

Подгорнова Мария Максимовна

учитель

ГБОУ ОЦ «Бухта Казачья»

г. Севастополь

Шкрябко Ирина Павловна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

***Аннотация:** в статье авторы рассмотрели типы семейных отношений, виды отношений между супругами, проблему взаимоотношений родителей и детей, влияние семьи на развитие ребенка, как личности. Авторами отмечена проблема разводов и выдвинуты возможные предложения по разрешению внутрисемейных конфликтов.*

***Ключевые слова:** семья, супружеские отношения, семейные отношения, брак.*

Психология семейных отношений изучает взаимодействие между членами семьи, развитие семейных систем и влияние семейной среды на психологическое благополучие всех её участников. Вот несколько ключевых аспектов, которые могут быть рассмотрены в контексте психологии семейных отношений:

Коммуникация: качество коммуникации внутри семьи может оказывать значительное влияние на отношения между её членами. Важно развивать навыки эффективной коммуникации, такие как активное слушание, ясность выражения мыслей и умение решать конфликты конструктивно.

Роли и ожидания: в семье каждый член может иметь определённые роли и ожидания, которые могут влиять на взаимодействие. Важно осознавать эти роли и ожидания, а также быть готовым к их обсуждению и возможной корректировке.

Эмоциональная поддержка: эмоциональная поддержка внутри семьи может быть важным фактором для психологического благополучия всех её чле-

нов. Важно быть готовым предоставлять и получать эмоциональную поддержку, а также уметь выражать свои чувства и потребности.

Конфликты и их разрешение: конфликты неизбежны в любых отношениях, в том числе и в семейных. Важно научиться разрешать конфликты конструктивно, искать компромиссы и находить решения, которые удовлетворяют всех участников.

Границы: важно устанавливать и поддерживать здоровые границы внутри семьи, чтобы каждый член мог чувствовать себя комфортно и безопасно. Это может включать в себя уважение личного пространства, времени и интересов друг друга.

Развитие: семейные отношения могут меняться и развиваться со временем. Важно быть готовым к изменениям и поддерживать рост и развитие каждого члена семьи.

Поддержка здоровых отношений: здоровые отношения внутри семьи могут способствовать психологическому благополучию всех её членов. Важно поддерживать и развивать такие отношения, а также обращаться за помощью к специалистам в случае возникновения проблем.

Уважение и поддержка индивидуальности: каждый член семьи имеет свои уникальные интересы, потребности и индивидуальность. Важно уважать и поддерживать индивидуальность каждого члена семьи, а также способствовать его развитию и самореализации.

Эмоциональная безопасность: важно создавать эмоциональную безопасность внутри семьи, чтобы каждый член мог чувствовать себя принятым, любимым и уважаемым.

Баланс между свободой и ответственностью: важно находить баланс между свободой каждого члена семьи и его ответственностью перед другими членами. Это может включать в себя разделение обязанностей, уважение личного времени и пространства, а также готовность помогать друг другу в случае необходимости.

В психологии при определении семьи в основе личные взаимоотношения членов семьи и разных поколений, а также воспитательная и социальная роль

представителей старшего поколения в развитии младших участников общественной группы [3].

В любом обществе древнем или современном семья формируется через брак. Брак – совокупность обычаев, которые регулируют супружеские отношения мужчины и женщины. В современной европейской культуре такие обычаи включают знакомство, обручение, обмен кольцами, разбрасывание риса или денег во время брачной церемонии, медовый месяц и т. д. кроме того, брак подразумевает некоторые правила поведения, ставшие традицией, например добрачное целомудрие, супружескую верность, обязательство поддерживать супруга всю жизнь. Наконец, брак неотделим от законов, связанных с ним: регистрация брака, право на развод по уважительным причинам, право признания брака фиктивным в случае обнаружения мошенничества, отсутствие родства между вступающими в брак.

В последнее время мы замечаем увеличение числа разводов (около одной трети среди всех заключивших брак), и это стало одной из наиболее острых социальных проблем. Среди всех негативных событий в жизни человека, развод занимает одно из лидирующих позиций. Важно отметить, что развод сказывается очень отрицательно как на самих супругах, так и на детях. Так, результат развода – неполная семья, преимущественно материнского типа.

Ученые выделяют следующие типы поведения партнеров в браке: равноправный партнер (равное разделение прав и обязанностей), романтический партнер (желание душевного согласия, сильной любви), «родительский» партнер (желание заботиться о партнере и воспитывать его), «детский» партнер (обладает спонтанностью, непосредственностью, но в то же время беспомощен, слаб), рациональный партнер (способен совладать с собственными эмоциями, ответственен), товарищеский партнер (хочет видеть рядом друга, не склонен к поиску романтики, спокойно принимает быт), независимый партнер (сохраняет дистанцию по отношению к партнеру) [2].

Знание возможных типов поведения в браке помогает лучше понять данную проблему и строение взаимоотношений между партнерами. Существует два основных кризисных периода в браке. Первый возникает в период

между третьим и седьмым годом совместной жизни и связан в первую очередь с потерей романтики, непринятием различий в поведении партнера в самом начале взаимоотношений и нынешним, обнаружение различий в мировоззрении, проявление большого количества отрицательных эмоций. Второй кризисный период – между семнадцатым и двадцать пятым годами совместной жизни. Он имеет более глубокое проявление и может длиться на протяжении нескольких лет. Его связывают с возникновением эмоциональной неустойчивости, появлением страхов, чувства одиночества, возникающего на фоне взросления и отделения детей, с усилением эмоциональной зависимости женщины, а также возможным желанием мужа сексуально проявить себя на стороне, пока это возможно.

Общение и атмосфера, которые присутствуют в семье на протяжении каждого дня, формируют отношение ребенка к другим людям и окружающему миру в целом. Важно, чтобы ребенок видел уважительное отношение со стороны партнеров по отношению друг к другу и к детям. Для создания благополучной семьи необходимо дать ребенку чувство родства, эмоциональной связи, заботы, любви, важно уметь радоваться успехам других членов семьи, отмечать их сильные стороны, стараться понимать друг друга.

Так, создание благоприятной атмосферы внутри семьи необходимо для благополучия самих супругов, а также для формирования здоровой личности ребенка, уважающей себя и других.

Здоровая семья, в основе которой лежит сотрудничество между всеми ее членами, поиск компромиссов в случае возникновения конфликтов, отсутствие авторитарных позиций является одной из наиболее значимых аспектов для благополучия любого человека.

Список литературы

1. Корчак Я. Право ребенка на уважение / Я. Корчак. – Варшава, 1929. – 37 с.
2. Силяева Е.Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.Г. Силяева. – М., 2005. – 192 с.

3. Харлова О.Н. Семейные отношения и их влияние на формирование личности ребенка / О.Н. Харлова. – Самара: АСГАРД, 2016. – С. 279–283. EDN VQCFGT

4. Уварова Л.Н. Психология семейных отношений / Л.Н. Уварова, Р.Р. Ягафарова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-semeynyh-otnosheniy> (дата обращения: 10.12.2024).