

УДК [316.6:159.922.7]-055.5

ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ В СИТУАЦИИ НЕНОРМАТИВНОЙ РЕОРГАНИЗАЦИИ СЕМЬИ
HELPING A CHILD IN A SITUATION OF ABNORMAL FAMILY REORGANIZATION

Ворошилина И.В.

БГПУ (г. Минск, Беларусь)

Voroshilina I.V

BSPU (Minsk, Belarus)

Аннотация: статья о том, как кризисная ситуация в семье, повлекшая ее последующую реорганизацию (от первичной к смешанной), задает направления (конструктивное или деструктивное) развития ребенка, формирует приобретаемые им в процессе преодоления кризиса и посттравматического роста личностные характеристики, и какую помощь может оказать специалист для нивелирования негативных последствий кризисного события и повышения уровня психологического благополучия ребенка в повторном браке родителей.

Resume: the article is about how the crisis situation in the family, which led to its subsequent reorganization (from primary family to stepfamily), sets the direction (constructive or destructive) of the child's development, forms the personal characteristics acquired by him in the process of overcoming the crisis and post-traumatic growth, and what help a specialist can provide to level the negative consequences of a crisis event and increase the level of psychological well-being of a child in the remarriage of parents.

Ключевые слова: кризис, кризисная ситуация, посттравматический рост, первичная семья, развод, неполная семья, повторный брак, смешанная семья, психологическое благополучие, психологическая помощь.

Key words: crisis, crisis situation, post-traumatic growth, primary family, divorce, incomplete family, remarriage, stepfamily, psychological well-being, psychological assistance.

Кризис как поворотный пункт в истории жизни человека, испытание на прочность морально-волевых качеств, раскрытие ресурсных сторон личности в ходе преодоления трудностей и решения актуальных жизненных задач.

Есть два основных варианта выхода из кризиса:

1) *конструктивный* – связан с увеличением адаптационных возможностей личности, приобретающей в результате активного взаимодействия с кризисом новый жизненный опыт, сделавший ее взрослее;

2) *деструктивный* – развивается, если выход из кризиса не найден, что затягивает подавленное эмоциональное состояние и подталкивает к уходу от ситуации (например, в психосоматическое заболевание) [1].

Рассматривая развод как кризисную ситуацию, влекущую за собой рост напряжения внутри и вне семейной системы, выходящую за рамки привычного опыта, в которой нет готовых адаптивных моделей поведения, предполагается, что событие вызывает потрясение у ребенка и изменение его мировосприятия. Развод – не только потеря целостности первичной семьи, уменьшение или утрата контактов ребенка с близкими людьми (родителем, который уходит из семьи, прародителями и друзьями семьи с его стороны), но и разрушение базовых иллюзий относительно устройства мира [5].

Опыт потерь, хоть и оставляет болезненный след из переживаний, но при успешном преодолении кризисной ситуации закаляет дух и способствует посттравматическому росту. Последний предполагает три экзистенциальные данности: 1) признание факта: жизнь непредсказуема, учит терпимости к переменам; 2) психологическую вовлеченность – понимание себя: мысли, эмоции, поведение связаны друг с другом, формирует лояльность к личностной гибкости; 3) осознание себя как действующей силы, ответственной за собственный выбор и последствия этого выбора.

Все это меняет ребенка:

- в *мировоззренческом плане*: иначе начинает смотреть на жизнь и проживать ее, философски относится к сожалениям, разочарованиям, дистрессам как неотъемлемой части жизни;

- в *личностном*: более реалистично оценивает себя, с юмором относится к неудачам и трудностям, приобретает мудрость, способность к сочувствию, осмысленность жизни и способность ею управлять;

- в *социальном*: устанавливает глубокие и наполненные смыслом взаимоотношения [3, 4].

Под ненормативной реорганизацией семьи подразумевается структурно-функционально-ролевая трансформация из первичной в неполную, а затем в семью повторного брака. Каждый этап таких изменений наполнен значимыми событиями,

переживаниями этих событий и отношением к новым реалиям жизни в семье, складывающимся в процессе взаимодействия всех ее членов.

Первостепенной задачей для ребенка становится обучение эффективному функционированию в изменившихся (не всегда благоприятных) условиях семейной среды и обращение испытываемого стресса себе на пользу. Последствия стресса зависят от индивидуальных способов реагирования на него и жизнестойкости как способности к самостоятельному существованию, развитию и выживанию, управлению собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами.

