

Профилактика семейных и сексуальных взаимоотношений подростающего поколения средствами телефонного консультирования

Галкина Е.Н.

Положение молодежи в обществе, тенденции и перспективы ее развития представляют для общества большой интерес и практическое значение, прежде всего потому, что они определяют его будущее. Здесь существенное место занимают отношение молодежи к браку и семье как основной ячейке общества. На детский Телефон доверия часто обращаются подростки, для которых построение взаимоотношений с противоположным полом является актуальным жизненным вопросом.

Устойчивость брачно-семейных отношений зависит от готовности молодых людей к семейной жизни, где готовность к браку понимается как система социально-психологических установок личности, определяющая эмоционально положительное отношение к семейному образу жизни.

В настоящее время изменение образа жизни, ценностей, структуры и функций семьи (в том числе передача обществу таких ее важных функций, как производственная, частично хозяйственно-бытовая и воспитательная) делает недостаточно эффективной родительскую подготовку молодежи к браку. Этот фактор наряду с другими (увеличение времени учебы, рост числа разводов среди молодых семей и др.) обуславливает необходимость введения специальных программ подготовки к семейной жизни в средних общих и специальных учебных заведениях, а также практики добрачного, предбрачного психологического консультирования.

Основной задачей добрачного консультирования можно выделить проблему поиска брачного партнера, а также снабжение молодых людей типичными для таких случаев сведениями. В качестве основной задачи предбрачного консультирования выделяют проблему оценки

потенциальной супружеской совместимости. Социальные программы включают в себя систему знаний об особенностях брачно-семейных отношений, прежде всего, социально-демографических, экономических, юридических, этических, психологических, педагогических, медицинских и гигиенических; систему хозяйственно-бытовых навыков и умений, умение правильно строить бюджет, рационально организовывать семейный досуг и успешно воспитывать детей; систему убеждений, установок и ценностей, влияющих на успешность брачно-семейных отношений. Социальные программы обычно реализуются в образовательных учреждениях разных типов, а также в семье.

Представляемый уровень подготовки к браку и семейной жизни надо отличать от реальной подготовленности (готовности) молодых людей к браку. Подготовленность к браку определяется: нравственно-психологической готовностью к совместной жизни, сексуальной воспитанностью, социальной самостоятельностью, наличием правовых знаний, готовностью к воспитанию, экономической и хозяйственной подготовкой.

Выдающимся пионером в осуществлении образовательного инструктивного метода подготовки к браку являлся Эрнст Р. Гровс, который в 1924 г. в одном из колледжей Университета Бостона ввел учебный курс под названием «Подготовка к браку и семейной жизни».

В формировании супружеской пары различают два периода: **добрачный** (к особенностям добрачного периода относят весь жизненный сценарий человека от его рождения до принятия парой решения о вступлении в брак) и **предбрачный** (к его особенностям относят взаимоотношение, взаимодействие с брачным партнером до заключения брачного союза).

На этапе добрачного общения решаются следующие задачи: необходимо достигнуть частичной психологической и материальной независимости от генетической семьи, приобрести опыт общения с другим полом, выбрать брачного партнера, приобрести опыт эмоционального и делового взаимодействия с ним.

Существует определенный возрастной период, в течение которого молодой человек обучается ухаживать. И чем длиннее этот процесс, тем больше ослабевает (замедляется) развитие социальных, физиологических реакций. По данным опроса 2001г. (Будынина М., Шнейдер Л.Б., 2001) наибольшее число добрачных знакомств произошло в возрасте 17 лет (у мужчин наибольшее количество пришлось на возраст 24 года, у женщин – 17 лет). Полученные данные говорят, что девушки созревают раньше, чем юноши (девушки знакомились со своими будущими партнерами начиная с 14 лет, а юноши с 17 лет). За исключением единичных случаев, когда знакомства происходили до 27 лет (у женщин) и до 32 лет (у мужчин).

В семейной психологии существуют различные теории выбора брачного партнера и мест знакомства.

