

Куфтяк Е.В. Исследование устойчивости семьи при воздействии трудностей



English version: [Kuftyak E.V. The study of family resilience under difficult situations](#)

Костромской государственной университет им. Н.А.Некрасова, Кострома, Россия

[Сведения об авторе](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Представлен теоретический обзор понятия «устойчивость» в психологии. Отдельно рассматриваются подходы к изучению семейной устойчивости. Проведен анализ достижения семьей устойчивости в разных жизненных ситуациях (нормативных трудных жизненных ситуациях, ситуациях стресса «особого» родительства). Выборка исследования – 116 семей с детьми. Построена модель развития семейной устойчивости, включающей осуществление совладания с ситуацией и восстановление функциональности семьи. Выделены и описаны факторы восстановления, участвующие в возвращении семьи к функциональному состоянию в кризисной ситуации.

Ключевые слова: устойчивость, семейная устойчивость, совладающее поведение, копинг, семья с детьми, хронический стресс, факторы восстановления

XXI столетие семейными психологами и психотерапевтами называется веком преобразования семьи и стресса. Существующие на сегодняшний момент в социуме разнообразные семейные формы (неполная семья, «система сводной семьи», как именуют демографы явление совместного проживания, и другие) способствовали изменению традиционного семейного ландшафта. Серьезными социальными проблемами в каждом обществе становятся ответственность за межпоколенческие отношения, забота о пожилых, хронических больных и инвалидах. Эти и многие другие экономические, политические, социальные требования оказывают существенное давление на семью, проверяя ее на прочность и способность восстанавливать силы после перенесенного стресса. Что делает семью устойчивой? Как семье можно избежать распада при воздействии трудностей? Представим и рассмотрим подробнее процесс развития устойчивости семьи.

Проблема устойчивости в психологии

Вопрос о том, почему одни люди лучше справляются с ситуациями риска и угрозы, а другие хуже, возник в научных кругах еще в 1970-х. Зарубежные психологи говорят о «выносливости» (hardiness), «салютогенезе» (salutogenesis), «фортигенезе» (fortigenesis), «стойкости» (fortitude) и др. В основном *устойчивость* рассматривается в контексте психологии личности, выступая фундаментальной характеристикой человека.

В русскоязычной литературе понятие «устойчивость» практически не употребляется. В словаре русского языка «устойчивый» понимается как не подверженный колебаниям, постоянный, стойкий, твердый.

В зарубежной психологии под устойчивостью (*resilience*) понимается процесс, способность,

результат и даже состояние успешной адаптации, несмотря на сложные обстоятельства, угрозу, стресс [Alvord, 2005; Place, 2002]. Устойчивость отражает *способность* поддерживать относительно стабильное равновесие, нормальный уровень функционирования даже в неблагоприятной ситуации.

Р.Мастен выделил три типа результатов устойчивости: 1) позитивный исход, несмотря на факторы риска, 2) компетентное функционирование в ситуации острых и хронических стрессоров, 3) восстановление после травмы. Эта типология подчеркивает, что устойчивость – это нечто большее, чем отсутствие патологии [Ahmed, 2004].

Исследования устойчивости берут начало в детской психологии и психиатрии. Еще в 70-е гг. прошлого столетия ученых и практиков привлек феномен устойчивости у детей группы риска психопатологии и нарушений развития вследствие неблагоприятных генетических или средовых влияний. Внимание психологов было сосредоточено на выявлении доказательств того, что одни и те же проблемы могут иметь различные следствия. Так, М.Раттер [Rutter, 1999] отмечает, что более половины детей, подвергшихся воздействию болезненных событий, независимо от их силы, не испытали на себе негативных последствий, в частности развития у них психических расстройств.

Исследования в этой области перевернули многие негативные представления, а также дефицит-центрированные модели развития ребенка, живущего в неблагополучных условиях. Изначально способность противостоять стрессу рассматривалась как врожденное качество, как чудо, как способность, свойственная уникальным детям, как психологическая броня «неуязвимого ребенка», который, как считалось, подобен «стальной кукле» и неподвластен стрессу [Anthony, 1987]. Постепенно на первый план вышел вопрос о функционировании адаптационных систем человека, которые в случае нормальной работы обеспечивают условия для процесса развития, даже невзирая на трагедии и травмы.

Позднее, с расширением списка изучаемых неблагоприятных факторов, исследователи сходятся во мнении, что воздействие стрессовой ситуации и индивидуальная уязвимость могут быть нейтрализованы совместным влиянием личных качеств, семьи и социокультурного окружения.

