



Целительное влияние метода расстановок по Б. Хеллингеру основывается на избавлении от «переплетений». По сути своей, «переплетение» – это нарушение течения жизни внутри родовой истории. Т.е. естественная цепь событий, влияющая на судьбу того или иного человека сегодня, была нарушена когда-то в прошлом и мешает ему стать счастливыми в настоящий момент. Человек словно живет в искаженной реальности, не имея возможности вступить на правильный путь. Форма, в которой проявляются «переплетения», может быть абсолютно разной. Длительные неудачи в личной жизни или карьере, неуверенность в себе, зависимости, беспричинные проблемы со здоровьем – все это последствия нарушений в семейной системе.

Расстановки базируются на нескольких ключевых законах, нарушение которых нарушает изначальную структуру семейной системы и оказывает влияние на всех ее членов:

1. Закон принадлежности: каждый в системе имеет равное право на принадлежность. Если кто-то из семьи был исключен (то есть о нем не говорят, от него отrekliсь, забыли, не отдали должного уважения и почтения его судьбе) – кто-то из последующих поколений повторит его судьбу.
2. Закон иерархии: каждый имеет право на принадлежность в соответствии со своим местом в системе. Это может быть место старшего или младшего ребенка в семье, место, например, первой жены, место родного отца и др.
3. Закон равновесия: баланс между «давать» и «брать». Если в семье этот баланс был нарушен, например, кто-то взял на себя слишком, например, чью-то вину, или присвоил себе материальные ценности, которые не принадлежали ему по праву, или просто не взял, не принял своих родителей, своего партнера, такими, какие они есть, баланс систем нарушается.

Берт Хеллингер, в свою очередь, создал метод, который позволяет в любой момент времени воссоздать любую семейную систему и найти всем ее членам правильное место, восстановив ее изначальную структуру и устранив нарушения законов и, соответственно, «переплетения». Причем в своей практике он включает в семейную систему не только очевидных ее членов, но и тех, кто оказал на нее

существенное влияние, а также иногда болезни, представителей религий и др. Все эти «роли» выполняют так называемые заместители. Получается, что в конкретный момент времени заказчик может увидеть историю своего рода в нескольких поколениях, будто на шахматной доске.

«Фигуры» заместителей действительно двигаются, повинуюсь заместительскому восприятию. Никакой информацией о замещаемом члене системы заместитель не располагает, однако благодаря своеобразной всечеловеческой «базе данных» – Полю – может «прочитать» опыт предков заказчика и воспроизвести их эмоции. Особая сложность и противоречивость метода Хеллингера состоит в том, что никаких (или практически никаких) научных доказательств существования Поля нет. При этом базирующийся на фактически ненаучном и даже опасном (по мнению ряда специалистов) подходе метод набирает популярность год от года. Не вдаваясь в подробности споров сторонников и противников Хеллингера, отметим, что расстановки, скорее, лежат в области веры, чем строгого научного знания, неудивительно, что во многих статьях о расстановках так или иначе присутствуют упоминания о волшебстве, спиритизме, мистике, эзотерике, оккультизме, а Хеллингера иногда называют основателем секты.

Однако даже если принять метод расстановок на веру, «всплывает» еще ряд трудностей. Прежде всего, насколько заместители – обычные люди – способны воспроизводить послы Поля? Какова степень искажения информации? А расстановщик, по определению Хеллингера, должен найти внутри себя «пустую середину» – согласитесь, достаточно туманное определение.

Выделим основные проблемы восприятия информации Поля:

1) «слепые зоны» восприятия конкретного человека, т.е. то, что он не может выдержать, воспринять. Расстановщики признают, что никто не может быть «совершенным заместителем», открытым для любой истории. Один из крупнейших российских специалистов Е. Веселаго пишет, что «наши ограничения ведут свое происхождение из наших личных травм, из наших убеждений, из усвоенных нами социальных конструкций, из постулатов систем верований, которым мы следуем. А также это могут быть неосознанно унаследованные нами убеждения, ограничения и травмы наших родителей и членов семьи»;

2) физиологические ограничения, т.е. мужчина всегда будет ограничен в чувствовании историй беременности и родов, нерожавшая женщина тоже, и всякая женщина ограничена в том, чтобы чувствовать мужские сексуальные импульсы;

3) масштаб воспринимаемых событий; в событиях, которые затрагивали сотни и тысячи людей, образуется массив боли, который больше, чем может почувствовать один человек сейчас.

Кроме того, нельзя исключать, что исполнитель может добавлять актерства в расстановку, стараться «помочь» заказчику и тем самым исказить информацию и т.д.

Но даже если мы вновь отбросим сомнения и примем на веру, что заместительское восприятие действительно отражает реальные проблемы истории рода, остается еще одно весьма спорное место метода, а именно: изначальный запрос клиента и пострасстановочный результат могут быть диаметрально противоположными. Более того, следует признать, что заказчик должен быть готов, что его жизнь и/или жизнь его близких может «сойти с рельсов» или быть попросту разрушенной. Уже упоминавшаяся Е. Веселаго в своих статьях прямо говорит, что существуют «тайные истории, узнавание которых приносит в систему больше боли, чем сохранение вне области восприятия». И кто может знать, чья тайная история окажется роковой?

Все вышесказанное заставляет меня сделать вывод: несмотря на то, что метод расстановок Б. Хеллингера «берется» за «неоперабельные» привычными психотерапевтическими средствами случаи, его опора на неизученные явления, потенциально опасные для здоровья и жизни всех участников расстановки (включая не присутствовавших на ней членов семейной системы) последствия, а также некая «мистичность» самого расстановочного процесса, не позволяют рассматривать расстановки как панацею и регулярно использовать их в психологической практике. Можно согласиться, что, возможно, именно за методом расстановок будущее, а Хеллингер опередил свое время, но пока «заигрывания» с неизведанным напоминают опыты Марии Склодовской-Кюри, которая хоть и стала первой дважды нобелевской лауреаткой в истории, но умерла именно от последствий своего открытия. Отличие только в одном – Хеллингер «втягивает» в неизведанное и потенциально опасное тысячи людей...

