

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФАЗ ТА КРИЗ РОЗВИТКУ СІМ'Ї**

*Шулдик А.В., канд..психол.наук, ст..викладач кафедри психології*

*Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

*Шулдик Г.О., канд. .психол. наук, доцент кафедри психології Уманського*

*державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

*Бахрамова Назіра, студентка I курсу факультету іноземних мов*

*Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

*Чайиргулієва Абадангозел, студентка I курсу факультету іноземних мов*

*Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

### **Анотація**

У статті йдеться про фази та підфази розвитку сім'ї, про кризи, які переживає сім'я та їх ознаки. Описано методики для діагностики та корекції кризових станів сім'ї, подано результати їх впровадження.

### **Ключові слова:**

фази, кризи розвитку сім'ї, малюнок сім'ї, тренінг

### **Annotation**

**The article deals with the phases and sub-phases of family development, about the crises experienced by the family and their signs. Methods for diagnosing and correcting family crisis situations are described, and the results of their implementation are presented.**

### **Keywords**

phases, crisis of family development, picture of family, training.

Аналізуючи роботи різних психологів щодо психологічних особливостей розвитку сім'ї, ми можемо стверджувати, що майже кожний з них намагається перш за все визначити основні фази розвитку сім'ї та їх

особливості [1,2,6,7,8]. Проаналізувавши праці різних вчених, ми можемо виділити такі фази розвитку сім'ї та певні підфази:

Перша фаза. “Період знайомств, побачень”. Основною особливістю цієї фази є те, що індивідуальний і сімейний розвиток в цей період звичайно ж не є роздільними, проте в той момент, коли молода людина вступає в пошуки партнера по життю, її батьківська родина переживає етап послаблення емоційних зв'язків з нею.

Щоб успішно пройти цю фазу, молоді люди повинні розв'язати такі проблеми як – формування ідентичності, досягнення хоча б часткової емоційної та фінансової незалежності від своїх батьків, заняття адекватного віку статусу, розвиток навичок піклування та привабливості партнера.

Отже, в даній фазі можна виділити підфази:

- а) період пошуку партнера по життю;
- б) побачення; детальне знайомство один з одним;
- в) виявлення сумісності характерів;
- г) планування спільного майбутнього.

Друга фаза “Фаза без дітей”:

- а) адаптація до умов сумісного життя; життя без батьків;
- б) визначення обов'язків;
- в) планування майбутньої сім'ї з дітьми.

Третя фаза “Народження дітей і взаємодія з ними”:

- а) народження першої дитини – адаптація до нових взаємозв'язків, нових умов взаємодії;
- б) період розподілу обов'язків з виховання дитини;
- в) підготовка дітей до школи;
- г) період часткового першого покидання дитиною рідного дому – “дитина – першокласник”;
- д) дитина – школа – діти;
- е) випуск дитини з школи.

Четверта фаза – “Фаза стабілізації”

Особливістю цієї фази є звикання сім'ї до типового стану стосунків між всіма членами, тому найменші зміни на цьому етапі розвитку сім'ї будуть важко сприйматися.

П'ята фаза “Діти покидають дім”:

- а) період виховання дитини – підлітка;
- б) етап участі у виборі майбутньої професії дитини;
- в) вибір супутника життя дитини;
- г) дитина покидає сім'ю.

Шоста фаза “Порожнє гніздечко”:

- а) остання дитина покидає сім'ю;
- б) розлучення з улюбленою професією (вихід на пенсію);
- в) “два сивих голуба”

Також розгорнуту картину сімейного життя можна подати з урахуванням “історичності” сім'ї, коли виокремлюються такі фази сімейного життя [12]:

- 1) залицяння;
- 2) життя без дітей (від початку проживання до народження першої дитини,
- 3) експансія(від народження першої дитини до останньої);
- 4) стабілізація(період виховання дітей до того моменту, коли перша дитина покидає сім'ю);
- 5) діти назавжди залишають батьківський дім (остання дитина залишає сім'ю);
- б) хтось із подружжя залишається один після смерті іншого.

Отже, кожна фаза має свої особливості, свої проблеми, які відрізняють її від всіх інших, проте з такою впевненістю ми можемо сказати, що кожний етап розвитку сім'ї вимагає однаково відданого та серйозного підходу подружжя.

Криза сімейного розвитку – це психологічний стан сім'ї, що супроводжується депресивністю, незадоволеністю сімейними стосунками,

складним вирішенням проблем особистісного та міжособистісного характеру та пов'язаний з переходом сім'ї з однієї фази розвитку в іншу [3].

Розглянемо групу *закономірних криз розвитку сім'ї*:

1. Криза першого року шлюбу. Психологи відзначили цікаву закономірність: як тільки ставиться штамп в паспорті, обидва молоді дружина і чоловік прагнуть побудувати своє сімейне життя за зразком своїх батьків. “Притирання” характерів може відбуватися достатньо хворобливо для обох, але цей процес неминучий. Головне, що слід запам'ятати для цієї кризи – поступаючись, залишайтеся собою.