Есть дети устойчивые, их много – до четверти, до трети, и устойчивы именно те, у которых родители, друзья, значимые взрослые обладают индивидуальными особенностями, компенсирующими гнет бедности, умеют создавать для детей «противодействующую бедности» среду и т.д. Наиболее известное лонгитюдное исследование устойчивости – это работа Эмми Вернер и Рут Смит на острове Кауаи (Гавайи) с 1955 года по сегодняшний день.

Эмми Вернер, исследуя устойчивость к стрессу [Werner, 1993], наблюдала за судьбой около 700 детей из многонациональных бедных семей работников плантаций на острове Кауаи Гавайского архипелага. Две трети наблюдаемых ими детей к 18 годам оказались неблагополучными: бедствовали, отмечались психические расстройства, пережили раннюю беременность, имели проблемы в школе и с законом. Однако треть детей чувствовали себя вполне адекватно, несмотря на ряд негативных обстоятельств физического характера и окружающей среды. Психику таких детей обозначили как эластичную. Термин «эластичность психики» означает, что на этих детей неблагоприятные обстоятельства жизни не оказывают сколько-нибудь заметного воздействия. Таких детей можно уподобить «куклам-неваляшкам», несмотря на жизнь в ужасающих условиях и в проблемных семьях, они выросли совершенно нормальными. Во взрослой жизни люди с эластичной психикой стали успешными профессионалами, жили в стабильном браке и не имели никаких расстройств.

Результаты исследования устойчивости раскрыли влияние на судьбу человека близких взаимоотношений с друзьями и наставниками (тренерами, учителями), которые поддерживали их начинания, верили в их потенциал и поощряли их в стремлении добиться в жизни как можно большего. Так, неуспешность родителей (родительский алкоголизм, психические заболевания,

семейные нарушения) не предоставила детям возможности использовать потенциал семьи, который можно было бы выявить и развить даже в том случае, когда физическое состояние родителей не позволяло им принимать деятельное участие в судьбе детей.

Системный взгляд дает возможность выйти за рамки системы «родитель – ребенок» и рассмотреть влияние родственников, включая и родных сиблингов, и дальних родственников. Данный подход меняет взгляд на семьи, переживающие стрессовое событие: теперь семья не воспринимается как *разрушенная* и не подлежащая восстановлению, а семья, которая *столкнулась* с жизненными трудностями и во всех ее членах есть потенциал для восстановления и развития.

Устойчивость семьи: основные подходы

Неодинаковая устойчивость семей к сложностям жизни в теориях семьи и концепции стресса и копинга имеет разные объяснения.

Чаще всего говорят об определенном механизме, обеспечивающем достижение успеха, – о копинг-стратегии «решения проблем», о семьях, умеющих справиться с проблемой (ее опознать, проанализировать, выдвинуть версии решения и выделить из них наиболее удачную) [Эйдемиллер, Юстицкис, 1999; Крюкова и др., 2005; Совладающее поведение, 2008]. Одной из первых работ в этой области была монография Р.Хилла [Hill, 1949], в которой автор описал модель семейного кризиса в период длительного отсутствия отца и концепцию копинга семейного стресса. Согласно АВСХ – модели Хилла, – семейные кризисы (X) зависят от следующих факторов: стрессора (А), семейных ресурсов (В), субъективной интерпретации стрессора в семье (С).

В рамках системного подхода к пониманию семьи (теория семьи как системы, системной семейной психотерапии) одним из параметров при описании особенностей функционирования семьи используются семейные стабилизаторы – то, что скрепляет систему, что помогает людям держаться вместе. Они придают семье прочность и стабильность, выступая факторами интеграции семьи. В разные периоды жизни семьи существуют разные стабилизаторы. Выделяют функциональные и дисфункциональные стабилизаторы. Первые способствуют удовлетворению потребностей семьи, другие – препятствуют реализации функций. Стабилизаторы в функциональной семье – общее место проживания, общие деньги, общие развлечения, интерес друг к другу, выполнение общих дел. В дисфункциональной семье – дети, болезни, нарушения поведения [Варга, 2001].

В ряде работ, посвященных преодолению семьей жизненных трудностей, понятие семейной устойчивости рассматривается с точки зрения отдельных членов семьи и семьи как единого целого.

В противостоянии стрессу играют роль не только потенциальные характеристики устойчивости каждого отдельно взятого члена семьи, но и семьи как целостной и функциональной структуры. Жизненные трудности, затрагивающие семью, влияют на каждый элемент внутри ее и на семью как единое целое. Воздействие сложных жизненных ситуаций нарушает функционирование семейной системы, что неизбежно влияет и на благополучие членов семьи и их взаимоотношения, вызывает состояние внутреннего напряжения и дискомфорта, служит источником соматических, нервно-психических и поведенческих расстройств. Однако основные внутрисемейные процессы имеют и противоположное значение: они помогают справиться со стрессом как отдельным членам семьи, так и семье в целом. Эти процессы позволяют семье сплотиться в кризисной ситуации, противостоять стрессу, уменьшить опасность разрушения семьи и оптимальным образом приспособиться к создавшемуся положению вещей.