Эссе «Что такое любовь?»

Каждый хочет любить... Но так ли много мы знаем об этом чувстве и, главное, так ли много делаем, чтобы в нашу жизнь пришла любовь? Мать Тереза говорила, что «протянутая рука – символ любви. Каждый человек хочет любить и быть любимым, знать, что он кому-то нужен, что его кто-то может назвать своим. А нам часто не

хватает времени даже на то, чтобы взглянуть друг на друга». И выводила свою формулу любви: «Любить ближнего – значит желать ему добра. Любовь это искусство, она требует тренировки. Хорошие врачи, музыканты, художники, спортсмены часами упражняются, чтобы усовершенствовать свои умения и способности. Так же и с любовью. Если мы не будем прикладывать усилий, чтобы любить, мы будем одиноки и несчастны».

С преодолением одиночества связывает любовь и священник Александр Мень: «Люди вообще-то одиноки, даже в обществе одиноки, и им нужен язык, чтобы понять друг друга. А язык, кстати, иногда только мешает этому. Полюбившие друг друга мужчина и женщина часто совсем не нуждаются в языке. Значит, в этом процессе мы часто вступаем в то, что Царство Божие нам обещает: полное духовное единство людей, полное преодоление всех трагедий, катастроф и процесс развития в светлую бесконечность. В момент влюбленности человек переживает состояние вечности, переживает Бога. В творчестве, в общении с природой и в любви человек встречается с Богом. Даже неверующий. Всегда...».

Но только ли нужда в преодолении одиночества заставляет нас жаждать любви? Увлекательный фильм с красноречивым названием «Тайны любви» представляет на суд зрителей разнообразные трактовки этого чувства. Основа этого документального кино – рассуждения философов, взгляды представителей разных конфессий, неожиданные предположения антропологов и биохимиков, уникальные результаты многолетних исследований... Материал действительно богат, однако разгадка этого стихийного, нелогичного, нематериального чувства все также далека.

Современная наука, изучающая природу этого явления, обнаружила фантастические изменения в мозге влюбленных людей – любовь подавляет чувство страха, негативные эмоции и критику. Почему у влюбленного человека учащается пульс, дыхание? Исследования биологов указывают на то, что любовь подобна наркотическому опьянению. Химики утверждают, что мы чувствуем любовь благодаря выбросу в кровь определенных гормонов. А биологи признают, что любовь это «уловка» эволюции и залог выживания рода человеческого. Однако выводя свои мудреные выводы, исследователи всех направлений признают, что любовь нельзя объяснить только при помощи науки.

А вот в советском фильме «Любить», напротив, любовь предстает во всем многообразии ее проявлений, о любви говорят простые люди. Но и такой подход не позволяет понять суть этого чувства. Можно лишь согласиться или не согласиться

с теми мыслями, которые высказываются в фильме. Можно с уверенностью утверждать, что просмотр этого кино лишь еще больше уводит дискуссию о любви в сферу субъективного. Важной особенностью советского фильма-эксперимента являются религиозные рассуждения, которые транслируются посредством цитат из соломоновой «Песни песней» и фрагментов интервью Александра Меня: «Человек не есть дух, и не есть тело. Человек уникальное в природе духовно-телесное существо. Поэтому в слиянии мужчины и женщины имеет огромное значение и то, и другое. Здесь нельзя разделить... А мы разделяем. В частности, мы знаем много всевозможных случаев, когда любовь вырождается, когда секс господствует. Это и есть разделение. Это разрезается живой человек, отделяется одно от другого, и тогда получается карикатура на любовь. Но и о платонической любви мы не напрасно говорим с улыбкой, потому что она тоже есть своего рода карикатура, хотя все-таки более безобидная карикатура, чем любовь, построенная только на сексе, – это уже опасная карикатура...» – еще одна фантастическая трактовка любви! Она будто вторит мысли из пронзительнейшего произведения Александра Ивановича Куприна «Яма»: «Любовь – это полное слияние умов, мыслей, душ, интересов, а не одних только тел. Любовь – громадное, великое чувство, могучее, как мир, а вовсе не валянье в постели».

В фильме «Тайны любви» справедливо отмечено, что большинство произведений мирового искусства посвящены этапу пылкой любви. А какая она, любовь тех, кто живет долго и счастливо и, как в сказках, умирает в один день? Индийский духовный лидер Ошо пишет: «Если это возможно, если ты любишь человека и живешь с ним или с ней всю жизнь, будет расти огромная близость, и любовь будет давать тебе более и более глубокие откровения. Это невозможно, если ты продолжаешь слишком часто менять партнеров. Это все равно, что постоянно пересаживать дерево с одного места на другое; тогда у него нет никаких корней. Чтобы вырастить корни, дереву нужно оставаться на одном месте. Тогда корни растут глубже; тогда дерево становится сильнее».

В своей жизни я видела пары, которые спустя 20 и 30 лет сохранили свою любовь. Видеть таких людей, уже счастье! И дело не в пресловутом стакане воды, а именно в единстве, в цельности... Вспоминается итальянская пословица: «Если любишь кого-то по-настоящему, то у тебя болят его раны». Невероятно точно. Невероятно трогательно.

А закончить хочу словами Александра Меня: «Я вам вот что скажу: говорить о любви не такое уж полезное дело. Надо попытаться жить в этом...».

