

СЛЕПКОВА ВАЛЕНТИНА ИВАНОВНА (кандидат
психологических наук, доцент)
БГПУ, Минск, Беларусь

СЕПАРАЦИОННЫЙ КРИЗИС КАК НЕНОРМАТИВНЫЙ КРИЗИС СЕМЬИ

Динамика семейной системы обнаруживает себя в прохождении семьей закономерных стадий жизненного цикла. Функционирование здоровой семьи предполагает решение типичных для каждого стабильного периода задач развития. При переходе семьи с одной стадии жизненного цикла к последующей возникают нормативные кризисы семейной системы. Эти переходные периоды жизненного цикла наполнены неопределенностью и тревогой, преодоление которых требует изменения, как правило, всех основных параметров семейной структуры: иерархии, эмоциональной сплоченности, внутренних и внешних границ, семейных ролей. Эти кризисы – неизбежные спутники семейного развития. Именно в эти периоды семейная система, проявляя действие закона гомеостаза, сопротивляется изменениям, стремится сохранить привычные паттерны взаимодействия. Именно эти периоды возникают семейные трудности и проблемы, а также перепроверяются семейные ресурсы, отбираются и возникают новые стратегии преодоления, необходимые для успешного развития семьи. В противном варианте, когда семейная система обнаруживает ригидность, неготовность и неспособность к переструктурированию, семья перестает развиваться. Семейные проблемы хронифицируются, межличностные отношения осложняются. Нормативный кризис семейного развития приобретает признаки ненормативности.

Результаты эмпирического исследования семейных факторов нарушения пищевого поведения (НПП) у девушек позволили выделить те условия, при которых нормативный кризис эмоционального отделения детей от родительской семьи приобретает характер ненормативности. Данные медицинских и психологических исследований показали, что начало заболевания нервной анорексией и нервной булимией приходится на подростковый или юношеский возраст. Это не только переходный период от детства к взрослости, это еще и кризис в развитии семейной системы, который можно обозначить как сепарационный кризис [1].

На этапе сепарации взрослеющих детей наиболее чувствительными к ригидности/изменчивости семейной системы оказываются эмоциональная дистанция и границы.

Неотъемлемой стороной взросления ребенка в семье является процесс эмоционального освобождения от родительского влияния: постепенный переход от изначально симбиотических отношений (родитель-ребенок) к паритетным (взрослый-взрослый). Этот процесс имплицитно включает в себя изменение эмоциональной дистанции в детско-родительских отношениях, проявление, выстраивание границ, очерчивающих личностное пространство ребенка. Принятие автономности и самостоятельности ребенка родителями и освобождение взрослеющих детей от эмоциональной зависимости от собственных родителей – это две взаимосвязанные стороны сложного эмоционального процесса, который неизбежно возникает в семье. Это нормативный кризис семейной системы, который описывает эмоциональные процессы, происходящие между поколениями родителей и детей [2]. Родители переживают процесс расставания с повзрослевшим ребенком, уходящим в самостоятельную жизнь. Это важный этап становления личности взрослеющего ребенка, который влечет за собой большое количество как физических, так и личностных изменений. Это и кризисный период жизненного цикла и кризисное событие жизненного пути семьи, когда напряжение в семейных отношениях возрастает, стабильность семейной системы нарушается.

Признаками конструктивного разрешения сепарационного кризиса семейной системы являются:

- сохранение эмоциональных связей между родителями и детьми,
- выстраивание гибких границ в отношениях между детьми и родителями,
- признание родителями автономии, личностного пространства ребенка, его права на иное мнение;
- приоритетность супружеских отношений над родительскими функциями;
- уважение детей к авторитету и советам родителей;
- принятие детьми ответственности за собственные решения.

В родительских семьях девушек с нарушениями пищевого поведения сепарационный кризис превращается в ненормативный кризис семейного функционирования. Симптоматическое поведение дочери выполняет морфостатическую функцию в семье, поддерживая сопротивление семейной системы к переходу на следующий этап жизненного цикла семьи.

НПП можно рассматривать одновременно и как симптом притязаний взрослеющих девушек на автономность и самостоятельность и как симптом дисфункциональности семейной системы, нарушения эмоциональной дистанции в отношениях между членами семьи.

Согласно эмпирическим данным, в таких семьях между родителями чаще всего складываются конфликтные либо отчужденные отношения [1]. При отчужденных отношениях существует большая эмоциональная дистанция между супругами, отсутствует эмоциональная близость. В случае конфликтных отношений негативное влияние друг на друга увеличивает дистанцию в супружеской паре, позволяя на некоторое время преодолеть взаимозависимость. В обоих случаях в отношениях между супругами присутствует напряжение, что, в свою очередь, служит основой для процесса триангуляции как одного из способов стабилизации супружеских отношений путем включения в отношения родителей ребенка (в частности дочери).

