

**Проблема исследования семейной коммуникации и процесса сепарации от
родительской семьи**

Научный руководитель – Поскребышева Наталья Николаевна

Бабкина Александра Юрьевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Кафедра возрастной психологии, Москва, Россия

E-mail: kissvina@mail.ru

Семья - это система, где каждый элемент, а именно каждый член семьи взаимодействует друг с другом. В рамках системного семейного подхода коммуникация выступает значимой сферой, как для практики семейной терапии, так и для теории семейных систем. Коммуникация понимается как обмен сообщениями, в семейной системе любое поведенческое проявление может рассматриваться как коммуникация [1]. Члены семьи находятся в системе коммуникации постоянно: передают сообщение друг другу через речь и через действия и поведение или его отсутствие, несущие в себе информацию, которая воспринимает семья. В системе всю коммуникацию можно разделить на симметричную и комплементарную [1]. Симметричная коммуникация происходит по принципу подобное в ответ на подобное, а комплементарная - по принципу взаимодополняемости. Каждое сообщение переданное посредством коммуникации можно быть рассмотрена на двух уровнях: собственно коммуникация- содержание сообщения; и метакоммуникация - смысл, информация о самом общении.

Нарушения коммуникации в семье приводят к трудностям в отношениях между членами семьи. Э. Г. Эйдемиллер и В. В. Юстицкий [7] выделяют несколько типичных трудностей семейной коммуникации:

- Отклоненная коммуникация показывает себя односторонняя коммуникация, отсутствие зрительного контакта, внезапное прерывание контакта.
- Парадоксальная коммуникация - одновременная передача взаимоисключающих сообщений.
- Замаскированная коммуникация описывает ситуацию, когда один член семьи, с одной стороны, соглашается с содержанием сообщения другого члена семьи, но в тоже время отвергает его интерпретацию.

Нарушение в коммуникации внутри может стать причиной возникновения симптома.

В свою очередь эффективная коммуникация положительно влияет на взаимоотношения в семье [5]. Такое общение отличается открытостью, прямой и прозрачностью передаваемых сообщений. Каждый член семьи активно вовлечен во взаимодействие, он внимателен к посланиям, а также присутствует конгруэнтность в общении. Сообщения, передаваемые посредством коммуникации непротиворечивы, смысл и содержание послания взаимодополняют друг друга. Присутствует сенситивность к высказываниям членов семьи, а также семья проявляет эмпатию и безоценочность к коммуникативным сообщениям друг друга.

Теория системных систем и практика семейной терапии показывает, что коммуникация - ключ к гармоничным отношениям. Семья, как система, имеет свой жизненный цикл

[2]. Сепарация является основной задачей на этапе монады - она перестраивает отношения в семье. Взрослеющий член семьи отделяется от семьи, однако эти изменения в отношениях не приводит к отчуждения при процессе сепарации. Коммуникация может выступить средством для трансформации отношений, в семье происходит конструктивное решение конфликтов на основе сепарационных процессов. Наличие коммуникативных навыков может облегчить сам процесс для всех участников - умение договариваться через прямую, неманипулятивную, конструктивную коммуникацию, а также разрешение конфликтов стратегически может обеспечивать основу для безболезненной сепарации. Теоретически и терапевтически эта мысль подкреплена в различных источниках [2, 3, 4, 6], однако эмпирических исследований недостаточно.

На основании вышеизложенных идей выдвинута гипотез исследования: отсутствие коммуникативных навыков у взрослеющих людей будут затруднять процесс сепарации, в то время как конструктивная коммуникация будет сопряжена с более продуктивными траекториями сепарации в период вхождения во взрослость.

Целью исследования являются особенности развития сепарационных процессов через повышение коммуникативной компетентности.

Объект исследования составляет сепарационный процесс в период вхождения во взрослость.

Предметом исследования является взаимосвязь семейной коммуникации и сепарационных процессов. Возможность содействовать сепарации путем гармонизации коммуникации в семейной системе.

Программа исследования для проверки основного предположения предполагает две части:

Первый этап - фронтальный, где будет исследована связь между особенностями внутрисемейной коммуникации у взрослеющих людей и процесса сепарации в виде опроса.

Второй этап - эмпирический, где будут формироваться эффективные навыки семейной коммуникации, построение прямой коммуникации, а также формироваться общение с помощью распознавания смыслов послания с последующим анализом изменения сепарационных процессов в ходе формирования навыков коммуникации.

Источники и литература

- 1) Будинайте Г.Л., Варга А.Я. Теоретические основы системной семейной психотерапии // Журнал практической психологии и психоанализа. 2005. №4. [Электронный ресурс] // URL <https://psyjournal.ru/articles/teoreticheskie-osnovy-sistemnoy-semeynoy-psihoterapii> (Дата обращения: 01.03. 2023)
- 2) Варга А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001. - 144 с.
- 3) Вацлавик П., Бивин Дж., Джексон Д. Психология межличностных коммуникаций. СПб.: Речь, 2000
- 4) Дитюк А.А Влияние психологической сепарации на социальную адаптацию личности дисс. ... канд. психол. наук. СПб., 2018.
- 5) Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. М.: Гардарики, 2005. - 320 с.
- 6) Сатир В. Как строить себя и свою семью. — М.: Педагогика-Пресс, 1992
- 7) Эйдемиллер Э. Г. Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи - 4-е издание, переработанное и дополненное. СПб.: Питер, 2008. - 672 с