Литература

Куприн А.И. Яма // Куприн А.И. Собрание сочинений в 6 т. Т. 5. М.: Гослитиздат, 1958. С. 3-381.

Ошо. Любовь, свобода, одиночество. Новый взгляд на отношения купить. М., 2006. – 288 с.

Триджиани А. Жена башмачника. М.: Фантом Пресс, 2015 – 512 с.

Правила жизни: Мать Тереза Калькуттская // Аптечный союз. Информационно-аналитический журнал для профессионалов фармацевтической индустрии.

Сентябрь 2014. – Режим доступа:

[http://www.farmsouz.ru/upload/Archive_journal/Aptechni_souz%20\(September\).pdf](http://www.farmsouz.ru/upload/Archive_journal/Aptechni_souz%20(September).pdf), , свободный.

Задание 2.

1. Ниже предлагается ситуация, связанная с семьей, характерная для работы психолога-консультанта. Разработайте план психодиагностических и коррекционных мероприятий на основе тех знаний, которые вы получаете в процессе изучения курса.

«Женщина средних лет, мать-одиночка жалуется на отсутствие психологической близости с дочкой 14 лет, снижение успеваемости у дочери. Дочь требует одежду, которую мать не одобряет, тайком от матери курит. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия».

Психолог должен объяснить родительнице, что подростки часто путают упрямство с волей, грубость со смелостью, озорство с решительностью. Они пока не различают социально позитивное и негативное поведение. Утверждая свое право на взрослость, они проявляют упрямство, замкнутость, дерзость. Всякая опека и контроль вызывают резкое недовольство и сопротивление. Теперь лучший путь выстраивания общения – дружеские отношения. А.А. Лубинец в статье «Характеристика общения подростков и взрослых» отмечает: «Особо благоприятной является ситуация когда взрослый выступает в качестве друга. Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогают подростку по-новому узнать сотрудничающих с ним взрослых. В результате создаются более

глубокие эмоциональные и духовные контакты, поддерживающие подростка в жизни. В связи с легкой ранимостью подростка для взрослых очень важно найти формы налаживания и поддержания этих контактов. Подросток испытывает желание поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать столь близкое общение».

Приведенные ниже советы позволят матери сделать столь важный первый шаг к новому формату общения с дочерью:

1. Проведите четкую границу между понятиями «родитель» и «друг». Вы можете стать другом своему ребенку. Но если вы при этом станете с ним «на одну планку», отбросите свое родительское превосходство – это рано или поздно приведет к проблеме. Это кажется грубым, но ребенок должен знать свое место в семье. Он – младший. Он только учится жить в мире проблем и противоречий. Вы же в первую очередь – поддержка, опора в трудную минуту. Подросток должен чувствовать в вас защиту, уважать ваш ум и умение выходить из сложных ситуаций. Поймите: дети могут найти друзей в любом месте. Тогда как хорошие родители встречаются крайне редко.

2. Будьте участливы. Это значит быть рядом, даже когда это нелегко и неудобно, когда вы загружены работой, когда усталость одолевает вас. Вы нужны своему ребенку. Особенно в подростковый период, когда проблемы кажутся неразрешимыми, мир несправедливым, а будущее весьма туманным. Вы всегда должны знать, что происходит в жизни вашего ребенка. Вы должны заслужить его доверие, пожертвовав своим свободным временем. Если ребенок будет уверен в вашей поддержке, вашем понимании – ему будет легче преодолеть этот тяжкий возраст.

3. Воспитывайте в подростковом возрасте ответственность. Это ваша великая задача, как подготовить подростка к жизни. Объясните, что если он хочет определенного образа жизни – нужно приложить определенные усилия для его достижения. Дело не только в деньгах, а в его ответственности, независимости и возможности «стоять на собственных ногах». У ребенка должны быть свои обязанности по дому. Ставьте перед ним задачи, но не «спускайте с рук», если они не делают то, что полагается. Это учит подростка, как устроен мир. В конечном итоге он будет благодарен вам за науку.

4. Умейте слушать. Это означает, слушать и понимать, не осуждая. Даже если ребенок спорит или даже грубит – не перебивайте. Постарайтесь уловить суть

проблемы. Очень часто это крик о помощи. Помните, что ваш ребенок вырос. Теперь его проблемы задевают его «по-взрослому». Помните: подросток нуждается не в нашей оценке, а в возможности еще раз проговорить то, что его волнует, он должен понять, что Вам не безразличны его проблемы, что Вы хотели бы понять его. Подобный разговор предполагает заинтересованность со стороны родителя, уточняющие вопросы. Не отвлекайтесь на посторонние дела, переспрашивайте, правильно ли Вы поняли то, что ребенок Вам рассказал. После такого разговора у подростка возникнет чувство облегчения, ощущение своей значимости. Иногда можно добавить, но крайне тактично, как бы Вы поступили на его месте. Делитесь с детьми своим личным опытом, ошибками, которые Вы совершали в их возрасте, переживаниями.

5. Не ленитесь объяснять. Всегда объясняйте причины ваших требований. Так вы поможете ребенку впоследствии принимать правильные решения самостоятельно. Так скажите, что вы хотите видеть его дома к определенному времени, поскольку после этого на улицах не безопасно. Подросток должен видеть в вашей просьбе заботу, а не сухое требование, бездушный приказ.

6. Будьте готовы встать на защиту подростка. При всей кажущейся взрослости, подростки – самые уязвимые существа на свете. Они нуждаются в защите. Кто же еще встанет на их сторону, если не родители? Дайте ребенку понять, что вы с ним. Что вступитесь, поможете советом и никогда не осудите. Подростку важно знать, что он не один в этом мире.