Попытки описания процесса адаптации, применяемого семьей для приспособления к стрессовым ситуациям, предпринимались рядом исследователей. По мнению Р.Сowan и F.Walsh, устойчивость выступает как адаптивная сила или способность для сохранения баланса в семье, переживающей

кризис, и как потенциальная сила семьи, активирующая гибкость в решении проблем и мобилизацию ресурсов [Cowan, 1996; Walsh, 1996]. Г.И.МакКуббин (1997) исследование устойчивости в семье связал с изучением факторов, определяющих семейную способность адаптироваться, и факторов, определяющих оптимизм семьи или ее способность держаться на поверхности («на плаву»).

По мнению семейных психотерапевтов, критерием функционирования семьи выступает не удовлетворенность, не отсутствие конфликтов или трудностей, а эффективность семейных механизмов интеграции семьи [Эйдемиллер, Юстицкис, 1999]. Наиболее важным для характеристики семьи является то, как семья себя ведет при столкновении с трудной жизненной ситуацией. Трудности и кризисы выступают средством интеграции семьи, а значит, интеграция зависит от способности и умения семьи находить способы преодоления проблем. Способность семьи противостоять трудностям определяется не только индивидуальными особенностями членов семьи, но также и спецификой семейного функционирования. Особенности семейной жизнедеятельности выступают ресурсами социального пространства семьи, а значит, будут определять структуру семейного совладания.

На наш взгляд, особый интерес в этом плане представляет изучение возможностей членов семьи по организации собственного поведения в трудной ситуации как в форме психологической защиты от неприятных переживаний, так и в форме конструктивной активности, направленной на преодоление возникшей трудности. Семья, обладая внутренней организацией и структурой, отвечает как единый организм на внешние и внутренние вызовы, используя механизм совладания с трудностями. Семейное совладание выступает групповым феноменом, выполняющим защитную функцию, и направлено на сохранение стабильности семейных отношений и структуры.

Семейное совладание мы определяем как выбор стратегий более чем одного члена семьи в ответ на переживаемое внутреннее напряжение одного или нескольких членов семьи либо семейную дисфункциональность, способствующих сохранению, восстановлению и/или контролю семейной целостности и последующему развитию семейных отношений [Куфтяк, 2009b, 2010].

Способность семьи противостоять сложностям жизни и восстанавливаться после них, по нашему мнению, выступает проявлением устойчивости семьи. Так, семья, отвечая на трудности, одновременно вынуждена себя защищать и восстанавливать.

Основу устойчивости семьи составляют динамические процессы, формирующие позитивную адаптацию к крайне неблагоприятным обстоятельствам. *Устойчивость семьи мы определяем как процесс, включающий динамическое взаимодействие регуляции семейного функционирования и факторов восстановления, направленный на поддержание относительно стабильного внутреннего равновесия в семье в неблагоприятной ситуации [Куфтяк, 2010].*

Таким образом, анализ теоретических источников показывает, что семейная устойчивость играет позитивную роль и определяется как источник энергии, накопленной для позитивной адаптации. Согласно представлениям о семейной устойчивости семья вынуждена принимать ситуацию и мобилизовать свои ресурсы, с тем, чтобы адаптироваться к обстоятельствам и противостоять им. Устойчивость выступает как процесс адаптации, применяемый семьями для приспособления к стрессовым ситуациям.

Организация, выборка и методы исследования

Исследование, осуществляемое под руководством автора с 2002 г., направлено на изучение и идентификацию совладающего поведения в семье как регулятора, действующего в системах семейных отношений (супружеской, детско-родительской, сиблинговой), для обеспечения устойчивости и сохранения ее целостности.

В контексте высказанных выше представлений теоретического анализа мы предположили, что достижение семейной устойчивости осуществляется с помощью регуляции поведения семьи и способа согласования стратегий/стилей совладающего поведения, особенностей семейных отношений, качеств личностной зрелости членов семьи и характеристик семейного функционирования.

В настоящем исследовании приняли участие 116 семей с детьми. Участие в обследовании принимали оба супруга. Выборка включала: 75 семей с детьми с типичным развитием (норма развития) в возрасте от четырех до шестнадцати лет; 41 семью, воспитывающую детей с различными нарушениями развития (глубокая недоношенность в сочетании с органическим поражением ЦНС, умственная отсталость, задержанное развитие, нарушение зрительной функции) в возрасте от двух месяцев до девяти лет. Появление ребенка в семье с низким реабилитационным потенциалом, а следовательно, с неблагоприятным прогнозом в развитии, создает трудную жизненную ситуацию, нарушая семейное функционирование и приводя к неудовлетворению, что в совокупности приводит к возникновению хронического стресса.