В *первичной семье* ребенок обеспечен, как правило, заботой и вниманием со стороны родителей, поддержкой и советами в трудных ситуациях взросления, эгоцентричен, больше направлен на внутренние переживания относительно видения своего места в мире и статуса в значимом социальном окружении (среди взрослых, сверстников, лиц противоположного пола). Его психологическое благополучие определяется больше индивидуальными характеристиками, чем внешними факторами социальной и семейной среды.

В *неполной семье* ситуация меняется: ребенок из-за объективной занятости оставшегося родителя получает меньше внимания, материальных и моральных ресурсов, но, с другой стороны, и больше самостоятельности при решении возникающих перед ним жизненных задач, делегирование ответственности в выборе форм общения, поведения и взаимоотношения с другими людьми. Психологическое благополучие ребенка в большей степени зависит от факторов социальной среды (школы, кружков по интересам, дружеского общения и др.).

В *ситуации повторного брака* ребенок вновь перенаправлен от периферии к центру семьи. Много личностных ресурсов тратится не на самореализацию (учебные, спортивные, творческие достижения) и саморефлексию (поиск своего предназначения в мире, выбор будущей профессии, формирование идентичности и др.), а на участие в функционально-ролевом переструктурировании семейной системы, формировании новой семейной идентичности (выработку правил поведения в семье, семейных ритуалов и традиций, отсеивания старых и принятие новых форм взаимодействия и общения), отстаивании своих прав и свобод при возникновении разного рода конфликтов (с родителями, отчимом/мачехой, сводным сиблингом, новыми родственниками из расширенной семьи). Именно семейный контекст больше влияет на психологическое благополучие ребенка, чем его индивидуальные характеристики или социальные факторы.

Под *психологическим благополучием* понимается интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью (П.П. Фесенко) [6].

При *конструктивном реагировании на изменения*, произошедшие с семейной системой, ребенок из смешанной семьи, в отличие от сверстников из первичной, отличается большей целеустремленностью, самостоятельностью, ответственностью и психологической зрелостью. Учится не идеализировать, но и не обесценивать взрослых, договариваться, отстаивая при этом свои интересы, прислушиваться к окружающим, но полагаться на самого себя, не бояться ошибок и не пасовать перед трудностями, принимать жизнь такой, какая она есть, не загадывать на будущее, а жить настоящим. Такой ребенок более восприимчив к чувствам других, ценит близкие доверительные отношения, поддержку друзей, серьезней относятся к браку и выбору партнера в будущем. И в большей степени направлен на социум, чем живет интересами семьи [2].

При *деструктивном сценарии развития семейных событий* ребенок может быть глубоко травмирован ситуацией распада первичной семьи, возможно, чересчур поспешным вступлением родителя в повторный брак, в связи с отсутствием объяснений со стороны взрослых, неожиданностью произошедшего кризисного события, отсутствием поддержки со стороны сиблингов или родственников из расширенной семьи. Ощущает одиночество и ненужность своего существования в жизни обоих родителей. Такой ребенок растерян, беспомощен, а потому уязвим и зависим от окружающих, чрезмерно поглощен происходящими процессами в семье, может быть склонен к девиантному поведению, суицидальным мыслям и нуждается в своевременной помощи.

Психологическое сопровождение в этом случае осуществляется по следующим *направлениям*:

- помощь в отреагировании негативных эмоций и улучшении психосоматического здоровья личности;
- повышение стрессоустойчивости и жизнестойкости ребенка в кризисных ситуациях;
- стимулирование личностного роста, самостоятельности, осознанности и ответственности за жизненные выборы;

- улучшение самоотношения, принятие себя как личности, самоценной, уважаемой и уникальной, повышение уровня психологического благополучия;
- развитие толерантности и эмпатии при оценке окружающих;
- налаживание стабильных, удовлетворяющих отношений с обоими родителями;
- выстраивание уважительных взаимоотношений с неродным родителем (отчимом или мачехой) и сводными сиблингами;
- поддержание доверительных поддерживающих отношений с членами всех прародительских семей (отца, матери, приемного родителя).

Практические рекомендации специалисту по работе с ребенком из смешанной семьи:

1. Обучать эффективным навыкам общения с членами семьи и конструктивного разрешения семейных конфликтов с помощью многократного моделирования ситуации и стимулирования ребенка добиваться желаемых результатов по ослаблению негативных аффектов и усилению позитивных поведенческих реакций со стороны родного или приемного родителя.

2. Учить ребенка открытой коммуникации со взрослыми, выслушиванию без оценок и скоропалительных выводов о личности родителя, но с учетом конкретной ситуации, не бояться ошибок, ставить себя на место другого в конфликте. Прояснять недопонимание и недомолвки, чтобы избежать неверных суждений о поступках друг друга.