7. Будьте в курсе. Знать, какую музыку слушает ваш ребенок, как зовут его друзей (и их родителей), быть в курсе его школьных дел – задача максимум для хороших родителей. Это необходимо, чтобы иметь точки соприкосновения в общении родителей с подростком. Он обязательно оценит ваше внимание. Видя, что вы в курсе всех его дел, подросток просто не сможет вас игнорировать. И вряд ли захочет.

8. Будьте гибким. Правила, конечно, должны быть, но не без исключений. Например, когда ребенок должен убраться в своей комнате, но он занялся чтением интересной книги и просто забыл о своих обязанностях. Будьте гибкими, зрите в корень вопроса. В конце концов, уборка может подождать. Дайте ребенку понять, что вы не бездушная машина, отдающая приказы, а человек, понимающий и умеющий идти на компромисс. Поверьте, уже завтра подросток сам уберет в своей комнате. С удовольствием.

9. *Имейте с ребенком общие интересы.* Наличие общих интересов означает, что вы понимаете друг друга лучше. Вы вместе учитесь и делитесь опытом. Поверьте, ваш подросток хочет иметь какую-то связь с вами, кроме споров насчет помощи по дому или длины юбки.

10. *Продолжайте говорить, даже если он не будет слушать.* Это кажется нелепым, но подростки всегда прислушиваются к родителям. Даже тогда, когда они кричат, они прекрасно слышат и понимают вас. Скажите своему ребенку, что вы думаете о курении, наркотиках, сексе. Информация обязательно пройдет через него, даже если это выглядит так, как будто этого не произошло. Не игнорируйте проблемы ребенка. И он не сможет проигнорировать вас.

Кроме того, родителю необходимо учесть *несколько важных правил:*

Использовать только «я-сообщения». Необходимо научиться выражать даже самые сильные чувства мирно. Мы, родители, часто испытываем чувства обиды, раздражения, гнева по отношению к нашим детям, и это неизбежно. Мы можем выражать наши чувства с помощью угроз, обвинений и оскорблений, но в очередной раз понимаем, что такие действия оказываются безрезультатными и вызывают агрессию со стороны нашего отрока, и заставляют нас в очередной раз испытать чувство вины. Для этого необходимо говорить о своем чувстве, обозначив его, не обвиняя ребенка, безоценочно описать ситуацию, которой Вы недовольны, сформулировать желательный результат. Например, «Я испытываю сильное раздражение, когда вижу в раковине гору невымытой посуды, я хотела бы, чтобы посуда была вымыта к моему приходу с работы».

Фраза в «я-сообщениях» строится по следующему принципу:

– Вы описываете факты, которые вызывают у вас недовольство. «Когда на столе остается грязная посуда....», «когда ко мне не прислушиваются....»

– Рассказываете о своих эмоциях в этот момент: «я жутко раздражаюсь», «чувствую, что мое мнение никому не интересно»

– Объясняете, как на вас воздействует такое поведение собеседника: «потому что дома становится неуютно и некомфортно», «и мне уже не хочется дальше участвовать в обсуждении»

– Сообщаете о своих пожеланиях: «я была бы очень признательна, если бы ты убирал за собой после обеда», «очень хотелось бы, чтобы и мое мнение

учитывалось».

Предупредите родителя, что так выражать свои чувства значительно труднее, чем кричать, эффект не будет мгновенным, но если это станет привычкой, то Вы увидите, как уменьшится количество скандалов в Вашем доме и появится возможность спокойно разговаривать о том, что Вас не устраивает в поведении Вашего ребенка. Высказывая дочери недовольство ее проступком, не припоминайте все ее предыдущие прегрешения и не переходите на личность ребенка.

Не читайте нотаций. Постарайтесь избегать длительных нотаций и нравоучений. Чаще всего, к подростковому возрасту, Ваш ребенок уже знает все, что Вы ему скажете, и сам может прочитать целую лекцию на эту тему. Если Вы недовольны поведением вашего чада, постарайтесь выразить свое недовольство в краткой форме – тогда у Вас появится шанс быть услышанными

Храните тайны, сокровенное своего ребенка. Если подросток Вам открылся, не передавайте Ваш разговор без его разрешения другим членам семьи или знакомым. Это может значительно уменьшить доверие между Вами. Если Вы считаете, что такая ценная информация была бы важна для кого-то еще, спросите ребенка, можете ли Вы поделиться этим, например, с бабушкой.

Научитесь уважать личность ребенка. Подросток жаждет от нас, взрослых, общения на равных, уважения к своей личности и возможно, через много лет он нам скажет спасибо за то, что мы верили в него даже тогда, когда он ошибался и делал глупости, поддерживали и любили, не смотря ни на что

Общайтесь ежедневно. Ежедневное общение является важным для поддержания открытости между вами. Ваш ребенок будет более расположен, доверять вам, если вы будете общаться с ним ежедневно. Доверие к кому-либо заключается в практике. Оно может быть построено только на многозначительных отношениях, которые упрощаются хорошим общением.

Используйте в повседневном общении приветливые фразы. Например: «Мне хорошо с тобой...», «Мне нравится, как ты...», «Ты, конечно, справишься...», «Как хорошо, что ты у нас есть...» и другие.