Предпочитаемые супругами копинг-стратегии диагностировались с помощью опросников «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Н.С.Эндлера, Дж.А.Паркера (адаптация Т.Л.Крюковой, 2001), «Супружеский копинг» М.Боуман (адаптация Е.В.Куфтяк, 2007, [Куфтяк, 2009а]).

Для изучения особенностей супружеских, детско-родительских отношений использовались опросник «Рольные ожидания партнеров» (РОП) А.Н.Волковой, опросник удовлетворенности браком (ОУБ) В.В.Столина и др., опросник «Особенности общения между супругами» Ю.А.Алешинной, опросник родительских установок (PARI) Е.С.Шафер, Р.К.Белл (адаптация Т.В.Архиреевой), опросник «Методика исследования ролевых паттернов отношения к Другому взрослому человеку» (МИРП) Ю.В.Александровой.

Критерии социально-психологической адаптированности личности изучались с помощью шкалы социально-психологической адаптированности (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда (адаптация Т.В.Снегиревой, 2002).

Для изучения параметров семейного функционирования использовались шкала семейной сплоченности и гибкости (FACES – III) Д.Олсона и др. (адаптация А.Г.Лидерса, 2006), методики «Климат в семье» К.Ханссона (адаптация Е.В.Куфтяк) и «Карта-схема оценивания семьи как коллектива» М.С.Резниковой (1975).

Обработка данных проводилась с использованием пакета статистических программ SPSS 15.0.

Для изучения процесса устойчивости семьи мы использовали следующий методический прием: первоначально провели корреляционный анализ между показателями выбора стилей / стратегий совладающего поведения и семейных отношений (удовлетворенность браком, семейные ценности, ролевые паттерны, родительские установки, межличностное общение между супругами). На следующем этапе был проведен корреляционный анализ связей между показателями семейных отношений и адаптации семьи и ее членов.

Результаты и их обсуждение

Корреляционный анализ показателей в группе семей с детьми с нарушениями в развитии

Первоначально обратимся к анализу связи между показателями выбора стилей / стратегий совладающего поведения супругами и семейных отношений (см. рис. 1). Выбор родителями *избегающего* поведения в проблемных ситуациях связан с высоким уровнем ощущения самопожертвования в родительской роли и проявлением раздражительности и вспыльчивости в

отношениях с ребенком. Доминирование жены в вопросах семейной жизни связано с более частым выбором супругами стратегии, ориентированной на *конфронтативное* решение проблем.

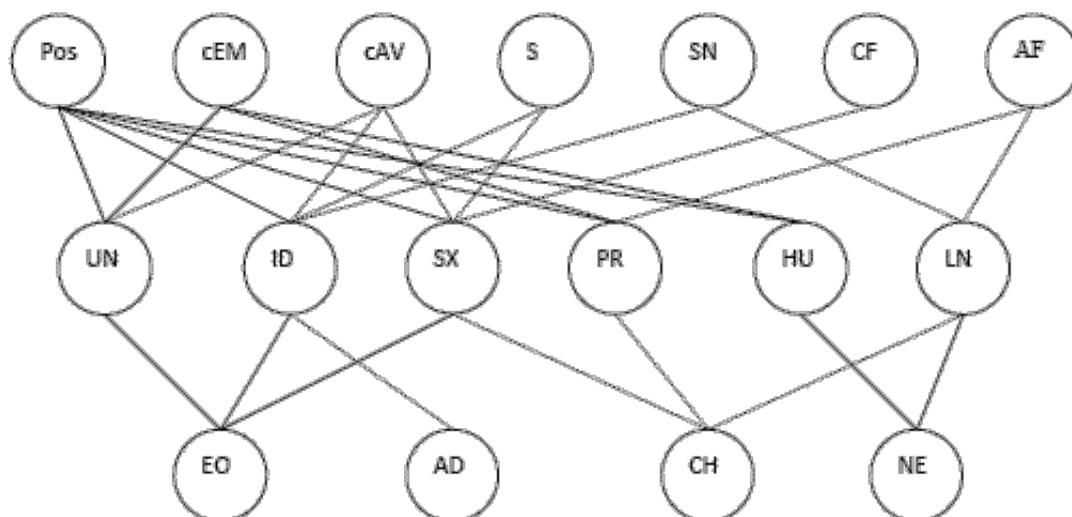


Рис. 1. Схема связей между показателями стилей, стратегий совладающего поведения и шкал РОП, «Особенности общения между супругами», FACES – III, «Карта-схема оценивания семьи» и «Семейный климат».