Известна следующая статистика по добрачному знакомству (Шнейдер Л.В., 2001): 36,7% молодых людей знакомятся в местах отдыха или проведения досуга; 31% – по месту работы или учебы; 9% – живут на одной улице, в одном доме, знакомы с детства; 8% – познакомились на улице, в транспорте; распространены также Интернет-знакомства (которые приобретают все большую популярность), знакомства через брачные агентства, через клубы знакомств и т.д. Таким образом, преобладающее большинство знакомств совершается в обстановке, удаленной от бытовых проблем, способствующей возникновению знакомства: в местах досуга, отдыха, кинотеатрах, во время шопинга, во время рабочего перерыва, командировках и т.д. [7].

Консультирование молодежи по Телефону доверия.

В отечественной психологии проблема выбора партнера, как и специфика добрачного и предбрачного периодов, крайне редко являлась предметом теоретического и практического исследований. Отдельные ее аспекты освещались в работах Б.Ю. Шапиро, А.Н. Волковой, В.И. Штильбанс, Л.Я. Гозмана, Л.П. Панковой, В.А. Сысенко, М. А. Абалакиной, Н.Н. Нарицина.

Молодые люди не всегда готовы обращаться к психологу-консультанту. Некоторые стесняются идти со своими проблемами на личный контакт с психологом, предпочитая Телефон доверия.

Консультирование по телефону обеспечивает оперативность общения, щадящие условия и психологическую поддержку, которая позволяет человеку, обратившемуся к практическому психологу, избежать роли «пациента». Среди других условий, делающих консультирование по телефону привлекательным, выделяются: анонимность и связанная с этим особая доверительность; пространственно-временные особенности (человек может позвонить из любого места, где есть телефон, и в удобное для него время); право клиента на прерывание контакта; ограничение коммуникации аудиальным каналом.

При телефонном консультировании возникает эффект «случайного попутчика», когда в обычной дорожной беседе незнакомые люди порой буквально «изливают душу». Установлению особой доверительности способствует и то, что, несмотря на расстояние, абонент и психолог в определенном смысле находятся рядом. Их голоса звучат в непосредственной близости друг от друга, это создает ощущение доверительности и особой интимности беседы. Поэтому молодые люди часто выбирают Телефон доверия, так им легче обсуждать личные проблемы.

В добрачном и особенно предбрачном консультировании эффективным может быть использование методов позитивной семейной психотерапии Н.Пезешкиана, цель которой состоит в мобилизации потенциала и способностей клиента. Автор установил две сферы конфликта, влияющих на вид и выраженность конфликтной ситуации. Он назвал их актуальным и базовым (основным) конфликтами. По

Н.Пезешкиану, все люди для преодоления своих проблем обращаются к одним и тем же типичным формам реакции на конфликт. Если у нас есть проблемы, мы сердимся, чувствуем себя подавленными и непонятыми, живем в постоянном напряжении и не видим смысла в жизни, – все эти и другие трудности автор предлагает выразить в четырех сферах разрешения конфликта [6]:

1. Тело;
2. Фантазии, духовное, будущее;
3. Деятельность, карьера, успех, разум;
4. Контакты, семья.

Они дают представление о том, как человек воспринимает себя и окружающий мир и по какому пути идет признание реальности, а также контроль этой реальности.

По мнению Н.Пезешкиана, человеку необходимо достичь баланса этих четырех сфер, которые являются широкими категориями и понимаются каждым человеком в зависимости от собственных представлений, желаний и конфликтов. Например, мужчина реагирует на конфликт физическими недугами (тело), женщина, имевшая негативный опыт семейной жизни или неуверенная в себе, «уходит» в сферу деятельности, карьеры, при этом не развиваются остальные сферы, в частности сфера контактов, поэтому она одинока, не может создать семью. Только когда человек достигает баланса, он многое может сделать, в частности эффективно выстроить межличностное взаимодействие.

Психолог, работающий на детском Телефоне доверия, оказывающий квалифицированную психологическую помощь, должен быть компетентен в различных вопросах, связанных с организацией процесса подготовки молодежи к семейной жизни, а также должен уметь всесторонне и целенаправленно изучать семью, семейное воспитание, владеть разнообразными методиками и технологиями изучения семьи, позволяющими глубже проникнуть в мир семьи, увидеть ее своеобразие, понимать мотивы взаимоотношений, вовремя корректировать их, реализовывать аксиологический, личностно-ориентированный, культурологический и другие подходы в процессе подготовки молодежи к семейной жизни.

