

# Рецензия на монографию<sup>1</sup> Е.В. Куфтяк «Психология семейного совладания»

*К. А. Бочавер, аспирант факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет,  
[konstantin.bochaver@gmail.com](mailto:konstantin.bochaver@gmail.com)*

---

В статье рассматривается научная монография доктора наук Е. В. Куфтяк, посвященная проблемам изучения совладающего поведения в различных типах семей и на различных этапах семейного развития.

**Ключевые слова:** близкие отношения, семейная психология, совладающее поведение, стресс

---

В такие моменты, как сейчас, моменты видимого социального благополучия в отсутствие войн и эпидемий, общественным приоритетом становится не только сохранение жизни человека, но поддержание и улучшение ее качества. В настоящее время культурные и демографические изменения таковы, что в фокусе научного внимания все чаще оказываются проблемы долгосрочной жизнестойкости семьи, например, профилактика разводов, поддержка матерей-одиночек и социальных сирот. Низкая резистентность, защищенность института семьи говорит о необходимости научных изысканий с целью повышения семейной сплоченности, качества взаимоотношений, удовлетворенности браком, супружеской и родительской компетентности. Предлагаемая статья посвящена актуальной, недавно увидевшей свет монографии, которая обладает рядом несомненных достоинств, таких, как новизна взглядов и идей, богатство и широта научных данных, высокая ценность для коррекционной и консультативной работы в области семейной клинической и социальной психологии.

Понятие «стресс» все чаще оказывается включено в обиходный язык и не научную, а бытовую систему понятий. В контексте трудовой деятельности, образования, межличностных отношений стресс принимается обществом как неотъемлемый атрибут жизни; отсутствие стресса или способность успешно бороться с ним считают счастьем. В психологической науке представления о том, что качество жизни, субъективное благополучие индивида связано с его компетентностью по части преодоления стресса, многократно эмпирически подтверждены. Спектр стрессогенных воздействий и их последствий, с которыми имеет дело современный человек, настолько широк и дифференцирован, что трудно переоценить значение исследовательской работы, дающей представление о том, как стресс преодолевается и какие усилия по его преодолению наиболее плодотворны.

---

<sup>1</sup> Куфтяк Е.В. Психология семейного совладания. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 320 с.

Центральное понятие данной монографии – семейное совладающее поведение. В чем его особенность? «Семейная целостность и функционирование семьи в ситуации действия угрозы восстанавливается либо сохраняется благодаря действию защитных сил. <...> Возврат семьи к докризисному или переход к новому уровню функционирования (включая и переход к новому этапу развития) зависит от копинг-компетентности – индивидуальной и семейной. В качестве стратегий выступают как индивидуальные копинг-усилия членов семьи, так и их совместные усилия» [с. 279]. Возникает метафора сомкнутого строя, плечом к плечу дающего сопротивление агрессору. В то же время мы привыкли рассматривать совладающее поведение как преимущественно индивидуальное преодоление трудностей, последовательность осознанных действий, направленных на снижение интенсивности или прекращение действия стрессора, а в случае, когда это невозможно, на снижение субъективной значимости стрессора. Необходимо определить, что же считать стрессором, если субъект совладания с ним – не только один человек, но и полисубъект семьи. Стресс, как и физическая боль, не может быть объективно измерен, его мера индивидуальна и особена. Стресс для семьи также не локализован в четких границах. И взросление ребенка, и переезд, и потеря члена семьи, и утрата сексуальной привлекательности супругом, и болезнь, и ухудшение материального положения – на самом деле нет конца перечню бед и несчастий, стрессирующих семью. Тем более он многократно увеличивается, так как реальные, «объективные» проблемы усугубляются многочисленными «субъективными» или вымышленными (последнее особенно заметно в сфере близких отношений).