Pos – позитивность, cEM – эмоционально-ориентированный копинг, cAV – копинг, ориентированный на избегание, S – самообвинение, SN – эгоизм, CF – конфликтный стиль, AF – избегание, ID – шкала значимости личностной идентификации с супругом, SX – шкала значимости сексуальных отношений в браке, PR – шкала значимости для супругов родительских функций, HU – шкала значимости хозяйственно-бытовой организации; UN – взаимопонимание между супругами; LN – сходство во взглядах супругов; EO – эмоциональное единство; AD – семейная адаптация; CH – сплоченность; NE – близость.

Низкий уровень удовлетворенности браком, свидетельствующий о семейном неблагополучии, связан с *эмоционально-ориентированным* разрешением проблем и уходом от социальных контактов (*социальное отвлечение*).

Высокие значения по шкале *Невротические паттерны супружеского отношения*, означающие проявление неуважения к ребенку и недоверие его возможностям, связано с использованием родителем при столкновении с трудностями *избегающего* стиля. Высокое значение по шкале *Невротические паттерны супружеского отношения*, указывающее на существующие трудности в отношениях с партнером и потерю взаимопонимания между ними, снижает возможности *проблемно-ориентированно* подходить к трудностям и ориентирует супругов на *избегание* трудностей.

Вместе с тем было обнаружено, что высокие значения по шкале *Отношение к партнеру по браку «хорошего семьянина»*, свидетельствующие о наличии понимания, уважения и удовлетворения в отношениях между супругами, соотносятся с позитивно-ориентированными стратегиями совладания с трудностями – *планированием решения проблем, положительной переоценкой* и отказом от *эмоционального* разрешения проблем. Выявленные связи указывают на существование потенциальных возможностей семьи в развитии ее устойчивости.

Так, обнаруженные связи свидетельствуют о том, что родители детей с нарушениями в развитии, проживая в хроническом стрессе, не удовлетворяя свои основные потребности (невозможность установления полноценных супружеских отношений, постоянное нахождение с ребенком, неудовлетворенность родительством), дистанцируются от трудностей и оказываются неспособными

решать проблемы.

Корреляции критериев личностной зрелости – незрелости с показателями выбора совладающего поведения в большинстве своем отражают связь негативного отношения к себе и к окружающим с выбором неконструктивных стилей / стратегий, склонностью к эмоциональному разрешению проблем. Так, непринятие себя родителями, имеющими детей с отклонениями в развитии, скорее всего обусловленное чувством вины, снижает возможность обращения к *проблемно-ориентированному копингу* и *поиску социальной поддержки*. Конфликтные отношения с другими у родителей отрицательно коррелируют с выбором *конфронтативного копинга* и отказом от выбора *социального отвлечения*.

Среди корреляционных связей необходимо отметить и наличие ресурсности у родителей. Так, высокие показатели принятия себя связаны с низким выбором *эмоционально-ориентированного копинга* и более частым обращением к *положительной переоценке*. Высокие значения показателя внутреннего контроля связаны с *проблемно-ориентированным* разрешением трудностей, что свидетельствует о возможности разрешения проблем родителями при самоконтроле своего поведения и эмоций.

На следующем этапе нас интересовали корреляционные связи между показателями семейных отношений и семейного функционирования.

Склонность родителей к самопожертвованию и проявление ими раздражительности, доминантная позиция матери в семейной жизни, непринятие ребенка (*невротические паттерны родительского отношения*) и отсутствие взаимопонимания между супругами (*невротические паттерны супружеского отношения*) сочетаются с низким уровнем адаптивности родителей. Непринятие супругами себя, ориентация на внешний контроль, конфликтность и отсутствие эмоциональной привязанности в браке (*удовлетворенность браком*) соотносится с высоким уровнем дезадаптированности родителей. Доминирование матери в семье и отсутствие понимания между супругами (*невротические паттерны супружеского отношения*) связаны с нарушением последовательности и путаницей в семейной жизнедеятельности (*хаос*). Самопожертвование в роли родителя, непринятие себя и неудовлетворенность браком вносят дисбаланс в семье по шкале сплоченности, но понимание и удовлетворение отношениями между супругами могут иметь обратную силу – повышать сбалансированность семьи по шкале сплоченности.

Итак, в семьях, воспитывающих детей с нарушениями в развитии, было выявлено нарушение процесса развития устойчивости семьи. Родители неспособны предотвратить трудности активными копинг-действиями, они не могут их разрешить. В выявленных связях между показателями выбора стилей / стратегий совладающего поведения супругами и семейных отношений отмечается рассогласованность и отсутствие компенсации. Семья оказывается неспособной адекватно переносить трудности, справляться с ними и, как следствие, восстанавливаться. Семейные ценности, удовлетворенность отношениями, привязанность, ролевая согласованность выступают важными составляющими развития процесса устойчивости, обеспечивающими способность семьи отвечать на стресс и восстанавливаться после него.

