

Осведомленность в истории своей семьи как фактор психологического благополучия в подростковом возрасте

Якимова Т.В.,

кандидат психологических наук, доцент кафедры нейро- и патопсихологии развития, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия, tyaskimova@yandex.ru

Бондаренко Я.А.,

студент III курса факультета клинической и специальной психологии, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия, mail_93@mail.ru

Приводятся результаты исследования связи психологического благополучия подростков с их осведомленностью в собственной семейной истории. Дается краткий обзор основных направлений и отдельных эмпирических исследований влияния семейной истории на психологическое благополучие личности. В представленном исследовании делается акцент не на патологизирующем влиянии семейной истории, а на ее ресурсности и поддерживающем эффекте при прохождении сложностей подросткового возраста. В исследовании приняли участие 32 подростка. Эмпирическая часть построена на основе данных, полученных с помощью специально разработанной анкеты, которая направлена на изучение связей подростка с членами расширенной семьи и его осведомленности в семейной истории. Выявлено, что подростки, знающие свою семейную историю, проявляющие интерес к ней и поддерживающие связи с представителями расширенной семьи, характеризуются высокими значениями уровня психологического благополучия.

Ключевые слова: семейная история, теория семейных систем М. Боуэна, психологическое благополучие, подростковый возраст.

Для цитаты:

Якимова Т.В., Бондаренко Я.А. Осведомленность в истории своей семьи как фактор психологического благополучия в подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2014. Т. 6. № 4. URL: http://psyedu.ru/journal/2014/4/Yakimova_Bondarenko.phtml (дата обращения: дд.мм.гггг)

For citation:

Yakimova T.V., Bondarenko Y.A. Awareness of the family history as a factor in psychological well-being in adolescence [Elektronnyi resurs] *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru [Psychological Science and Education PSYEDU.ru]*, 2014, vol. 6, no. 4. Available at: http://psyedu.ru/journal/2014/4/Yakimova_Bondarenko.phtml (Accessed dd.mm.yyyy). (In Russ., Abstr. in Engl.)

Динамичность и вариативность института семьи в культуре XX в. и XXI в., а также значение семейных факторов для развития личности и ее особенностей обусловили всплеск исследовательской активности в отношении самых разных аспектов феномена семьи. Один из таких аспектов – вклад семейной истории в психологическое состояние личности.

Семейная история является одним из важнейших компонентов контекста, в котором развивается личность. В частности, она связана с передачей из поколения в поколение специфических для каждой семейной группы паттернов взаимодействия, которые могут препятствовать или способствовать благоприятному существованию, развитию как всей семьи, так и ее членов в отдельности [2; 10; 11]. В исследованиях, посвященных семейной проблематике, было показано, что знание, сохранение и критичное отношение к собственной семейной истории – один из факторов, влияющих на уровень психологического благополучия и определяющих выбор жизненных стратегий – семейных, профессиональных, личностных [3; 5; 6; 7; 8; 9; 11; 13].

В настоящее время средняя городская семья характеризуется все большей нуклеаризацией, что сопровождается уменьшением или даже утратой контактов и связей с представителями расширенной семьи, а это, в свою очередь, может сопровождаться снижением интереса к истории собственной семьи и ее незнанием.

Семейная история как фактор психологического благополучия

Влияние семьи на развитие личности исследуется в психологии с начала XX в. как важнейший фактор социализации и индивидуации личности, но, в основном, с акцентом на ее патологизирующем влиянии (З. Фрейд, А. Фрейд, Н. Аккерман, Ф. Дольто и др.). Вначале влияние семьи изучалось односторонне, со стороны воспитательных воздействий родителя на ребенка (модели стилей воспитания) и характера эмоциональных связей между родителем и ребенком, где под «родителем» подразумевалась, прежде всего, мать (Дж. Боулби, Р. Шпиц и др.).

С распространением идей системного подхода на понимание семьи появилась возможность выявить и учесть влияние множества семейных процессов на развитие конкретной личности. Важным шагом в разработке системного подхода стало изучение вклада предшествующих поколений в актуальную семью и концептуализация понятия «семейная история». Семейная история определяется как способ организации жизненных событий, который внешне проявляется в воспроизводящихся из поколения в поколение стереотипах поведения [14].