Представленная книга замечательна размахом проанализированных областей семейного стресса. Фокус внимания автора не останавливает время – изучены и описаны семьи от молодых супружеских пар, недавно закрепивших романтические отношения в браке и еще не имеющих детей, до больших семей с непростыми взаимоотношениями трех и более поколений. Открытость и закрытость семьи представлена в исследовании традиционных триад «мама-папа-ребенок» и семей, усыновивших детей-сирот. Наконец, особый интерес представляет тот факт, что в книге читатель может найти подробные данные о совладающем поведении в семьях со здоровыми детьми и семьях со стрессом пролонгированного характера, иначе говоря, семьях детей с ЗПР и иными отклонениями в развитии. Высокая актуальность монографии определена тем, что в ней можно найти соединение разрозненных научных знаний о семейном стрессе и его преодолении, обобщение, ценное для терапевтической работы, основная цель которой – разрешение трудностей и обучение этому. Исследования, представленные в монографии, затрагивают неизменные проблемы «отцов и детей», супружеских отношения, но также вопросы, которые прежде в отечественной науке не рассматривались в должной мере подробно.

Структурно и содержательно монография организована следующим образом.

Первая из пяти глав представляет собой обширный академический обзор теоретико-методологических подходов к изучению совладающего поведения семьи – от первоначальных позиций относительно природы стресса и совладания до высокодифференцированных современных моделей копинг-поведения. Нельзя не отметить стройное изложение различных зарубежных и отечественных взаимодополняющих теоретических подходов к изучению копинга и приведение многочисленных эмпирических фактов. Логическим итогом главы является

обсуждение авторской модели целостности семьи. Это сложная интегративная характеристика, которая выступает и структурообразующим элементом, и важнейшей ценностью семейной системы, обеспечивая ее гармоничную жизнедеятельность. На сохранение целостности семьи в ее четырехчастном представлении (трансгенерационный, структурный, динамический и пространственный компоненты) направлено семейное совладание. Таким образом, тот стрессор, который угрожает нарушить целостность семьи, «запускает» копинг-поведение; именно этот критерий будет основным для понимания природы стресса в контексте специфически семейного совладания.

Последующие главы представляют собой исследования, выполненные автором либо под руководством автора и объединенные темой семейного совладания. Так, вторая глава посвящена вопросам трансгенерационной коммуникации («межпоколенных связей») в семейной системе и вариативности копинг-поведения в зависимости от ценностей, сплоченности семьи, распределения ответственности и власти между поколениями, традиций и др. Остановимся на моменте, который, несомненно, послужит отправной точкой дальнейшим исследованиям в этой области. В монографии автор неоднократно указывает на сложный системный характер развития семьи, в котором переплетаются взаимные воздействия поколений, а стадии развития отношений каждой родительской диады связаны со стадиями развития ребенка и соответствующими изменениями характера внешней социальной активности семьи (институты детского сада, школы и др.). Учитывая такое многообразие процессов, особый интерес представляет момент передачи «роли патриарха», власти и специфической сферы активности от поколения к поколению.

Автор подробно разбирает особую семейную структуру, называемую семьей «с односторонней передачей» (материальных и духовных ценностей), в которой поколение бабушек и дедушек доминирует над родителями ребенка с точки зрения их роли в воспитании, их власти и др. Не имея оптимального взаимовлияния между поколениями, такая семья уязвима в силу поляризации источников и ресурсов совладания с трудностями: в стрессовой ситуации превалируют такие позиции, как «родители должны пересмотреть свои взгляды на воспитание детей», «бабушка всегда права, она же бабушка». Очевидно, что в определенный момент (например, появление правнуков – четвертого поколения семьи, смерть старшего поколения или конфликты, переезды, разделения семьи) родительская диада перенимает на себя ответственность за разрешение трудностей, стоящих перед семьей. Но как это происходит? Имеет ли место цикличность властных ролей или прерывание традиции? Это предстоит выяснить, поскольку проблема специфического совладания пересекается с феноменом семейных сценариев и открывает простор для лонгитюдного продолжения исследования.

Материалы второй главы представляются нам в высшей мере ресурсными для терапевтической семейной работы, поскольку затрагивают разнообразные аспекты трансгенерационного конфликта и нарушений семейной преемственности воспитания – такие, как выстраивание границ, самообвинение супругов и делегирование ответственности, нарушение идентичности, коммуникативные дисфункции и многое другое.