Корреляционный анализ показателей в группе семей с детьми с типичным развитием

Вначале рассмотрим полученные связи между показателями выбора стилей / стратегий совладающего поведения супругами и показателями семейных отношений (см. рис. 2). Так, в группе родителей детей с типичным развитием было установлено, что если для супругов важны внимательные, заботливые и теплые взаимоотношения и взаимопонимание, схожесть взглядов супругов, сексуальные отношения с партнером и исполнение родительских обязанностей, то ими не используются стратегии избегания трудных ситуаций (*копинг, ориентированный на избегание, эгоистичный стиль, избегание*) и они не склонны проявлять агрессивные усилия (*конфликтный*

стиль) в решении проблем.

Необходимо отметить, что связи с активным решением проблемы (*проблемно-ориентированным копингом*) не было обнаружено. Больше количество связей установлено с позитивным подходом в разрешении трудностей семьи (*позитивность*). Проявление супругами позитивной стратегии с помощью привязанности супругов друг к другу, совместного общения и поддержки повышают личностную общность супругов, взаимопонимание между супругами и их сексуальную гармонию, активность в роли родителя и в ведении домашнего хозяйства, а следовательно, способствуют успешному функционированию семейной структуры в целом.

Использование супругами фокусирующейся на эмоциях стратегии (*эмоционально-ориентированный копинг*) психологического преодоления переживаний и негативного состояния соотносится с взаимопониманием между ними, активным участием в воспитании детей и ведении домашнего хозяйства. Эмоционально-ориентированный стиль совладания согласно современным исследованиям рассматривается как стиль, используемый в неразрешимых ситуациях, что ставит под сомнение продуктивность его использования [Совладающее поведение, 2008]. Вероятно, эмоциональное отреагирование – это та цена, которую платят супруги за активное включение в те сферы, которые отличают семью от других групп.

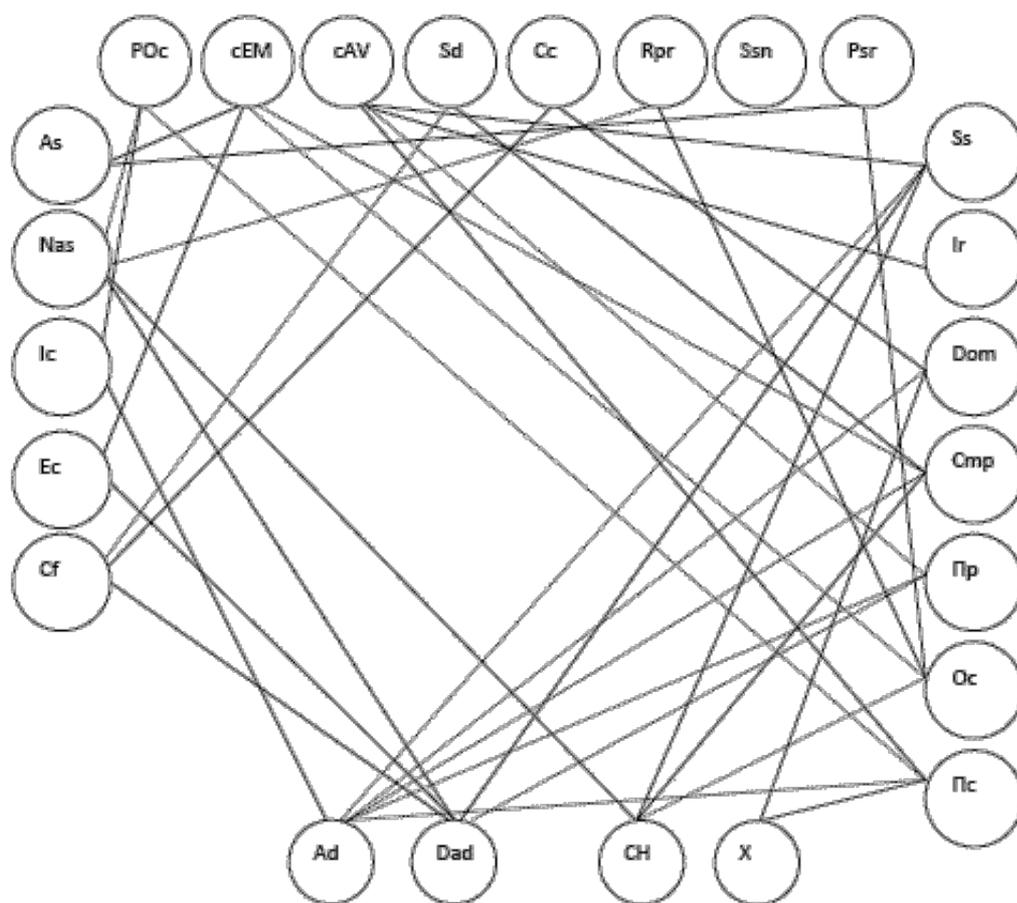


Рис. 2. Схема связей между показателями стилей, стратегий совладающего поведения и шкал СПА, МИРП, PARI, ОУБ, FACES – III и «Климат в семье».