Одним из первых исследователей, обратившихся к изучению межпоколенческой передачи, был **М. Боуэн** [2; 4]. Ключевыми идеями его теории семейных систем стали идеи наличия у человека (в отличие от животных) двух адаптационных механизмов – эмоциональной и интеллектуальной систем – и степени их дифференцированности друг от друга. Эмоциональная система, свойственная многим живым организмам и являющаяся автоматически реагирующей, проявляется в стратегиях избегания, слияния и т. д. в ситуациях опасности. При достаточной дифференцированности двух систем друг от друга человек является менее реактивным, более критичным, рефлексивным и, как следствие, более резистентным по отношению к стрессовым ситуациям.

Все концепции теории семейных систем М. Боуэна (концепции триангуляции, эмоциональных процессов в ядерной семье, эмоционального разрыва и пр.) описывают типичные варианты автоматического, эмоционального реагирования на ситуации,

связанные с высоким уровнем тревоги и напряжения. Концепции являются взаимодополняющими, вытекающими из основной идеи дифференциации Эго и семьи, а также все они важны для понимания процесса *межпоколенческой* передачи (трансгенерационный процесс). В концепции межпоколенческой передачи акцент делается именно на том, что в стрессовых ситуациях, при снижении уровня дифференциации, люди склонны действовать так, как это делали предыдущие поколения их семьи.

Большой интерес представляет исследование семей в трех поколениях, проведенное в нашей стране Э.Г. Эйдемиллером и на эмпирическом материале иллюстрирующее идеи трансгенерационного подхода М. Боуэна [14]. В нем показано, что невротические и психопатические расстройства у подростков являются результатом передачи и накопления конфликтов между представителями нескольких поколений семьи. В исследовании подтверждена идея М. Боуэна о том, что адаптивные возможности личности и семьи в случае, когда они не поддерживаются и не становятся ценностью, имеют тенденцию к убыванию от поколения к поколению – от прауродителей к внукам (системный закон энтропии).

Вклад других представителей системного подхода – *Миланской школы* – в исследование феномена семейной истории связан с изучением «*семейных мифов*» [4; 7]. Семейный миф – это эксплицитное знание, сформированное в семье как защитная реакция на неблагоприятную ситуацию. Семейный миф содержит в себе определенные ценностно значимые правила поведения, которым должны подчиняться все члены семьи для сохранения ею психологического равновесия. Он формируется на протяжении жизни нескольких поколений и выполняет функции защитного образования, сохраняющего основы семейной идентичности и связности.

В основе концепции психогенеалогии *А.А. Шутценбергер* лежат идеи представителей разных психологических направлений: «бессознательного» (З. Фрейд), «коллективного бессознательного» (К.Г. Юнг), «невидимых лояльностей» (И. Бузормени-Надь), понятие «социального атома» (А. Морено). А.А. Шутценбергер предположила, что повторяющиеся семейные события могут наблюдаться на протяжении многих поколений, несмотря на то, что они даже не упоминаются и не обсуждаются членами семьи. Когда тот или иной факт осознанно или неосознанно умалчивается в семье, превращаясь в семейную тайну, он все равно улавливается ребенком и становится для него психологическим событием, обуславливающим то или иное поведение [13]. Это явление она объясняла через понятие «психологические энграммы» – образы эмоционально насыщенных событий, психофизиологические корреляты, связанные с бессознательными процессами, транслирующимися из поколения в поколение. В понимании А.А. Шутценбергер семейная история связана, прежде всего, с «*семейной тайной*» и с невербальной коммуникацией, приводящей к запечатлению эмоционально насыщенных процессов и событий.

В. де Гольжак, связывая семейную историю с семейной идентичностью, подчеркивал, что принятие подростком собственной семейной истории, включение в нее, является довольно драматичным, эмоционально трудным процессом. Развиваясь, ребенок начинает подмечать недостатки своих родителей, которые давят на него и вызывают комплекс неполноценности (что отражено в понятиях «семейный роман» и «социальные проблемы»), в результате чего семейная история оказывается для подростка тяжелым грузом, от которого он хотел бы избавиться. Отказываясь от своей истории, человек не находит места в семейном порядке. Разрыв (часто эмоциональный) со своим родством не проходит

бесследно, а проявляется как непрерывное повторение семейного сценария [5]. Такое явление автор называет «*генеалогический тупик*».