Третья глава касается микроэволюции основы семьи – супружеской диады. На первый план выходит изменение отношений между супругами по мере взросления их ребенка; как обособленные стадии выбраны статусы «формирующаяся семья без детей», «молодая семья на этапе принятия факта рождения ребенка», «семья, воспитывающая дошкольника» и «семья, воспитывающая подростка». В фокусе внимания оказывается супружеская чета на протяжении многолетнего пути от недавней романтической пары без ребенка до родителей подростка, отчасти уже «не принадлежащего» семье. Совладание здесь рассматривается как динамическая структура, возникающая в процессе консолидации индивидуальных копинг-усилий каждого из супругов.

Одним из наиболее интересных моментов, на наш взгляд, является феномен гендерной инверсии копинг-поведения в диаде. Существуют стереотипные позиции относительно довольно устойчивой атрибуции копинг-стратегий: привычные читателю термины «избегание», «проблемно-ориентированный стиль», «эмоционально-ориентированный стиль» и другие часто интерпретируются как типичные женские или мужские реакции. Эмпирические исследования недавнего времени, однако, дополняют представления о стабильном характере копинг-поведения информацией о том, что бывают обстоятельства или даже нормативные ситуации, когда женщины перенимают скорее мужские стратегии поведения, а мужчины – женские. Например, «на этапе «семьи, воспитывающей дошкольника», супружеский копинг характеризуется «перевернутостью» выбора стратегий в супружеской паре» [с. 181]. Автор неоднократно указывает на роль «семейного психотерапевта», которую исполняет в паре женщина, эта обязанность ослабевает лишь на время беременности и первого времени ухода за ребенком. Чрезвычайно интересно прослеживается динамика включенности отца в воспитание и супружеские отношения – ведь в определенные моменты над ними превалирует потребность в социальной активности и стабильном материальном благополучии, что порой несовместимо с прежним уровнем коммуникативной активности диады.

Данное исследование объемно, и информативность полученных материалов не дает возможности резюмировать их кратко. Помимо проблемы ролевых отношений в паре, консолидации копинг-усилий, ценностных профилей в диаде автор описывает важнейший компонент поведения диады – комплементарность их действий. На этапе принятия рождения ребенка структура супружеского копинга оказывается компенсаторна, на этапе дошкольного и подросткового возраста ребенка родители также разделяют между собой тревожное и агрессивное поведение, уход и конфликтность, по-разному проявляется в их поведении позитивный настрой по отношению к преодолению трудностей.

В третьей главе эмпирически показан характер гибких и иногда взаимозаменяемых поведенческих паттернов, которые характеризуют динамику развития семейного совладания. Ценность подробно изложенного и тщательно интерпретированного материала для консультативной и тренинговой работы со здоровыми семьями невозможно переоценить. В общем, можно сказать, что гармоничное развитие семьи отражается на совладающем поведении супругов так, что их усилия становятся более согласованными, а совместный опыт помогает более экономно и безопасно выбирать стратегии преодоления трудностей внешней и внутренней локализации.

Следующая, четвертая, глава, посвящена семьям, чья гармоничная жизнедеятельность нарушена, и часто экстремальным образом. В исследовании приняли участие семьи, в которых ребенок родился раньше срока, семьи, воспитывающие ребенка с нарушениями в развитии, и семьи замещающие, чье совладающее поведение изучалось в ходе интеграции приемных детей в изначальную группу членов семьи. Стоит отметить, что, несмотря на специфический предмет исследования, в работе приведено множество данных о близких темах; так, затрагиваются вопросы интеграции и адаптации детей с отклонениями в развитии, проблемы, связанные с «комплексом недоношенного», формирование безопасного типа привязанности и многое другое. Также как и в предыдущих главах, ситуации, исследуемые в этой главе, не удалены от временного контекста и интересны с точки зрения супружеских, трансгенерационных отношений, дальнейшего развития ребенка и его социализации. В контексте совладающего поведения ситуация рождения недоношенного ребенка подрывает личностные ресурсы матери, «нарушает защитные механизмы психики, лишая человека возможности прибегнуть к адаптивным реакциям и стратегиям совладания. <...> Вслед за шоком и болью присоединяются вина («что я сделала?»), гнев («моя доля несправедлива»), отрицание происходящего («это происходит не со мной») и депрессия («мне все равно»)» [с. 200]. Этот процесс воспроизводит типичные стадии переживания горя, например, связанного с потерей близкого.

