. *Модель максимизации выгоды.* Формирование пары происходит при наличии у партнера максимального количества желаемых качеств. Чем больше совпадений, тем вероятнее становится факт заключения брака именно с этим партнером.

3. *Модель дополнительности.* Притягательным является ситуация, когда противоположный партнер обладает чем-то таким (свойствами, чертами характера, интересами, умениями), чего нет у первого. Такой механизм компенсации срабатывает по принципу комплиментарности. В современной психологии различают три *мотивации на брак*: - *Мотивация на сам факт брака.* Главная движущая сила в этом случае — намерение заключить брак. Порой это происходит под влиянием других при реализации лозунга «Пора!». При этом другой человек является только средством для исполнения заветного желания — жениться или выйти замуж. И в общем неважно, какой именно партнер рядом. Важно, чтобы был и не возражал против заключения брака. Если такого человека поблизости нет — все силы тратятся на его поиски. Сами по себе такие действия не окрашены в негативные тона. Во многих случаях брак стартует именно с этой позиции, и люди, имевшие серьезную потребность в семейной самореализации, долго и счастливо, во всяком случае благополучно живут в браке. Проблемы возникают, когда впоследствии встречается человек, который способен вызвать сильное чувство. Такой вариант даже не рассматривается как психологическая измена: ведь внутренняя убежденность свидетельствует, что законный супруг был всего лишь средством.

- *Мотивация на определенный тип брака.* В этих случаях действуют более уверенные люди, они ориентируются на такого партнера, который способен осуществить их мечты, который соответствует некоему представлению о престижном варианте брачных отношений. В прежние времена для женщины признаком успешного замужества был брак с капитаном дальнего плавания, артистом, дипломатом. Для юноши — брак с дочкой известных людей, начальников. В нынешние времена символом успешного замужества является брак с иностранцем или иностранкой, богатым человеком, фотомоделью. Сам по себе этот факт не несет отрицательной окраски. Дай бог, как говорится, дожить в любви и согласии. Проблемы опять-таки возникают, если в жизни встречается другой или другая. Такие оценочно-сравнительные выборы могут происходить в жизни многократно: всегда можно найти кого-то еще лучше. - *Мотивация на определенного человека.* В этом случае избранник воспринимается как конкретный реальный человек, со всеми слабостями и недостатками. Конечно, могут встретиться и лучше и красивее, но это ничего не меняет. Это был сознательный выбор с установкой на принятие определенного человека и с вытекающей отсюда личной ответственностью *за свои чувства*. К. Г. Юнг в статье «Брак как психологическое отношение» пишет о том, что молодому человеку дана возможность неполного понимания как других, так и самого себя, поэтому он не может быть удовлетворительно осведомлен о мотивах других людей, в том числе и о своих собственных. В большинстве случаев он поступает, как правило, под влиянием бессознательных мотивов.

Бессознательные мотивации по Юнгу имеют как личностную, так и всеобщую природу. Прежде всего это мотивы, вызванные родительским влиянием. В этом смысле для молодого человека определяющим является отношение к матери, а для девушки — к отцу. В первую очередь это степень связанности с родителями, которая бессознательно влияет на выбор супруга, поощряя или затрудняя его. Сознательная любовь к отцу или матери способствует выбору супруга, сходного с отцом или матерью. Бессознательная связанность усложняет выбор и вызывает своеобразные модификации.

Известный психолог А. Б. Добрович выделил группу мотивов, побуждающих человека вступить в брак, которые чаще всего не осознаются. К ним он относит:

- обоюдное актерство, когда молодые люди играют романтические роли;
- общность интересов, когда совпадение интересов, общее увлечение принимают за родство душ;
- уязвленное самолюбие, которое побуждает достичь «заветного» любой ценой, стимулирует азарт и жажду победы через обладание «непокорным»;
- ловушка неполноценности, в которой сливаются воедино установка благодарности и ощущение реализации «последнего шанса»;
- интимная удача, когда успех в сексуальных отношениях

сводится к предвосхищению хорошего брака; - взаимная легкодоступность, что очень привлекает в добрачных отношениях;

- жалость, она же в вариантах вины, долга, воспринимается как «собственная доблесть» и позволяет играть на сцене жизни весьма благородную роль;
- порядочность, когда брак стимулируется мнением ближайшего окружения и ответственностью перед ним;
- выгода, когда человек обретает посредством такого союза пристанище, финансовое и материальное благополучие;
- месть, когда выбор партнера и вступление в брак совершают «назло обидчику»;

- боязнь одиночества, когда брачный союз выступает в роли спасения от своих проблем, от самого себя, от страха будущей жизни.

Данные мотивационные модификации могут быть осознаны, и тогда, при условии, что люди не лукавят сами с собой, намерения их серьезны, а ответственность за семейную жизнь принимается в полном объеме, есть шанс, что брак, стартовавший с этих позиций, может оказаться успешным. По выражению И. С. Тургенева, можно «дожить до любви». Проблема возникает в ситуациях раздвоения мотивов: декларируется одно, как правило, говорят о любви и даже сами начинают в это верить, а реальным побудительным мотивом является другое — актерство, жалость, месть, страх одиночества и прочее.

По-видимому, браков, заключенных по описанным выше основаниям, немало. Причину К. Юнг связывает с искусственной бессознательностью родителей. Он полагает, что если инстинкт не изуродован, то выбор супруга может оставаться свободным от этих влияний, но все же они — раньше или позже — станут ощутимыми помехами. По Юнгу, инстинктивный выбор является наилучшим с точки зрения поддержания рода, но он отмечает, что с психологической точки зрения такой брак не всегда бывает счастливым, так как между инстинктивной и индивидуально развитой личностью зачастую имеется большая разница.

Однако Юнг в целом оптимистичен относительно прогнозов брака, ибо уверен, что большинство браков достигает своего наивысшего психологического предела в биологическом предназначении без ущерба для духовного и морального здоровья. Относительно немногие оказываются в глубочайшем разладе с собой.

*Брак как психологическое отношение*, по Юнгу, имеет ряд особенностей:

1. цель и содержание брака выступают как осознание бессознательных мотивов и влияний;
2. неизбежность создания счастливого брака через превращение бессознательных мотивов в осознаваемые;
3. возможность установления психологических отношений в браке только во второй половине жизни;
4. взгляд на конфликтную атмосферу как неперемное предусловие осознания.

За рамками аналитической психологии исследователи выделяют три большие группы брачных мотивов. В первую группу входят эмоционально-этические мотивы, во вторую — мотивы самореализации, в третью — мотивы долга и обязанности. Вероятно, принятие решения о вступлении в брак определяется всей совокупностью брачных мотивов, просто один из них становится ведущим. Таким мотивом повсеместно является любовь.