Итак, семейная история интенсивно изучается с середины XX в. в основном в двух направлениях – системно ориентированном и психоаналитически ориентированном. Механизмы трансляции опыта из поколения в поколения, описываются в каждом из них согласно теоретическим воззрениям авторов. В одном случае этот процесс запускается эмоциональной реактивностью, в другом – через не принимаемые идентификации, связанные с желанием забыть свою историю.

В большинстве случаев семейная история исследуется на примере клинических случаев из психотерапевтической практики, в которой, прежде всего, оценивается патологизирующий вклад истории семьи в развитие личности. Такой подход во многом перекрыл рассмотрение ресурсных и поддерживающих аспектов семейной истории.

Несмотря на то, что феномен семейной истории в мировой психологии изучается довольно давно, в нашей стране подобные исследования пока представлены недостаточно. При этом хотелось бы отметить именно ресурсный аспект семейной истории, отраженный в отечественных исследованиях. Например, в исследовании К. Бэйкер и Ю.Б. Гиппенрейтер, проведенном на материале семей, имеющих репрессированных родственников, была показана значимость сохранения родственных связей и знания семейной истории [3]. Один из ключевых выводов работы состоит в том, что при сокрытии высоко эмоциональных событий в семье (в данном случае факт репрессии) у старших поколений сохраняется тревога, которую улавливают их дети, перенося в свои семьи и снижая свой уровень функционирования и психологического благополучия. Напротив, представители последующих поколений в семьях, сохраняющих историческую память, характеризуются большей жизнестойкостью, личностной уверенностью и психологическим благополучием. В подобном ключе выполнены и другие отечественные исследования [8; 9].

Таким образом, осведомленность в семейной истории может быть выделена как самостоятельный фактор психологического благополучия личности, отдельный от других характеристик семейного функционирования (например, количества семейных стрессоров или показателей функциональности семейной системы).

Подростковый возраст и семейные факторы психологического благополучия

Подростковый возраст отмечается большинством исследователей как один из самых сложных и драматичных этапов в развитии личности. Среди многочисленных трансформаций возраста наиболее важными для представленного исследования являются следующие две.

Во-первых, качественные изменения когнитивной сферы, центром которых становится интенсивное развитие формально-логических операций (Ж. Пиаже), благодаря чему ребенок получает возможность познавать себя и окружающий мир с помощью обобщений абстрактного уровня.

Во-вторых, изменение семейных и социальных связей, во многом обусловленное когнитивным развитием подростка. П. Блос, развивая идеи теории объектных отношений для понимания подросткового возраста, показал, что важнейший и очень болезненный процесс возраста – это утрата подростком иллюзии всемогущества родительских фигур, сформировавшейся в детстве в силу того, что они играли в его жизни центральную роль [1].

Это большая эмоциональная потеря, сопровождающаяся чувством «объектного голода», опустошенности, отчужденности. Как правило, этот процесс не осознается.

Многочисленные трансформации подросткового возраста ставят вопрос о нахождении тех ресурсов, которые помогут подростку сохранить чувство психологической безопасности и определенный уровень психологического благополучия. Психологическое благополучие можно определить как сложное переживание удовлетворенности собственной жизнью, отражающее одновременно как актуальные, так и потенциальные аспекты жизни личности [12]. В качестве одного из таких ресурсов может быть представлена включенность подростка в исторический контекст собственной семьи.

Описание исследования

Целью представленного ниже исследования было выявление связи между уровнем психологического благополучия подростков и их когнитивной репрезентацией собственной семейной истории. Уникальность данного исследования состоит, прежде всего, в том, что в нем рассматривается ресурсный, поддерживающий аспект семейной истории. В исследовании приняли участие 32 подростка в возрасте 14–16 лет из средней общеобразовательной школы г. Москвы (16 девочек и 16 мальчиков). Выборка изначально гипотетически, а потом и статистически была разделена на две подгруппы: подростки с высоким уровнем психологического благополучия и подростки с низким уровнем психологического благополучия.

В исследовании использовались следующие методики:

1. специально разработанная *авторская анкета*, дающая представление об осведомленности подростка в истории собственной семьи. В нее вошли 18 вопросов, разделенных на три блока:

- вопросы о расширенной семье (параллельные ветви семьи: например, «Назови всех родственников, которых ты знаешь», «С кем из своих родственников вы поддерживаете связь?»);

- вопросы о семье в исторической ретроспективе (многопоколенная семья: например, «Про какое количество поколений, живших до тебя, ты знаешь?», «Как тебе кажется, насколько ты подробно знаешь историю собственной семьи?»);

- вопросы, выявляющие отношение подростка к семейной истории (например, «Кто из предшествующих поколений является для тебя наиболее интересным и чем?», «Является ли важным для тебя изучение семейной истории?»).