Вовлечение ребенка в отношения родительской диады с целью образования коалиции становится средством, которое помогает им совладать с низким уровнем самоуважения, уменьшает тревогу, позволяя избегать прямых коммуникаций во взаимодействии. Процесс триангуляции проходит центральной линией при объяснении дисфункциональности семей с нарушениями пищевого поведения у детей. Образование патологических треугольников является характеристикой эмоциональных процессов, которые протекают в семье. Симптоматическое поведение ребенка регулирует супружеские отношения родителей, снижает напряжение в семейной системе.

В случае с нервной анорексией происходит эмоциональное сближение членов семьи, возрастает эмоциональная «спутанность» в семейной системе, еще более затрудняющая процесс взросления болеющего ребенка. Девушки с нервной булимией обнаруживают тенденцию к эмоциональному разрыву с родительскими фигурами. В семьях наблюдается эмоциональное отчуждение, увеличение эмоциональной дистанции в отношениях родитель – ребенок. Суть такого поведения – прекращение контактов с родителями, искусственное дистанцирование от них при сохранении эмоциональной зависимости.

Родители часто не замечают и игнорируют изменения в поведении и настроении их взрослеющих детей. Они объясняют нарушения пищевого поведения у дочери, как «дурь в голове», «просто захотела стать красивой», а некоторые и в период болезни довольно критично и жестко выражают свое мнение, «что надо быть худой». Нарушения пищевого поведения рассматривается только как болезнь ребенка, но в нем не усматривается симптом нарушенного семейного взаимодействия.

Собственное участие в развитии психического расстройства родители отрицают: утверждают, что все необходимое для ее жизни они делают.

Нормативный сепарационный процесс превращается в ненормативный кризис развития семьи. Он проявляется:

- в устойчивом невнимании или отрицании родителями признаков взросления детей, их потребности в автономии;
- в попытках членов семьи (как родителей, так и детей) отодвинуть во времени решение проблем сепарации, связанных с регуляцией эмоциональной дистанции в отношениях и признанием внутрисемейных границ;
- в инфантильности детей, нежелании и страхе отделения от родительской семьи;
- в обесценивании детьми компетентности родителей;
- в демонстрации псевдовзрослости и самостоятельности через отношение к еде;
- в игнорировании родителями супружеских отношений, слиянии границ между супружескими и родительскими подсистемами, приводящее, порой, к жертвенности родителей во имя здоровья ребенка.

В организации психотерапевтической помощи девушкам с НПП целесообразно использование семейной терапии, поскольку отношение ближайшего окружения к болезни, наличие семейной поддержки выступает одним из необходимых условий для выздоровления. В процессе работы с семьей крайне важно осознание всеми членами семьи и прежде всего родителями, что изменение дисфункциональных способов семейной коммуникации является необходимым условием успешного выздоровления.

Цель семейной психотерапии: реорганизация взаимодействия родителей и взрослеющих детей на этапе сепарационного кризиса.

Можно выделить два этапа в психотерапевтической работе: предварительный и основной. Первый этап направлен на разрешение биологических и поведенческих проблем – нормализация веса, прекращение переедания и искусственной рвоты, диетических ограничений, ориентированных на контроль массы тела. На данном этапе психотерапевтические интервенции минимальны, направлены на поддержку, установление терапевтического контакта, формирование установки на лечение [3].

Мишени основного этапа работы:

- определение функционального значения симптоматического поведения детей для семейной системы;
- выявление патологических треугольников в родительских семьях;

- обучение членов семьи выстраиванию прямых коммуникаций, открытому выражению потребностей, чувств, мнений;
- осознание и принятие родителями неизбежности возрастных изменений у дочери;
- принятие девушками ответственности за свое взросление, формирование у них реального образа себя в настоящем и будущем;
- изменение внутрисемейных границ путем определения оптимальной эмоциональной дистанции в семье в связи с взрослением дочери;
- установление гибких и четких границ внутри и между супружеской, родительской и детско-родительской подсистемами.

Критерием эффективности психологической помощи семье является осознание и использование личностных и семейных ресурсов для разрешения сепарационных проблем.

Список литературы

1. Ильчик, О.А. Межличностное взаимодействие в родительских и прародительских семьях девушек с нарушениями пищевого поведения: Дисс. ...канд. психол. наук, 19.00.05 / О.А. Ильчик. – Минск, 2015. – 123 с.
2. Слепкова, В.И. Сепарационный кризис семейной системы: методология исследования и психотерапевтическая помощь / В.И. Слепкова, О.А. Ильчик // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: сборник научных статей VI Междунар. науч.-практ. конф.; под ред. Н.А. Кравцовой. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2016. – С. 359–368.
3. Боуэн, М. О процессах дифференциации своего «Я» в родительской семье / М. Боуэн // Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика; под ред. К. Бейкер, А.Я. Варги. – М.: Когито-Центр, 2005. – С. 81–106.