Ситуация осложняется тем, что ребенок растет в неполной семье. А.Б. Синельников в статье «Наследуется ли безбрачие?» отмечает, что «в полных семьях дети видят, как родители ссорятся, но они же замечают и то, как родители потом мирятся –

ведь в большинстве случаев конфликт не приводит к раз- воду. А дети из неполных семей совершенно не представляют себе, как идти на компромиссы и добиваться мирного завершения конфликта». Поэтому *матери необходимо в конфликтной ситуации применять определенный алгоритм действий:*

- 1. Прояснение конфликтной ситуации.* Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: что он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д. Делает он это в стиле активного слушания, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение ребенка. После этого родитель говорит о своем желании или проблеме, используя форму «Я-сообщения». Например: «Знаешь, я очень ждала этой передачи» (вместо: «Ты что, не знаешь, что я смотрю ее каждый день?!»).
- 2. Сбор предложений.* Этот этап начинается с вопроса: «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» или «Как нам поступить?». После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее, с точки зрения взрослого, предложение, не отвергается. Сначала предложения просто набираются «в корзинку». Если предложений много, их можно записать на листе бумаги.
- 3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.* На этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. «Стороны» к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения. Когда в обсуждении участвует несколько сторон, наиболее приемлемым считается предложение, которое устраивает всех участников.
- 4. Детализация решения.* После того, как был выбран путь разрешения конфликтной ситуации, необходимо продумать его реализацию вплоть до малейших деталей.

Кроме того, психологу полезно разобрать с матерью следующие примеры:

Выдержка из статьи «Железные зубы, свирепый оскал. Сережа Безруков преступником стал!» (газета «Комсомольская правда» от 10-17 сентября 2009года): «Благодаря моим родителям у меня было ровное, счастливое детство. Отец – очень талантливый артист – находил время заниматься моим воспитанием и не позволил двору захватить меня. Он заинтересовал меня другими, более полезными вещами. Я хорошо лепил, рисовал. Мы с ним путешествовали, объездили Золотое кольцо. Он был для меня скорее даже старшим братом, который занимал мое воображение и

имел на меня огромное влияние. Он играл с нами, с пацанами, в футбол. Я не курил и не пил, потому что мне это было совсем неинтересно. Я вспоминаю, как мы с ним в Михайловском, стоя у стога сена, читали по очереди Пушкина. Был удивительный закат. Это было счастье. В этом смысле отец и есть та точка отсчета, которая изменила меня и указала правильный ориентир. Я помню, как однажды, поддавшись стадному чувству, вместе с классом прогулял уроки. Он не ругался. Но мне было стыдно. Он учил меня быть собой».

Отрывок из размышлений В.А. Сухомлинского «Внутренний монолог подростка»:
«Не опекайте меня, не ходите за мной, не связывайте каждый мой шаг, не свивайте меня пеленками присмотра и недоверия, не напоминайте и словом о моей колыбели. Я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня вели за руку. Передо мной высокая гора. Это цель моей жизни. Я вижу, думаю о ней, хочу достичь ее, но взойти на эту вершину хочу самостоятельно. Я уже поднимаюсь, делаю первые шаги; и чем выше ступает моя нога, тем более широкий горизонт открывается мне, тем больше вижу я людей, тем больше познаю их, тем больше людей видят меня. От величия и безграничности того, что мне открывается, делается страшно. Мне необходима поддержка старшего друга. Я достигну своей вершины, если буду опираться на плечо сильного и мудрого человека. Но мне стыдно и боязно сказать об этом. Мне хочется, чтобы все считали, что я самостоятельно, своими силами доберусь до вершины».

1. Ниже предлагается ситуация, связанная с семьей, характерная для работы психолога-консультанта. Разработайте план психодиагностических и коррекционных мероприятий на основе тех знаний, которые вы получаете в процессе изучения курса.

«За психологической помощью обратилась молодая супружеская пара. Муж жалуется на постоянные мелочные придирки к нему супруги. Например, однажды она его спрашивает: "Что ты делаешь в транспорте по дороге на работу?" Муж: "Газету читаю". Супруга: "А, вот если бы ты не газеты читал, а научные статьи по специальности, ты бы уже давно кандидатскую защитил". Муж на это реагирует вспышками гнева, бранью, угрозами развода. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия».

На уровне житейских представлений слово «конфликт» часто употребляется в одном ряду с такими словами, как «ссора», «разногласие», «непонимание», «напряжение», «размолвка». Научное определение, предложенное психологами,

сужает его значение: это вид отношений - межличностных, личности и группы, межгрупповых, - в основе которых лежит объективное несовпадение и даже противоречие целей, интересов, мнений участников. Отсюда следует, что конфликт всегда имеет под собой некое основание, реальную причину, от которой нельзя просто отмахнуться. Основа семейных конфликтов - рассогласование между представлениями потребностях друг друга и между ожиданиями относительно друг друга, что порождает конфликты потребностей и конфликты несоответствия. Спор можно прекратить, если он надоел, ссору - остановить, предпочтя «худой мир». Конфликт можно только решить, т. е. провести специальную работу по выяснению противоречащих друг другу интересов и поиску решения, приемлемого для обеих сторон.

Ссора представляет собой конфликт самооценок: участники ссоры стремятся поддержать самомнение и собственную репутацию ценой снижения самомнения и репутации «противника». Начало супружеской ссоры в быту - «переход на личности»; ссора всегда включает личные обвинения. Осадок от ссор не исчезает. Груз взаимных обид копится. Каждый невольно ищет, что можно противопоставить услышанным обвинениям, невольно приближает момент, когда эти аргументы можно будет использовать, то есть приближает очередную ссору. Ссоры растут, из мелких стычек превращаются в крупные, затяжные конфликты.

Открытый конфликт проявляется чаще через:

- открытый разговор в подчеркнуто корректной форме;
- взаимные словесные оскорбления;
- демонстративные действия (хлопанье дверью, битье посуды, стучание кулаком по столу);
- оскорбление физическими действиями и др.

В семейной жизни всегда работает принцип: будущее - это тоже прошлое плюс еще одна ссора в памяти. Чтобы избегать ссор, чтобы избавить самого себя от повышенной ранимости, обидчивости, человек должен постараться не рассматривать каждую вспышку раздражения у супруга как угрозу своей личности.