2. опросники:

- шкала депрессии А. Бека;

- опросник личностной тревожности А.М. Прихожан;

- опросник психологического благополучия К. Рифф, адаптированный П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой [12]. Он включает в себя четыре шкалы: «Баланс аффекта» (описывает общую эмоциональную оценку себя и собственной жизни), «Осмысленность жизни» (отражает особенности целеполагания и ценностных ориентаций личности), «Автономия» (отражает соотношение коллективистских и индивидуалистических тенденций в жизни личности), «Человек как открытая система» (отражает способность к реалистическому

восприятию и интеграции нового опыта). В целом по общему показателю психологического благополучия можно судить об уровне удовлетворенности личности собственной жизнью.

На первом этапе исследования изучались особенности показателей психологического благополучия подростков, выявляемые с помощью трех указанных опросников.

Опросник психологического благополучия К. Рифф является новым для отечественной исследовательской практики и пока не имеет нормализации для подросткового возраста. Поэтому были проанализированы связи показателей данного опросника с показателями, полученными по уже известным опросникам, выявляющим уровни тревожности и депрессивности у подростков, – опроснику личностной тревожности А.М. Прихожан и шкале депрессии А. Бека. Удовлетворенность жизнью связана с показателями тревожности и депрессивности. В симптомокомплекс депрессии, что важно для данного исследования, включены утрата способности к переживанию позитивных эмоций и снижение удовлетворенности собственной жизнью.

В результате корреляционного анализа (коэффициент корреляции Спирмена) были обнаружены значимые положительные связи между показателями психологического благополучия, полученными с помощью опросника К. Рифф, и результатами опросника личностной тревожности А.М. Прихожан и шкалы депрессии А. Бека – 0,392 ($p \leq 0,05$) и 0,477 ($p \leq 0,01$) соответственно. Умеренные и сильные положительные связи обнаружены как для общих показателей психологического благополучия, тревожности и депрессивности, так и для отдельных шкал опросников (табл. 1).

Таблица 1

Значимые корреляции опросников психологического благополучия, тревожности и депрессивности

Шкалы опросников	Баланс аффекта	Осмысленность жизни	Человек как открытая система	Автономия	Общий результат психологического благополучия
Шкала тревожности	-	-	-	0,385*	-
Самооценочная тревога	-	-	-	-	-
Межличностная тревога	-	-	-	-	0,405*
Магическая тревога	-	0,435*	0,408*	-	0,392*
Общий результат тревожности	-	-	-	0,413*	0,394*
Субшкала К-А	0,527**	-	-	-	0,475**
Субшкала С-П	0,530**	-	-	-	0,399*

Общий результат депрессивности	0,599**	-	-	-	0,477**
--------------------------------	---------	---	---	---	---------

Примечание. * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$.

Общая картина распределения результатов по опроснику психологического благополучия К. Рифф отражена на рис. 1: большинство подростков характеризуется средними значениями психологического благополучия.