3. Помогать отслеживать сильные негативные эмоции (обиду, гнев, тревогу, ревность, стыд, вину), осознавать с чем они связаны и насколько рационально обоснованы, отреагировать приемлемым способом. Учить говорить о своих чувствах (негативных и позитивных). Проявлять терпение и внимание к чувствам близких, не унижать их достоинство. Принимать других и себя таким, какой есть, не драматизировать события. Развивать нетребовательность и терпимость в отношениях, учиться сопереживать друг другу. Доверять и прислушиваться к своим потребностям, не забывая про нужды других.

4. Привлекать ребенка в совместное выполнение семейных дел, создание семейных ритуалов и традиций, к участию в семейных мероприятиях и увлечениях, к налаживанию новых общих контактов с социальным окружением. Учить проявлению заботы и поддержки по отношению к членам смешанной семьи, вместе с тем принятию ее от других, для повышения семейной сплоченности.

5. Обучать ценить посильный вклад каждого члена семьи и свой собственный в укреплении семейных взаимоотношений, с уважением относиться к родителям и сиблингам. Выполнять посильные для себя роли в семейном функционировании.

6. Восстанавливать и укреплять контакты ребенка с ушедшим из семьи родителем, членами расширенной семьи. Учить не брать на себя ответственность за решение проблем родителей, не становиться посредником в конфликте между взрослыми, а позволять им самим выстраивать конструктивное взаимодействие.

7. Помочь ребенку в принятии себя, повышении самооценки, самоконтроля и саморегуляции, стрессоустойчивости, умении управлять социальной средой, принимая ответственность за жизненные выборы и их последствия. Стимулировать стремление к личностному росту, осознание и планирование осуществления желаемого. Обучать жить не прошлым, а получать удовольствие от настоящего и с верой в хорошее будущее, свое и семьи повторного брака.

8. Поощрять проявление ребенком самостоятельности в выполнении дел, решении жизненных задач и налаживании контактов с окружающими, поиске друзей. Инициировать открытость миру и его возможностям, реализацию себя в различных сферах жизнедеятельности.

Литература

1. Василюк, Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – Москва : Моск. гос. ун-т, 1984. – 200 с.

2. Ворошилина, И.В. Проблемы семьи повторного брака: причины возникновения и пути решения / И.В. Ворошилина // Диалог. – 2018. – № 5. – С. 9–21.

3. Джозеф, С. Что нас не убивает. Новая психология посттравматического роста / Стивен Джозеф [пер. с англ. И. Ющенко]. – Москва : Карьера Пресс, 2015. – 352 с.

4. Психологический код выживания: монография / Л.А. Пергаменщик [и др.] ; под науч. ред. Л.А. Пергамещика ; Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина, Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка. – Брест : БрГУ, 2015. – 262 с.

5. Пономарева, И.М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие / И.М. Пономарева. – Санкт-Петербург : СПбГИПСР, 2014. – 197 с.

6. Фесенко, П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01 / П.П. Фесенко; Рос. гос. гум. ун-т. – Москва, 2005. – 24 с.

УДК 159.9

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АУТОАГРЕССИВНОГО
ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕННОЙ СЕМЕЙНОЙ СИСТЕМОЙ
RECOMMENDATIONS FOR PARENTS ON THE PREVENTION OF AUTO-AGGRESSIVE
BEHAVIOUR IN ADOLESCENTS WITH DYSFUNCTIONAL FAMILY SYSTEMS**

Жарков А.В.

БарГУ (г. Барановичи, Беларусь),

Zharkov A.V.

BarSU (Baranovichi, Belarus)

Аннотация: В данной статье представлены результаты исследования аутоагрессивного поведения подростков с разной семейной структурой. На основании проведённого исследования нами были представлены рекомендации для родителей в целях профилактики аутоагрессивного поведения у своих детей.

Ключевые слова: аутоагрессия, подростковый возраст, семья, семейная структура.

Abstract: This article presents the results of a study of auto-aggressive behaviour in adolescents with different family structures. On the basis of the conducted research we presented recommendations for parents in order to prevent autoaggressive behavior in their children.

Key words: autoaggression, adolescence, family, family structure.

Семья является первой социальной ситуацией развития подростка, основной социальной системой для формирования его личности, но и первичной группой, травмирующей ребёнка, формирующей деструктивность его поведения.

Каждая семья имеет свою структуру, основанную на иерархии и паттернах взаимодействия между членами семьи. Позиция взрослого члена семьи (его лидирующее или подчинённое положение), а также позиция ребёнка может определять формы поведения