POc – проблемно-ориентированный копинг, cEM – эмоционально-ориентированный копинг, cAV – копинг, ориентированный на избегание, Sd – социальное отвлечение, Cc – конфронтативный копинг, Rpr – планирование решения проблемы, Ssu – поиск социальной поддержки, Psr – положительная переоценка, As – принятие себя, Nas – непринятие себя, Ic – внутренний контроль, Ec – внешний контроль, Cf – конфликт с другими, Ss – шкала ощущения самопожертвования в роли родителя, Ir – шкала раздражительности и вспыльчивости родителя, Dom – шкала доминирования матери, Cmp – удовлетворенность браком, Pr – невротические паттерны родительского отношения;

Ос – отношение к партнеру по браку «хорошего семьянина», Пс – невротические патерны супружеского отношения; Ad – адаптация, Dad – дезадаптация, СН – сплоченность; X – хаос.

Так, результаты, полученные на этом этапе анализа, свидетельствуют о том, что стабильность семейных отношений, ориентация на ценности родительства и личностной идентификации с партнером, активность в бытовой сфере, значимость сексуальной интимности, понимание между супругами, позволяет супругам обращаться к позитивному способу решения проблем, а значит, быть более адаптивными при переживании трудностей.

Обратимся к анализу корреляций показателей семейных отношений и семейного функционирования. Полученные данные показывают, что взаимопонимание между супругами, ценность личностной идентификации с партнером и ориентация на интимно-сексуальные отношения повышают эмоциональное единство семьи (позитивный настрой, эмоциональную стабильность и единение) и способствуют функциональности семьи – сбалансированности по шкале адаптации. Сходство взглядов супругов, ориентация супругов на интимно-сексуальные отношения и родительство повышают сбалансированность семьи по шкале сплоченности. Ориентация на значимость бытовой организации и схожесть взглядов супругов в разных вопросах способствуют установлению близости в семье.

Таким образом, позитивность супругов в разрешении трудностей определяет качество семейных отношений (наличие взаимопонимания между супругами, значимость интимно-сексуальной, родительской и хозяйственной сфер), а последнее, в свою очередь, способствует успешному функционированию семьи как целого.

Заключение

Таким образом, способность семьи противостоять трудностям включает: а) осуществление собственно *совладания* с ситуацией и б) группу *факторов восстановления*, которые в сочетании с навыками совладания играют особую роль в развитии способности семьи справиться с трудностями (см. рис. 3). Совладание семьи выступает *регулятором* отношений в ней и ее функционирования. Факторы восстановления участвуют в *адаптации* семьи и облегчают ее возвращение к норме в кризисной ситуации. Факторы восстановления позволяют ей как «приходить в норму» (или *восстанавливаться*) и *приспосабливаться* в ситуациях кризиса, так и испытывать дезорганизацию и нарушения функционирования. Достижение определенного уровня адаптации происходит в результате сочетания копинг-усилий с факторами восстановления. В качестве результата семейной устойчивости можно рассматривать семейное благополучие (успешное функционирование семьи) или плохое приспособление (дисфункциональность семьи).

Полученные в исследовании результаты позволили выделить и описать факторы восстановления, участвующие в динамических процессах при возникновении стрессовых ситуаций.

1. *Структурно-организационные особенности семьи*. Внутрисемейные процессы играют большое значение в преодолении трудностей. В процессе теоретико-эмпирического исследования мы пришли к пониманию, что семьи, с учетом семейного развития, создают внутренне отрегулированный набор общих и разделяемых членами семьи общих ценностей, ожиданий и правил, служащих ориентиром и формирующих главные области функционирования семьи: супружеские отношения, отношения «работа – семья», воспитание детей и межпоколенные взаимодействия. Этот общий набор ценностей и правил играет важную роль как фактор восстановления, способствующий установлению гармонии и равновесия в ситуации семейного кризиса.

Наличие в семье отрегулированных норм и взаимоотношений упорядочивает внутрисемейные процессы, в том числе и взгляды на кризисные ситуации. В кризисных ситуациях по мере осознания

и принятия грядущих перемен происходит переоценка существующих отношений и реорганизация разных структурных отношений, а значит, в соответствии с новыми условиями создается «новое» чувство «нормальности» – функциональности.



Рис. 3. Схема развития семейной устойчивости.