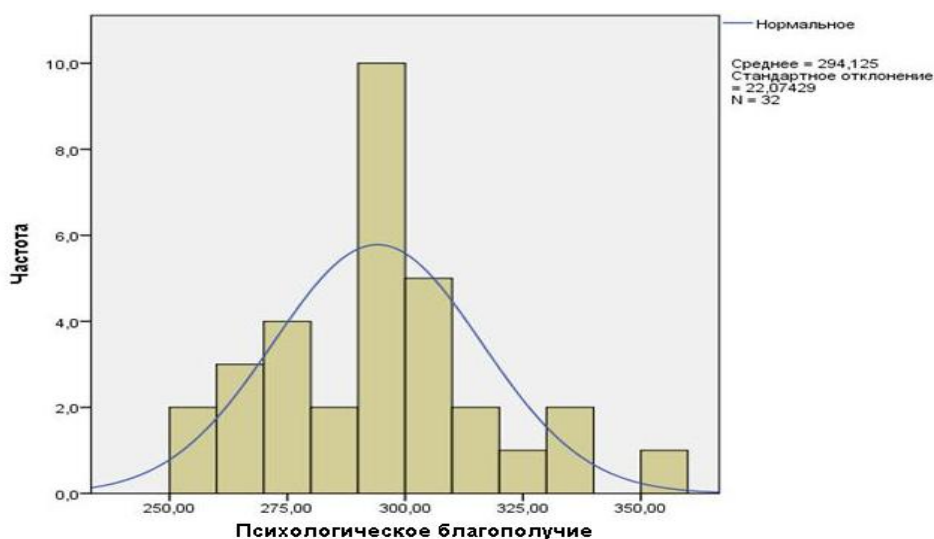


Рис. 1. Распределение результатов опросника психологического благополучия

На основании того, что связь опросника психологического благополучия со шкалой депрессии Бека оказалась теснее, чем с опросником личностной тревожности, по результатам этих двух методик общая выборка была разделена на две подгруппы – подростки с высоким психологическим благополучием и подростки с низким психологическим благополучием. С помощью критерия Манна–Уитни было выявлено (на уровне значимости $p \leq 0,05$), что две подгруппы существенно отличаются друг от друга (табл. 2).

Таблица 2

Ранговые различия между группами с высоким и низким уровнем психологического благополучия

Уровень психологического благополучия	Средний ранг
Высокий	21,13
Низкий	11,88

На втором этапе исследования, после деления выборки на две подгруппы с низкими и высокими показателями психологического благополучия, проводился анализ данных, полученных с помощью анкеты.

В целом, для обеих подгрупп подростков характерны следующие **общие особенности** (рис. 2). Практически вся выборка представлена полными семьями, у большинства испытуемых есть кровные и двоюродные сиблинги, прародители. Прадедушки и прабабушки (четвертое поколение) присутствуют у девяти участников исследования (около четверти выборки). Контакт с третьим и четвертым поколениями поддерживают треть опрошенных подростков.

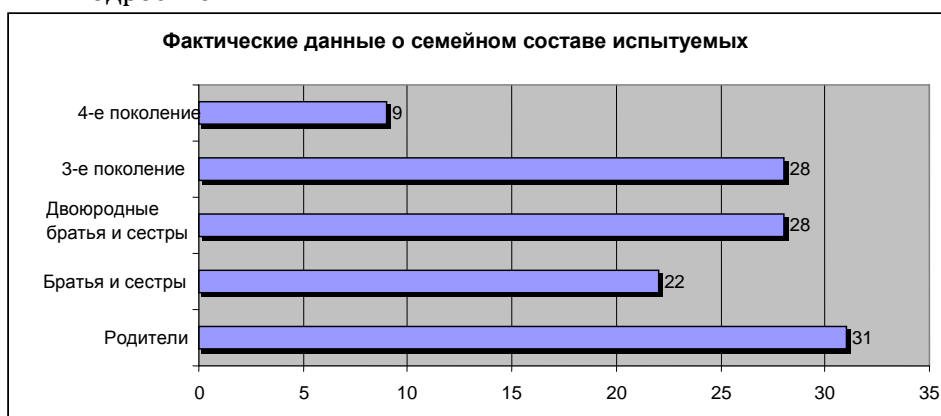


Рис. 2. Распределение данных о составе расширенных семей испытуемых

При этом осведомленность в интересах, жизненных приоритетах и проблемах своих родственников ограничивается, как правило, только самыми близкими людьми – членами нуклеарной семьи и прародителями. В связи с этим интересно, насколько подростки знают свою историю и вникают в нее.

Большинство подростков знают о фактах истории собственной семьи в ретроспективе трех и более поколений (рис. 3).