Автор подробно анализирует динамику развития совладания в ситуации родов до срока: эффективным проблемно-ориентированное поведение становится после родов, но при рождении матери предпочитают стратегии избегания – в отличие от матерей здоровых детей; в период патологического протекания беременности женщины предпочитают охранительные стратегии дистанцирования, ведущим ресурсом для молодой матери с неблагоприятным процессом протекания беременности является поиск социальной поддержки.

В исследовании специфики функционирования семей с нездоровым ребенком на первый план вновь выходит родительская диада: процесс взросления такого ребенка развивается параллельно с динамикой неудовлетворенности отношениями у супругов. Очень интересным оказался эмпирически подтвержденный факт, что матери детей с ЗПР в среднем менее удовлетворены браком, чем отцы, и чаще задумываются о разводе. Удивительным этот факт кажется в связи с гендерными тенденциями сохранения порядка у женщин и изменения ситуации мужчин. Вполне возможно, если отцы охотнее принимают ситуацию с нездоровым ребенком, то это снова своего рода инверсия, которые мы видим в критические моменты развития гетеросексуальной пары. Как и во второй главе, здесь приведены интереснейшие данные исследования качественным методом; помимо рисунков можно найти данные о совладающем поведении детей с ЗПР и с нормальным развитием. Большинство детей в трудный момент старается во что-то поиграть, порисовать, помечтать или прижаться к теплому животному; некоторые молятся или предпочитают «покричать и повопить»; в зависимости от психического развития в разной степени проявляются такие стратегии копинга как агрессия («дерусь»), самоагрессия («ломаю суставы, грызу ногти»), уход (прогулки, велосипед и пр.).

В исследовании ситуации приема детей в семью автор уделяет внимание временной динамике (так, в первые полгода приема эффективность совладания в

семье понижена) и механизм копинга в ходе становления новой семейной идентичности в связи с интеграцией приемного ребенка.

Итак, семейное совладание как «усилия в поиске сохранения целостности» [с. 276] складывается, по мнению автора, из индивидуальной и собственно семейной, групповой, иначе говоря – приобретенной копинг-компетентности. В момент преодоления стресса семья может попытаться вернуться к докризисному состоянию, перейти на новый этап развития или пасть жертвой невзгод и выйти из испытания с ощутимыми потерями, например, уже неполной семьей. Семья в трудный момент уподобляется автором организму, и когда ее гомеостаз нарушается, она реагирует – и особенным образом, не так, как совладали бы отдельные члены семьи. Более того, семейное совладание, в котором принимают участие явно или скрыто все члены семьи, активизируется, когда локализация и характер проблемы не предполагают возможности ее индивидуального конструктивного разрешения. Родительская позиция, согласованность супружеских усилий и гармония в их диаде, преемственность и гибкость семейной системы – вот основные факторы успешного семейного совладания с трудностями.

Представленная и кратко охарактеризованная нами монография не только энциклопедична и крайне информативна – она открывает широчайшие горизонты дальнейшим исследованиям. Помимо значимости феномена семейного совладания это исследование дает читателю стимул задуматься о кросс-культурных и временных особенностях семейных копингов, об их трансформациях в семьях нового типа и со сложной историей. Результаты эмпирического исследования не оставляют также сомнений в важности работ над новой, в первую очередь, качественной методологией для раскрытия новых граней успешного совладающего поведения.

# The book review of “Psychology of family coping” by PhD E.V. Kuftyak

*K. A. Bochaver, Post-graduate student, Moscow State University of Psychology and Education, [konstantin.bochaver@gmail.com](mailto:konstantin.bochaver@gmail.com)*

---

In the article the PhD E.V. Kuftyak’s scientific monograph dedicated to the problems of studying coping behavior in the different family types and on the different family development stages is considered.

**Keywords:** close relationships, family psychology, coping behavior, stress

---