2. *Взаимное единство в системе супружеских отношений.* Устойчивые семьи обладают общей системой супружеских ценностей. Единство ценностей, взглядов и интересов супругов, взаимопонимание и ориентированность на сохранение установок в супружеской паре дает ощущение гармонии в паре. В системе супружеского единства проблема будет восприниматься как общая, что порождает и общие усилия по ее преодолению.

3. *Активная родительская позиция.* Дети, как наиболее уязвимые члены семьи, более подвержены негативному влиянию стрессовых ситуаций. Дети тонко улавливают напряженность в семейных отношениях, угнетающую и тревожную обстановку. Детям в ситуации переживания семьей стресса необходимо чувство постоянства, безопасности и предсказуемости.

4. *Поддержка семьи и чувство самоуважения* (для семей с детьми с нарушениями в развитии, больными детьми). Семьи, находящиеся в изоляции, теряют веру в себя, смысл существования и надежду на будущее. Таким семьям необходимо чувствовать постоянную поддержку окружения, чтобы верить в возможность преодоления трудностей. Усилия родителей в получении поддержки от общества и друзей, а также развитие чувства собственного достоинства и уверенности важны в улучшении психоэмоционального состояния ребенка с отклонениями в развитии.

5. *Уверенность в себе* (принятие себя). Укрепление веры в себя, уверенности и ощущения своего «Я», познание своих сильных сторон («Я это могу») помогает противостоять чувствам безысходности и вины, проявлять решительность при столкновении с трудностями повседневной жизни.

В заключение хотелось бы подчеркнуть, что семейная устойчивость выступает той силой, которая помогает семье выстоять под действием трудностей, ведет ее к изменению функционирования в целом. Она поддерживает функционирование семьи, когда необходимы изменения или приспособление в ответ на действие внешних и внутренних угроз, когда требуется решение проблем. Рассмотрение устойчивости семьи связано с исследованием групповых феноменов, которые выполняют защитную функцию, сохраняют стабильность отношений и структуры, что приближает нас к пониманию модели семейного копинга.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда,

[Литература](#)

Варга А.Я. Системная семейная психотерапия: Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001.

Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. СПб.: Речь, 2005.

Куфтяк Е.В. Адаптация опросника «Супружеский копинг» // Вестн. С.-Петербур. ун-та. Серия 12, Социология и Психология. 2009а. Ч. I, вып. 3. С. 246–253.

Куфтяк Е.В. Совладающее поведение супружеской пары: субъектный подход к изучению // Субъектный подход в психологии / под ред. А.Л.Журавлева и др. М.: ИП РАН, 2009б. С. 409–421.

Куфтяк Е.В. Психология семейного совладания: монография. Кострома: Изд-во КГУ, 2010.

Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А.Л.Журавлева и др. М.: ИП РАН, 2008.

Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 1999.

Ahmed R., Seedat M., van Niekerk A., Bulbulia S. Discerning community resilience in disadvantaged communities in the context of violence and injury prevention // South African Journ. of Psychology. 2004. Vol. 34, N 3. P. 386–408.

Alvord M.K., Grados J.J. Enhancing resilience in children: a proactive approach // Professional psychology: research and practice. 2005. Vol. 36, N 3. P. 238–245.

Anthony E.J., Cohler B.J. (Eds.). The invulnerable child. New York: Guilford Press, 1987.

Cowan P.A., Cowan C.P., Schultz M.S. Thinking about risk and resilience in families // Stress, Coping, and Resiliency in Children and Families / ed. by E.Hetherington, E.A.Belchman. New Jersey: Erlbaum, 1996. P. 1–38.

Hill R. Families under stress. New York: Harper and Row, 1949.

Place M., Reynolds J., Cousins A., O'Neill S. Developing a resilience package for vulnerable children // Child and adolescent mental health. 2002. Vol. 7, N 4. P. 162–167.

Rutter M. Resilience concepts and findings: Implications for family therapy // Journ. of family therapy. 1999. Vol. 21. P. 119–144.

Walsh F. The concept of family resilience: crisis and challenge // Family Process. 1996. Vol. 35. P. 261–281.

Werner E.E. Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study // Development and Psychopathology. 1993. Vol. 5. P. 503–515.

Поступила в редакцию 10 октября 2010 г. Дата публикации: 20 декабря 2010 г.

Куфтяк Елена Владимировна. Кандидат психологических наук, доцент (ученое звание), доцент кафедры специальной психологии, Костромской государственной университет им. Н.А.Некрасова, ул. 1 Мая, д. 14, 156001 Кострома, Россия.

E-mail: elena.kuftyak@inbox.ru

[Ссылка для цитирования](#)

Куфтяк Е.В. Исследование устойчивости семьи при воздействии трудностей [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 6(14).

URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421000116/0053.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в реестре ФГУП НТЦ "Информрегистр".]

[К началу страницы >>](#)