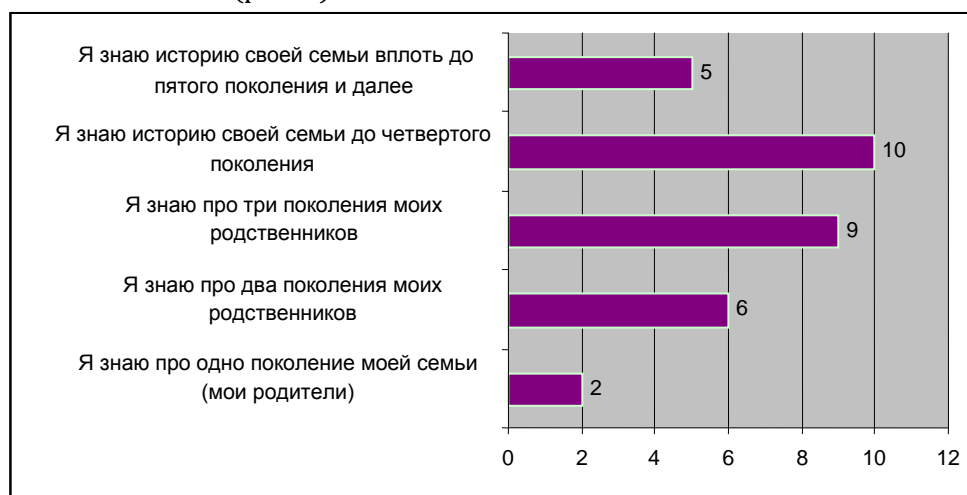


Рис. 3. Осведомленность подростков в фактах семейной истории

Хорошо и подробно осведомлены в семейной истории и событиях семьи около трети опрошенных (рис. 4).

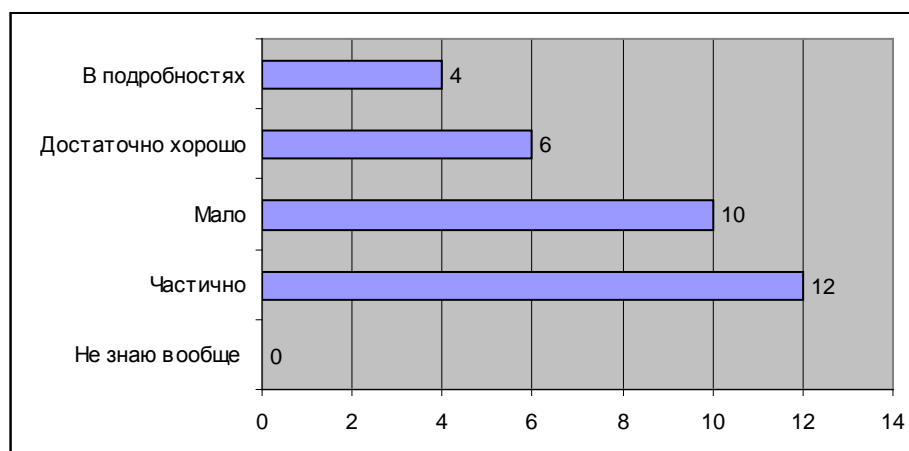


Рис. 4. Субъективная оценка степени осведомленности подростков в семейной истории

При анализе анкет подростков, разделенных на подгруппы (высоко- и низкоблагополучных), что и являлось основной целью исследования, удалось выявить характерные для каждой из подгрупп особенности.

Различия, касающиеся ценности для подростков семейной истории и уровня осведомленности в ней, заключаются в том, что высокоблагополучные имеют большее желание контактировать с членами расширенной семьи, уделять больше времени и внимания третьему и четвертому поколениям, интересуются уже ушедшими поколениями своей семьи. Тогда как у группы со сниженным уровнем психологического благополучия преобладает отказ от ответов на соответствующие вопросы, или же они отвечают, что не хотят ни с кем общаться больше, чем есть в настоящем (табл. 3).

Помимо этого две группы явно различаются в количестве образцов поведения, наблюдаемых в собственной семье. У группы подростков с низким уровнем психологического благополучия отмечается малое количество родственников, с которых они хотели бы брать пример. Тогда как в другой группе преобладают ответы о том, что у подростков имеется много родственников, которых они используют в качестве моделей.

Выразительные различия между группами были получены по блоку вопросов, связанных с межпоколенческой передачей, и вопросов, направленных на знание и ценность семейной истории (табл. 3, вопросы № 12, № 17, № 18). Ответы на вопросы, связанные с семейной историей, показывают, что подростки из группы с высокими показателями психологического благополучия знают семейную историю и проявляют интерес к ней. В группе с низкими показателями психологического благополучия знание семейной истории носит фрагментарный, случайный характер, а отношение к ней чаще – безразличное.