2. Криза трьох-чотирьох років шлюбу. Звичайно в цей період в сім'ї вже з'являється дитина, і криза пов'язана з втомою батьків, а також з тим, що їм часто важко звикнути до нової соціальної ролі. Також саме на 4 рік сумісного життя приходиться чергова трансформація любові, від пристрасної закоханості вона переходить до ніжності та прихильності.

3. Криза семи років шлюбу. В цей час в сім'ї вже все налагоджено: побут, стосунки, спілкування, робота. Статистика свідчить, що на даному етапі сімейного життя ініціаторами розлучення найчастіше стають жінки. Чоловік і дружина вже давно переситилися один одним. Саме в цей період вони можуть заводити зв'язки на стороні. Але чоловік не може швидко і легко зруйнувати те, що у нього є, чоловік дуже цінує свою працю, свої зусилля, – дружина може недоотримувати від нього ласки, уваги і єдиним виходом вона вважає екстрим у стосунках.

4. Криза чотирнадцяти років шлюбу. “Сивина в бороду, біс в ребро”, – так говорять про чоловіків, які, проживши в міцному шлюбі більше десяти років, починають активно шукати інших жінок для стосунків, і навіть іноді кидають сім'ю. Ось подружжя і помінялися ролями, оскільки жінка в цей час, навпаки, дуже цінує своє сімейне вогнище.

5. Криза двадцяти п'яти років сумісного життя. Діти вирости, кар'єра досягнута. А що далі? Багато людей в цей період втрачають сенс життя. Дорослі діти турботи не вимагають. Внуків ще немає. На роботі готуються до

вашого виходу на пенсію. Все це веде не до розлучення як такого (важко перекреслити разом двадцять п'ять років), але до фактичного розпаду шлюбу. Найчастіше це відбувається з тими парами, хто бачив сенс життя і сумісного існування тільки в дітях. Але ж спочатку вони познайомилися, полюбили один одного і одружилися зовсім не заради дітей. Діти – лише один з етапів сімейного життя. Вони приходять у ваше життя та йдуть з нього в своє власне. Багато людей все життя мріють про свободу, але, отримуючи її, не знають, що з нею робити. Подумайте, про що ви мріяли, чим хотіли зайнятися.

Психологи описали такі симптоми кризи:

- 1) зменшується прагнення подружжя до інтимної близькості;
- 2) подружжя більше не прагне подібатися один одному;
- 3) всі питання, пов'язані з вихованням дітей, провокують сварки і взаємні докори;
- 4) чоловік і дружина погано розуміють (або взагалі не розуміють) почуттів один одного;
- 5) майже всі вчинки і слова партнера викликають роздратування;
- 6) немає потреби ділитися з партнером своїми проблемами і радощами.

Традиційно сімейні конфлікти розглядалися як негативне явище, яке відіграло лише дестабілізуючу роль. Наслідки такого конфлікту – це погіршення стосунків, руйнування психологічного клімату в сім'ї і, як кінцевий результат, розпад сім'ї. У процесі розвитку сім'ї відбувається адаптація сімейних партнерів до кожного нового етапу стосунків у сім'ї. Отже, конфлікт відіграє стабілізуючу роль у тому разі, коли члени сім'ї прагнуть усвідомити існуючі розбіжності, знайти єдність у поглядах і позиціях [13].

Для діагностики та корекції кризових станів у сім'ї нами використані різні методи. Це метод опитування, тест “Малюнок сім'ї”, “Кінетичний малюнок родини” з інструкцією “намалювати родину, де всі зайняті своєю

звичайною справою”, тест “Тривожність” (Р.Темпл, М.Доркі, В.Амен); тест “САН” (оцінка самопочуття, активності та настрою) [4,5].

Так, в ході інтерпретації малюнків ми спробували з’ясувати зміст намальованого дитиною, її почуття до окремих членів родини, чому дитина не намалювала когось з членів родини. Ми уникали прямих запитань, не наполягати на відповіді, тому що це могло ініціювати тривогу, захисні реакції. Часто продуктивними виявляються питання проективного характеру (наприклад, “Якби замість пташки була намальована людина, то хто б це був?”, “Хто б виграв у змаганнях між братом і тобою?”, “Кого мама покличе йти з собою” і т.п.). Для інтерпретації також треба знати: вік обстежуваної дитини; склад її родини, вік братів і сестер; відомості про поведінку дитини в родині, дитячому садку й школі.