Человек, обратившийся за **психологической консультацией** по поводу выбора будущего партнера и взаимоотношений с ним, редко имеет готовые вопросы, на которые хотел бы получить конкретные ответы. Клиент обычно ожидает, что консультант поможет ему выбрать подходящего супруга, и надеется избежать разочарований и ошибок в семейной жизни (Силаева, 2004).

В индивидуальном психологическом консультировании применение диагностических методов не всегда оправданно, практические психологи отказываются от их использования во время ведения консультативной сессии. В добрачном и предбрачном консультировании также не рекомендуется во время беседы с клиентом (клиентами) использовать

тесты, однако их можно предложить в качестве домашнего задания (в случае, если консультация ведется по телефону), а также в том случае, если клиент выразил пожелание провести психодиагностику отношений в настоящем и получить прогноз на будущее.

Проблемы, связанные с поиском потенциального брачного партнера, могут быть следствием следующих причин [5]:

1) Особенности личности клиента затрудняют поиск партнера.

Тут проблемы связаны не столько с особенностями личности, сколько с тем, что клиент не замечает своей уникальности или расценивает ее как нарушение. Он считает себя таким, как все. Или же не таким, как все, но в таком случае осознание своей «инаковости» сопровождается желанием от нее избавиться, подогнать себя под определенный стандарт. Человек не ценит и не любит своей уникальности, не понимает ее глубокого смысла для мира и общества.

Таким образом, первая задача — помочь клиенту осознать свои особенности, их преимущества, принять и полюбить их. Вторая задача — попытаться выяснить, кто должен быть тот человек, с которым клиенту было бы хорошо. Распространенная ошибка клиентов — осознанно или на подсознательном уровне считать, что все люди противоположного пола в принципе одинаковы.

На этом этапе создается своеобразный эмоциональный потенциал будущей семейной жизни, запас чувств, которые позволят более успешно и менее болезненно адаптироваться к ней.

2) Давление социума или обстоятельств побуждает к преждевременному поиску брачного партнера. Речь идет о давлении социальных стандартов или обстоятельств на человека, побуждающих интенсифицировать поиск партнера при фактической неготовности к брачной жизни. Иногда результатом такой работы является внутренняя готовность вступить в брак, и тогда это происходит; иногда этого не происходит на протяжении долгого времени. Консультант лишь отчасти может стимулировать этот процесс и не всегда до конца понимает его смысл. Но ему следует уважительно относиться к природе человека, к тем задачам, которые тот считает нужным для себя решать.

3) Родительская семья клиента препятствует браку. Это может происходить по следующим причинам:

- клиент встроен в эмоциональную жизнь семьи, выполняет в ней определенную значимую для данной семьи функцию;
- негласно семья требует от клиента решить некоторую задачу, которую не могли разрешить другие члены семьи. Это связано с системой семейных ценностей;
- клиент не встроен в эмоциональную жизнь семьи и не выполняет в ней значимую функцию, но в силу своей недифференцированности он приписывает себе какую-то функцию и стремится ее выполнять.

4) Склад личности клиента и его образ жизни препятствуют браку.

Достаточно часто подростки обращаются на Телефон доверия с проблемами личностного характера: трудности в общении, неуверенность и т.д. В работе с такими проблемами можно использовать методы системной, поведенческой психотерапии, краткосрочного консультирования А.Адлера и др.

А. Адлер (2002) указал на специфический тип развития личности, для которого характерно рассматривать отношения между полами как сферу борьбы за власть, за доминирование. Для такого клиента супружеские отношения кажутся опасными: ведь тут можно потерпеть поражение. Существа противоположного пола тоже воспринимаются как опасные. Для того чтобы уклониться от опасных отношений, клиент зачастую склонен уходить в болезнь или в хронические страдания по поводу неразделенной любви. Это позволяет долгое время воздерживаться от реальных отношений и от вступления в брак. Брак рассматривается как поле самоутверждения, соперничества, а клиент ощущает, что еще недостаточно готов к победе на этом поприще. По сути, позиция уклонения от брака является для таких людей психологической защитой.