Таблица 3

Сравнение наиболее часто встречающихся ответов по Анкете осведомленности в семейной истории у подростков, различающихся уровнем психологического благополучия

Наиболее часто встречающиеся ответы	Низкоблагополучные	Высокоблагополучные
Вопрос № 7. С кем из членов семьи хотелось бы общаться больше?	«Ни с кем» – 60 % «Один родственник» – 40 %	Нуклеарная семья и вся расширенная – 100 %
Вопрос № 9. Есть ли такие люди в истории семьи, с которых бы ты хотел(а) брать пример?	«Есть родственники, с которых я беру пример, но их немного» – 80 %	«Есть много родственников, с которых я беру пример» – 60 %
Вопрос № 12. Как тебе кажется, насколько ты подробно знаешь историю семьи?	«Знаю мало» – 80 %	«Знаю в подробностях» – 60 %
Вопрос № 17. Остались ли в вашей семье какие-либо ценности от предыдущих поколений (фотографии, награды и прочее)? Если да, то насколько вам важно хранить эти вещи?	«Ценных вещей немного, но мы их бережем» – 80 %	«Много таких вещей и мы их тщательно оберегаем» – 80 %
Вопрос №18. Является ли важным для тебя изучение семейной истории?	«Частично знаю историю своей семьи» – 60 %	«Горжусь своей семьей и знаю историю семьи в подробностях» – 80 %

Таким образом, на небольшой выборке подростков обнаружена тенденция связи психологического благополучия с осведомленностью в собственной семейной истории. Для психологически благополучных подростков характерны регулярные и неформальные контакты с представителями расширенной семьи, переживание ценности семейной истории и направленность на ее изучение.

Знание семейной истории, представление о себе как о части семейного контекста, представителе семейной группы может изучаться как фактор психологического благополучия личности.

Литература

1. Блос П. Психоанализ подросткового возраста. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2010. 272 с.
2. Бэйкер К., Гиппенрейтер Ю.Б. Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях // Вопросы психологии. 1991. № 6. С. 155–163.
3. Бэйкер К., Варга А.Я. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. М.: Когито-Центр, 2012. 496 с.

4. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. М.: Когито-Центр, 2012. 182 с.
5. Гольжак В. де. История в наследство: семейный роман и социальная траектория. М.: Институт Психотерапии, 2003. 233 с.
6. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учеб. пособие. М.: Гардарики, 2005. 320 с.
7. Медведев С.Э. Трансгенерационные процессы при психической травме [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. 2010. № 4. URL: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050110> (дата обращения: 24.06.2014).
8. Сельвини-Палаццоли М. и др. Парадокс и контрпарадокс: новая модель терапии семьи, вовлеченной в шизофреническое взаимодействие/ Сельвини-Палаццоли М., Босколо Л., Чеккин Д., Прата Д. М.: Когито-Центр, 2010. 204с.
9. Солоед К.В. Психологические последствия репрессий 1917–1953 годов в судьбах отдельных людей и в обществе [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. 2010. № 4. URL: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050110> (дата обращения: 24.06.2014).
10. Тимофеева М.Н. Травма прошлого (сталинского режима) в клиническом материале российских пациентов [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. 2010. № 4. URL: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050110> (дата обращения: 24.06.2014).
11. Хамитова И.Ю. Межпоколенные связи: влияние семейной истории на личную историю ребенка [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. 2003. № 4. URL: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050110> (дата обращения: 24.06.2014).
12. Хамитова И.Ю. Семейная история: влияние на переживание женщиной беременности и родов // Консультативная психология и психотерапия. 2001. № 3. С. 125–151.
13. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.
14. Шутценбергер А.А. Синдром предков: трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. М.: Психотерапия, 2011. 256 с.
15. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольска И.М. Семейный диагноз. СПб.: Речь, 2003. 336 с.

Awareness of the Family History as a Factor in Psychological Well-being in Adolescence

Yakimova T.V.,

PhD (Psychology), Assistant Professor, Chair of Neuro-development and Abnormal Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, tyackimova@yandex.ru

Bondarenko Y.A.,

III year student, Department of Clinical and Special Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, mail_93@mail.ru

We present the results of the study of connection of psychological well-being of adolescents with their awareness of their own family history. We briefly overview the main trends and individual empirical studies on the influence of family history of psychological well-being of the individual. In the present study, we focus not on pathological influence of family history, but on its resource and supporting effect during the difficulties of adolescence. The study involved 32 teenagers. The empirical study is based on data obtained using a questionnaire designed to examine the links of teenager with extended family members and his awareness of family history. We found that adolescents who know their family history, have an interest in it and keep in touch with the extended family, are characterized by high values of the level of psychological well-being.