При виконанні завдання оцінюється наявність або відсутність спільних зусиль у тих або інших ситуаціях, які зображені, яке місце займає сама дитина, що виконує тест і т.д. Наявність сильного штрихування, маленькі розміри часто свідчать про несприятливий фізичний стан обстежуваного, ступінь напруженості, скутості й т.п., тоді як великі розміри, застосування яскравих колірних відтінків часто говорять про зворотнє: гарний настрій, розкутість, відсутність напруженості й втоми. За малюнками також можна виявити особливості внутрішньосімейних стосунків і емоційне самопочуття обстежуваного в родині за ступенем прояву позитивних емоцій у членів родини, ступенем їхньої близькості (стоять поруч, взявшись за руки, роблять щось разом або хаотично зображені на площині аркуша, далеко розташовані один від одного, сильно виражені негативні емоції й т.д.).

При інтерпретації результатів слід звертати увагу на випадки, коли досліджуваний малює більшу або меншу родину, чим вона є насправді (автори методики вважають, що це вказує на функціонування певних захисних механізмів, – чим більша розбіжність, тим більша незадоволеність існуючою ситуацією).

Методика “Малюнок сім’ї” доступна й зручна в застосуванні в умовах психологічного консультування, має важливе значення із погляду вибору тактики діяльності психолога-консультанта з психологічної корекції міжособистісних стосунків, тому що дає уявлення про суб’єктивну оцінку дитиною своєї родини, свого місця в ній, про її стосунки з іншими членами родини. У малюнках діти можуть виразити те, що їм важко висловити словами, тобто мова малюнка більше відкрито й щиро передає зміст зображеного, чим вербальна мова. У роботі з підлітками й старшокласниками застосовується також так званий “Кінетичний малюнок родини” з інструкцією “намалювати родину, де всі зайняті своєю звичайною справою”.

Результати нашого опитування молодих сімей вказують та такі основні причини сімейних сварок: погані житлові умови (27%); неекономні витрати одним із подружжя (26%); різне розуміння щодо розподілу домашніх справ на “чоловічі” і “жіночі” (24%); безвідповідальне, втручання батьків у їхні стосунки (22%); несерйозне ставлення до виконання подружніх обов’язків (18%); зрада або ревності (17%); егоїзм (14 %); надмірна втома або нездужання, хвороби (18%); різні погляди на події, які відбуваються у суспільстві (14%); нелюбов до дитини (8 %).

Після впровадження тренінгових занять серед батьків, ми отримали значні зміни в позитивному напрямку. Вже через рік нами вдалось досягнути на 7, 84 % більше збереження шлюбів, які перебували у стані розлучення, на 36, 09 % – покращено стосунки між батьками та дітьми, на 56, 07 % - покращено психологічний клімат сім’ї в цілому.

### **Висновок**

Отже, нами виокремлено 6 фаз розвитку сім’ї та 5 закономірних криз пов’язаних з ними. Згідно з цим для діагностики станів їх протікання ми рекомендуємо використовувати різні методики. Для конструктивного виходу із сімейного конфлікту та успішного протікання тієї чи іншої кризи, доцільно проводити роботу з подружжям у вигляді тренінгів. В ході діагностики криз сім’ї, ми мали можливість визначити: основні причини втеч дітей з дому, причини

спроб дитячих суїцидів, показники станів потрапляння учнів на облік до міліції, стан протікання кризових етапів розвитку сім'ї та його впливу на дитину, психологічний клімат сім'ї. З'ясувалося що впровадження в роботу психолога тренінгових курсів, регулярних бесід із сім'єю, проведення психодіагностики, психокорекцій є ефективними для конструктивного протікання кризових етапів розвитку сім'ї, запобігання негативних явищ у вихованні дітей та попередження розлучень.

### **Список використаних джерел**

1. Андреева Т.В. Семейная психология: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2004. 244 с.
2. Аккерман Н. Семейный подход к супружеским расстройствам // Семейная психотерапия / [сост. Э.Г. Эйдемиллер, Н.В. Александрова, В. Юстицкис]. СПб.: Питер, 2000. С. 225–241.
3. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. К.: МАУП, 2001. 96 с.
4. Браун Дж., Кристенсен Д. Теория и практика семейной психотерапии. СПб.: Питер, 2001. 352 с.
5. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб: Речь, 2001. 144 с.
6. Головнева И.В. Изменение традиционных внутрисемейных ролей: новые модели поведения и конфликты // Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 4. С.12-16.
7. Дружинин В.Н. Психология семьи. СПб.: Питер, 2006. 176 с.
8. Захарченко В. Г. Подружні конфлікти та стратегії їх розв'язання в молодих сім'ях // Український соціум. 2004. № 3 (5). С.48-55.
9. Карева М. Сім'я – простір без насильства // Психолог, травень. № 19 (307). 2008.
10. Кравець В. Психологія сімейного життя: В 2-х ч. Тернопіль, 1995. 695 с.
11. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений: курс лекций. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 512 с.
12. Штифурак В.С. Психологія подружнього життя. Вінниця, 2004. 160 с.
13. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 2008. 672 с.