Кроме того, одно из условий завершения конфликта любящих супругов — не добиваться победы. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого, какая бы вина ни лежала на нем. Нужно

быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же тебя на самом деле волнует. Постоянные ссоры по малейшему поводу – это тревожный сигнал, который означает, что есть некая скрытая проблема в отношениях, которую не осознаете ни вы, ни ваша вторая половина. Психолог должен помочь супругам понять, что не устраивает по большому счету? Может быть, в чем-то не оправдались ваши ожидания? Или есть какие-то застарелые обиды?.

В диагностических целях необходимо провести несколько тестов.

1) Тест Т. Лири «Диагностика межличностных отношений»

Методика, созданная Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г., предназначена для исследования представлений субъекта о себе реальном и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах, в т.ч. в семьях и супружеских парах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке.

Для представления основных социальных ориентаций Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: доминирование-подчинение, дружелюбие-враждебность. В свою очередь эти секторы разделены на восемь – соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей.

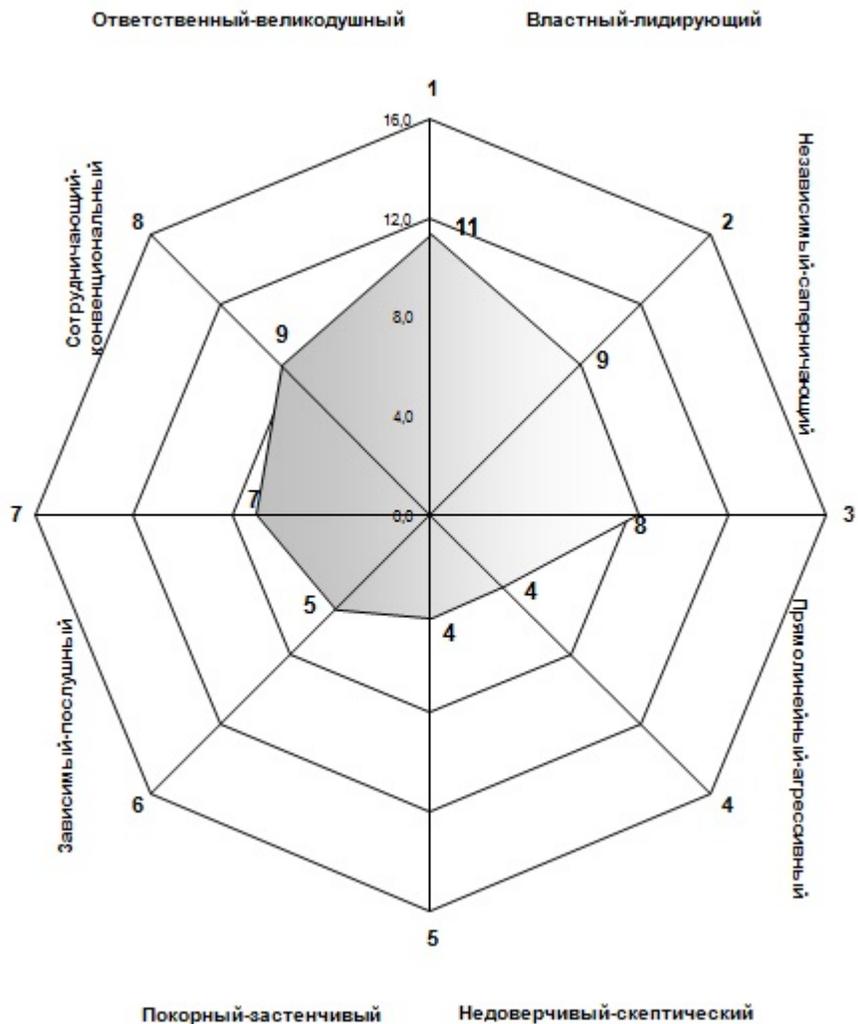


Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе оказываются результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (доминирование-подчинение) и горизонтальная (дружелюбие-враждебность) оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выяснение какого-либо типа отношений, расположены не подряд, а особым образом: они группируются по 4 и повторяются через равное количество определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа.

Т. Лири предлагал использовать методику для оценки наблюдаемого поведения людей, т.е. поведения в оценке окружающих («со стороны»), для самооценки, оценки близких людей, для описания идеального «Я». В соответствии с этими уровнями диагностики меняется инструкция для ответа.

Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

Цель исследования заключается в том, чтобы выявить особенности отношений Я-реального и Я-идеального в самооценке каждого из супругов, а также в оценке друг друга.

На первом этапе исследования – супружеской паре предлагается заполнить бланк опросника согласно инструкции. Заполнение проходит в 4 этапа, на каждом этапе участникам предлагается новая инструкция.

Инструкция испытуемому 1: «Уважаемый участник исследования! Перед Вами перечень признаков, с помощью которых можно описать психологический портрет человека. Выберите только те признаки, которые Вы можете отнести к себе, и отметьте их. Долго не задумывайтесь, если не уверены – не отмечайте! Спасибо!»

Инструкция испытуемому 2: «Уважаемый участник исследования! Перед Вами тот же перечень признаков, с помощью которых можно описать психологический портрет человека. Выберите только те признаки, которыми Вы хотели бы обладать в идеале (в т.ч. и те признаки, которыми Вы уже обладаете), и отметьте их. Долго не задумывайтесь, если не уверены - не отмечайте! Спасибо!»

Инструкция испытуемому 3: «Теперь выберите только те признаки, которыми, Вам кажется, обладает Ваш супруг, и отметьте их. Спасибо!»

Инструкция испытуемому 4: «А теперь выберите только те признаки, которыми, Вам хотелось бы, чтобы обладал Ваш супруг в идеале (в т.ч. те признаки, которые в нем уже есть), и отметьте их. Спасибо!»