Принципы работы с проблемами, связанными с поиском потенциального партнера (по Адлеру):

- следует помочь клиенту осознать, что неразделенная любовь или болезнь являются, по сути, уловками, позволяющими уклониться от реальных отношений, которые кажутся опасными. Это мешает снова и снова использовать подобные уловки;

- клиент должен наконец дать себе отчет в том, что близкие отношения он воспринимает как борьбу за власть, за господство, за преобладание; что его волнует один главный вопрос: кто будет кем командовать. Для этого используется анализ и интерпретация слов и поступков клиента, касающихся сферы взаимоотношений с человеком противоположного пола, а также анализ сновидений;

- клиента следует переориентировать на отношения, в которых каждый несет ответственность за другого. Незыблемой основой отношений должна стать общая жизнь, сотрудничество. Клиент должен осознать пагубность своей установки и перейти к отношениям, которые предполагают сотрудничество, заботу, поддержку, уважение и интерес к другому.

Работу с личностными особенностями, затрудняющими поиск потенциального брачного партнера можно проводить посредством заданий[4].

По мнению Н.В. Свидерской, можно выделить два типа клиентов, склонных к стратегии максимально спонтанного поведения и отсутствию сознательных усилий при поиске потенциального партнера:

- со сниженной самооценкой, застенчивые, крайне интровертированные и тревожные;

- гиперактивные, эгоцентричные, имеющие высокий уровень притязаний по отношению к будущему супругу, ригидные и

консервативные.

Для работы с клиентами со сниженной самооценкой, застенчивыми, интровертированными и тревожными используются следующие стратегии работы:

- клиента помещают в ситуацию, которая помогла бы ему получить новый значимый опыт общения. Речь идет прежде всего об участии в тренинге общения, где есть возможность получать обратную связь, контактировать с окружающим миром, раскрыть себя, принять открытость других, осознать нереалистичность своего «Я» - образа;

- клиенту дают домашние задания: пробный контакт с лицами другого пола в процессе работы с группой; вынесение этого опыта на групповое обсуждение с целью получения отклика, строительства отношений;

Продолжаются индивидуальные консультации для коррекции происходящих личностных изменений.

Итак, проблема семейного благополучия связана, в первую очередь, с тем, насколько психологически совместимы друг другом члены будущей семьи. Совместимость, как многоуровневый феномен, связана не только с актуальным состоянием и личностными особенностями потенциальных супругов, но также и с их опытом прошлой жизни, опытом межличностных отношений в родительской семье. Наиболее оптимальна ситуация, когда опыт и усвоенный тип взаимоотношений будущих супругов носят в целом позитивный характер, сходны или взаимодополняемы (комплементарны), не противоречат общесоциальной системе правил и норм взаимодействия и взаимоотношений.

Профилактика семейных и сексуальных взаимоотношений подрастающего поколения — неотъемлемая составная часть общей системы воспитания и образования молодежи.

Вместе с тем еще совсем недавно считалось, что молодой человек по достижении определенного возраста уже полностью готов к созданию семьи. Однако обусловленность изменений семьи культурно-исторической динамикой общественных отношений не только не исключает, но и предполагает необходимость специальной подготовки подрастающих поколений к жизни в семье. Воспитывая детей, надо прививать им такие черты: терпеливость, чуткость, тактичность, недопустимость злых насмешек. Ребенка нужно учить тому, чтобы он умел строить свои отношения с людьми, совместно с ним проживающими. Воспитанный таким образом человек гораздо легче будет переносить семейные трудности.

Многочисленные социологические, педагогические, медико-психологические исследования убеждают нас в том, что готовность юношей и девушек к вступлению в брак и созданию семьи должна стать целью психологической работы.

Поэтому психологам, работающим консультантами на телефоне доверия, и педагогам необходимо целенаправленно заниматься с молодежью, подготавливая ее к будущей семейной жизни.

Литература

1. Антонов А.И. Микросоциология семьи (методология структур и процессов): Учебн. пособие для вузов /А.И. Антонов. — М.: Издательский Дом Nota Bene, 1998. - 360 с.

2. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. - М., 1987.

3. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Изд-во Ось-89, 2007. – 352 с.

4. Елизаров А.Н. Концепции и методы психологической помощи: Альфред Адлер, Карен Хорни, Карл Густав Юнг, Роберто Ассаджиоли: Учебное пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Ось-89, 2007. – 160 с.

5. Елизаров А.Н. Психологическое консультирование семьи: Учебное пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Изд-во Ось-89, 2005. – 400 с.

6. Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как психотерапевт. – М., 1993.

7. Шнейдер Л.Б. Семейная психология. – М. Спб.: Академический проект, Деловая книга, 2007. – 736с.