

## Семья как система и семейные кризисы

Семья – это родители, дети, бабушки, дедушки, близкие родственники! Как правило, когда мы говорим про семью, то это либо про родителей и детей, плюс бабушки и дедушки, либо только про родителей и детей.

В первом случае – это РАСШИРЕННАЯ семья (рис. 1), во втором – НУКЛЕАРНАЯ (рис. 2).

*Рис. 1. Расширенная семья*



*Рис. 2. Нуклеарная семья*



С точки зрения системного подхода, в котором, как правило, работают семейные психологи, каждый член семьи взаимосвязан друг с другом, а значит, может влиять на всю семью в целом. Это также говорит о том, что все происходящее в семье отражается на каждом члене семьи: проблемы у родителей отражаются на детках, проблемы у деток – на родителях. А все это вместе отражается на семье в целом.

В своем развитии семья проходит этапы своего развития – **ЖИЗНЕННЫЙ ЦИКЛ СЕМЬИ**.

Жизненный цикл семьи — закономерная последовательность стадий развития семьи на протяжении всего периода ее существования.

I стадия: супружеская пара без детей (продолжительность 2 года).

II стадия: рождение детей и уход за ними (2,5 года).

III стадия: семья с детьми дошкольниками до 6 лет (3,5 года).

IV стадия: семья с детьми школьниками 6—13 лет (7 лет).

V стадия: семья с детьми подросткового и юношеского возраста 13—20 лет.

VI стадия: семью покидают выросшие дети (6,5 лет).

VII стадия: семья «опустевшего гнезда» с работающими супругами (13,5 лет).

VIII стадия: пожилая пара пенсионеров, смерть обоих супругов (16 и более лет)

В процессе развития в семье происходят важные события, которые изменяют привычный образ жизни в семье. Такие события (период) называют **СЕМЕЙНЫМ КРИЗИСОМ**. Различают, так называемые, **НОРМАТИВНЫЕ КРИЗИСЫ** и **НЕНОРМАТИВНЫЕ КРИЗИСЫ СЕМЬИ**.

Нормативный кризис – это сложности, которые проживают практически все семьи в процессе своего развития. Они являются неотъемлемой частью при прохождении от одной стадии развития к другой (жизненный цикл семьи).

Первый кризис – этот кризис связан с началом совместного проживания пары;

Второй кризис – рождение первого ребенка (последующего ребенка);

Третий кризис – воспитание ребенка в возрасте до 6 лет;

Четвертый кризис – воспитание ребенка, идущего в школу (6 -8 лет);

Пятый кризис – воспитание ребенка 10 -12(-14) лет;

Шестой кризис – воспитание ребенка от 12(-14) -20 лет;

Седьмой кризис – ребенок покидает дом («опустевшее гнездо»);

Восьмой кризис – ребенок создает собственную семью;

Девятый кризис – появление внуков (старость);

Десятый кризис – смерть одного из родителя.

Нумерация кризисов чисто условна. Кризисы связаны напрямую с событиями, происходящие в семье. Одни события могут накладываться на другие, создавая дополнительную нагрузку на всю семью. Непрожитые кризисы имеют «накопительный» эффект, увеличивая напряженность в семье. Способность справляться (проживать) с кризисными событиями определяет зрелость семьи. Каждый кризис – это ступень в развитии семьи, влияющая на ее сплоченность и степень устойчивости к испытаниям в будущем.

Ненормативный семейный кризис — это кризис, возникновение которого потенциально возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием негативных жизненных событий, определяемых как кризисные.

- неожиданные события, стрессы (семья или один членов семьи становится жертвой авто- авиа - железнодорожной аварии, теракта, военных действий и т.п);

- резкое изменение в социально-экономическом положении семьи (потеря работы, вынужденный переезд);

- измена;

- развод;

- тяжелое заболевание или смерть одного из члена семьи;

Возраст, опыт, социальное - экономическое положение, наличие/ отсутствие поддержки со стороны – все это влияет на способность семье справляться со сложностями, сопровождающие семье на всем этапе ее развития.

Часто невозможность справиться с напряжением, которое испытывает семья, приводит к распаду семьи. Само напряжение может не осознаваться членами семьи, но, тем не менее, оно будет проявляться. Через физическое состояние членов семьи (кто то начинает болеть), через регулирование эмоциональной близости между членами семьи (конфликты, ссоры, наличием коалиций (когда, например, мама сближается с ребенком, а папа отдаляется от обоих).