На следующем этапе полученные результаты обрабатываются в соответствии с ключом методики и наносятся на дискограммы, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль.

Последний этап – анализ полученных результатов.

Сводная таблица результатов

Черты	Ответы жены				Ответы мужа		
	О себе реальной	О себе идеальной	О муже реальном	О муже идеальном	О себе реальном	О себе идеальном	О

Доминирование

Уверенность в себе

Агрессивность

Скептицизм

Подчинение

Доверчивость

Дружелюбие

Отзывчивость

Опросник

1. Другие думают о нем благосклонно
2. Производит впечатление на окружающих
3. Умеет распоряжаться, приказывать
4. Умеет настоять на своем

5. Обладает чувством достоинства
6. Независимый
7. Способен сам позаботиться о себе
8. Может проявлять безразличие
9. Способен быть суровым
10. Строгий, но справедливый
11. Может быть искренним
12. Критичен к другим
13. Любит поплакаться
14. Часто печален
15. Способен проявлять недоверие
16. Часто разочаровывается
17. Способен быть критичным к себе
18. Способен признать свою неправоту
19. Охотно подчиняется
20. Уступчивый
21. Благодарный
22. Восхищающийся, склонный к подражанию
23. Уважительный
24. Ищущий одобрения
25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи
26. Стремится ужиться с другими
27. Дружелюбный, доброжелательный
28. Внимательный, ласковый
29. Деликатный
30. Ободряющий
31. Отзывчивый на призывы о помощи
32. Бескорыстный
33. Способен вызывать восхищение
34. Пользуется у других уважением
35. Обладает талантом руководителя
36. Любит ответственность
37. Уверен в себе
38. Самоуверен, напорист
39. Деловитый, практичный
40. Любит соревноваться
41. Стойкий и упорный, где надо

42. Неумолимый, но беспристрастный
43. Раздражительный
44. Открытый, прямолинейный
45. Не терпит, чтобы им командовали
46. Скептичен
47. На него трудно произвести впечатление
48. Обидчивый, щепетильный
49. Легко смущается
50. Не уверенный в себе
51. Уступчивый
52. Скромный
53. Часто прибегает к помощи других
54. Очень почитает авторитеты
55. Охотно принимает советы
56. Доверчив и стремится радовать других
57. Всегда любезен в обхождении
58. Дорожит мнением окружающих
59. Общительный, уживчивый
60. Добросердечный
61. Добрый, вселяющий уверенность
62. Нежный, мягкосердечный
63. Любит заботиться о других
64. Бескорыстный, щедрый
65. Любит давать советы
66. Производит впечатление значительного человека
67. Начальственно повелительный
68. Властный
69. Хвастливый
70. Надменный и самодовольный
71. Думает только о себе
72. Хитрый, расчетливый
73. Нетерпим к ошибкам других
74. Корыстный
75. Откровенный
76. Часто недружелюбен
77. Озлобленный
78. Жалобщик

79. Ревнивый
80. Долго помнит свои обиды
81. Самобичующийся
82. Застенчивый
83. Безынициативный
84. Кроткий
85. Зависимый, несамостоятельный
86. Любит подчиняться
87. Предоставляет другим принимать решения
88. Легко попадает впросак
89. Легко поддается влиянию друзей
90. Готов довериться любому
91. Благорасположен ко всем без разбора
92. Всем симпатизирует
93. Прощает все
94. Переполнен чрезмерным сочувствием
95. Великодушен, терпим к недостаткам
96. Стремится покровительствовать
97. Стремится к успеху
98. Ожидает восхищения от каждого
99. Распоряжается другими
100. Деспотичный
101. Сноб, судит о людях лишь по рангу и достатку
102. Тщеславный
103. Эгоистичный
104. Холодный, черствый
105. Язвительный, насмешливый
106. Злой, жестокий
107. Часто гневлив
108. Бесчувственный, равнодушный
109. Злопамятный
110. Проникнут духом противоречия
111. Упрямый
112. Недоверчивый, подозрительный
113. Робкий
114. Стыдливый
115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться

116. Мягкотелый
117. Почти никогда никому не возражает
118. Навязчивый
119. Любит, чтобы его опекали
120. Чрезмерно доверчив
121. Стремится сыскать расположение каждого
122. Со всеми соглашается
123. Всегда дружелюбен
124. Любит всех
125. Слишком снисходителен к окружающим
126. Старается утешить каждого
127. Заботится о других в ущерб себе
128. Портит людей чрезмерной добротой

Ключ

Авторитарный: 1 - 4, 33 - 36, 65 - 68, 97 - 100.

Эгоистичный: 5 - 8, 37 - 40, 69 - 72, 101 - 104.

Агрессивный: 9 - 12, 41 - 44, 73 - 76, 105 - 108.

Подозрительный: 13 - 16, 45 - 48, 77 - 80, 109 - 112.

Подчиняемый: 17 - 20, 49 - 52, 81 - 84, 113 - 116.

Зависимый: 21 - 24, 53 - 56, 85 - 88, 117 - 120.

Дружелюбный: 25 - 28, 57 - 60, 89 - 92, 121 - 124.

Альтруистический: 29 - 32, 61 - 64, 93 - 96, 125 - 128.

По специальным формулам определяются показатели по основным факторам: доминирование и дружелюбие.

Доминирование = $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI)$

Дружелюбие = $(VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$

Максимальная оценка уровня - 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения:

0-4 балла – низкая

адаптивное поведение

5-8 баллов – умеренная

9-12 баллов – высокая

экстремальное

до патологии поведение

13-16 баллов - экстремальная

Типы отношения к окружающим

I. Авторитарный

13-16 – диктаторский, властный, деспотический характер, тип сильной личности, которая лидирует во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других. Окружающие отмечают эту властность, но признают ее.