Keywords: family history, M. Bowen family systems theory, psychological well-being, adolescence.

References

1. Blos P. *Psikhoanaliz podrostkovogo vozrasta* [The young adolescent]. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2010. 272 p.
2. Beiker K., Varga A.Ya. *Teoriya semeinykh sistem Myurreya Bouena: Osnovnye ponyatiya, metody i klinicheskaya praktika* [Bowen family systems theory: Basic concepts, methods and clinical practice]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2012. 496 p.
3. Beiker K., Gippenreiter Yu.B. *Vliyanie stalinskikh repressii kontsa 30-kh godov na zhizn' semei v trekh pokoleniyakh* [the influence of Stalin's repressions of the end of thirties (30-es) on families' life in 3 generations]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 1991, no. 6, pp. 155–163.
4. Varga A.Ya. *Vvedenie v sistemnyuyu semeinuyu psikhoterapiyu* [Introduction in systemic family therapy]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2012. 182 p.
5. Gol'zhak de V. *Istoriya v nasledstvo: semeinyi roman i sotsial'naya traektoriya* [history of inherited: family romance and social trajectory]. Moscow: Institut Psikhoterapii, 2003. 233 p.
6. Medvedev S.E. *Transgeneratsionnye protsessy pri psikhicheskoi travme* [Transgenerational processes after a psychological trauma]. *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza PSYJOURNAL.ru* [Journal of practical psychology and psychoanalysis PSYJOURNAL.ru], 2010, no. 4. Available at: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2610> (Accessed 24.06.2014)

7. Sel'vini-Palatstoli M., Boskolo L., Chekin D., Prata D. Paradoks i kontrparadoks: novaya model' terapii sem'i, вовlechennoi v shizofrenicheskoe vzaimodeistvie [Paradox and Counterparadox: A New Model in the Therapy of the Family in Schizophrenic Transaction]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2010. 204p.
8. Soloed K.V. Psikhologicheskie posledstviya repressii 1917-1953 godov v sud'bakh ot del'nykh lyudei i v obshchestve [Psychological consequences of the repression in 1917-1953 in life of every single person and in society in whole]. *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza PSYJOURNAL.ru* [Journal of practical psychology and psychoanalysis PSYJOURNAL.ru], 2010, no. 4. Available at: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2604> (Accessed 24.06.2014)
9. Timofeeva M.N. Travma proshlogo (stalinskogo rezhima) v klinicheskom materiale rossiiskikh patsientov [The trauma of the past (of Stalin's regime) in the case story of Russian patients]. *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza PSYJOURNAL.ru* [Journal of practical psychology and psychoanalysis PSYJOURNAL.ru], 2010, no. 4. Available at: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2605> (Accessed 24.06.2014)
10. Khamitova I.Yu. Mezhpokolennye svyazi: vliyanie semeinoi istorii na lichnyuyu istoriyu rebenka [Intergenerational ties: the influence of a family history/story on a child's personal life]. *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza PSYJOURNAL.ru* [Journal of practical psychology and psychoanalysis PSYJOURNAL.ru], 2003, no. 4. Available at: <http://www.psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2817> (Accessed 24.06.2014)
11. Khamitova I.Yu. Semeinaya istoriya: vliyanie na perezhivanie zhenshchinoi beremennosti i rodov [A family story: the influence of a woman's better feelings, endurance of the period of pregnancy and delivery]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2001, no. 3, pp. 125-151.
12. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Psychological well-being of the person]. *Psikhologicheskaya diagnostika* [Psychological diagnostic], 2005, no. 3, pp. 95-123.
13. Shuttsenberger A.A. Sindrom predkov: transgeneratsionnye svyazi, semeinye tainy, sindrom godovshchiny, peredacha travm i prakticheskoe ispol'zovanie genosotsiogrammy [The Ancestor Syndrome: Transgenerational Psychotherapy and the Hidden Links in the Family Tree]. Moscow: Psikhoterapiya, 2011. 256 p.
14. Eidemiller E.G., Dobryakov I.V., Nikol'ska I.M. Semeinyi diagnoz [Family diagnosis]. St. Petersburg: Rech', 2003. 336 p.