9-12 – доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения.

0-8 – уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

II. Эгоистичный

13-16 – стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый.

0-12 – эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

III. Агрессивный

13-16 – жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9-12 – требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый,

ироничный, раздражительный.

0-8 – упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

IV. Подозрительный

13-16 – отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно на всех жалуется, всем недоволен (шизоидный тип характера).

9-12 – критичный, необщительный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0-8 – критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

V. Подчиняемый

13-16 – покорный, склонный к самоунижению, слабовольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9-12 – застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0-8 – скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

VI. Зависимый

13-16 – резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

9-12 – послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0-8 – конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

VII. Дружелюбный

9-16 – дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогрупп имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0-8 – склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам «хорошего тона» в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

VIII. Альтруистический

9-16 – гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя «маска», скрывающая личность противоположного типа).

0-8 – ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

Первые четыре типа межличностных отношений — 1, 2, 3 и 4 — характеризуются преобладанием неконформных тенденций и склонностью к дизъюнктивным (конфликтным) проявлениям (3, 4), большей независимостью мнения, упорством в отстаивании собственной точки зрения, тенденцией к лидерству и доминированию (1, 2). Другие четыре октанта — 5, 6, 7, 8 — представляют противоположную картину: преобладание конформных установок, конгруэнтность в контактах с окружающими (7, 8), неуверенность в себе, податливость мнению окружающих, склонность к компромиссам (5, 6).

2) Ролевые ожидания и притязания в браке

Характер супружеских отношений во многом зависит от степени согласованности семейных ценностей мужа и жены и ролевых представлений о том, кто и в какой степени отвечает за реализацию определенной семейной сферы. Адекватность

ролевого поведения супругов зависит от соответствия ролевых ожиданий (установка мужа и жены на активное выполнение партнером семейных обязанностей) ролевым притязаниям супругов (личная готовность каждого из партнеров выполнять семейные роли). Данная методика, разработанная А. Н. Волковой, позволяет определить:

1. Представления супругов о значимости в семейной жизни сексуальных отношений, личностной общности мужа и жены, родительских обязанностей, профессиональных интересов каждого из супругов, хозяйственно-бытового обслуживания, моральной и эмоциональной поддержки, внешней привлекательности партнеров. Эти показатели, отражая основные функции семьи, составляют шкалу семейных ценностей (ШСЦ).

2. Представления супругов о желаемом распределении ролей между мужем и женой при реализации семейных функций, объединенные шкалой ролевых ожиданий и притязаний (ШРОП).

Оснащение.

1. Два набора по 36 карточек из плотной бумаги, (картона). На каждую карточку наносится номер и текст суждения

Текст методики «Ролевые ожидания и притязания в браке»

Женский вариант

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей.

2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.

3. Сексуальные отношения – главное в отношениях мужа и жены.

Мужской вариант

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей

2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.

3. Сексуальные отношения – главное в отношениях мужа и жены.

- | | |
|--|---|
| 4. Главное в браке–чтобы у мужа и жены было много общих интересов. | 4. Главное в браке–чтобы у мужа и жены было много общих интересов. |
| 5. Муж–это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения. | 5. Жена–это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения. |
| 6. Муж – это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах. | 6. Жена – это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах. |
| 7. Самая главная забота мужа – обеспечить материальный достаток и бытовой комфорт семьи. | 7. Самая главная забота жены– чтобы в семье все были накормлены и ухожены. |
| 8. Муж должен заниматься домашним хозяйством наравне с женой. | 8. Женщина многое теряет в моих глазах, если она плохая хозяйка. |
| 9. Муж должен уметь обслужить себя, а не ждать, что жена возьмет на себя все заботы о нем. | 9. Женщина может гордиться собой, если она хорошая хозяйка своего дома. |
| 10. Муж должен заниматься детьми не меньше, чем жена. | 10. Я хотел бы, чтобы моя жена любила детей и была им хорошей матерью. |
| 11. Я хотела бы, чтобы мой муж любил детей. | 11. Женщина, которая тяготится материнством, неполноценная женщина. |
| 12. О мужчине я сужу по тому, хороший или плохой он отец своим детям. | 12. Для меня главное в женщине, чтобы она была хорошей матерью моим детям. |
| 13. Мне нравятся энергичные, деловые мужчины. | 13. Мне нравятся деловые и энергичные женщины. |

14. Я очень ценю мужчин, серьезно увлеченных своим делом.

14. Я очень ценю женщин, всерьез увлеченных своим делом.

15. Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моего мужа.

15. Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моей жены.

16. Муж должен уметь создавать в семье теплую, доверительную атмосферу.

16. Жена должна, прежде всего, создавать и поддерживать теплую, доверительную атмосферу в семье.

17. Для меня главное – чтобы мой муж хорошо понимал меня и принимал такой, какая я есть.

17. Для меня главное – чтобы моя жена хорошо понимала меня и принимала таким, каков я есть.

18. Муж – это, прежде всего друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.

18. Жена – это, прежде всего друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.

19. Мне нравится, когда мой муж красиво и модно одет.

19. Мне очень нравится, когда моя жена красиво и модно одета.

20. Мне нравятся видные, рослые мужчины.

20. Я очень ценю женщин, умеющих красиво одеваться.

21. Мужчина должен выглядеть так, чтобы на него было приятно посмотреть.

21. Женщина должна выглядеть так, чтобы на нее обращали внимание.

22. Самая главная забота женщины, чтобы в семье все были обихожены.

22. Я всегда знаю, что нужно купить для нашего дома.

23. Я всегда знаю, что нужно купить для моей семьи.

23. Я люблю заниматься домашними делами.

24. Я собираю полезные советы хозяйке: как готовить вкусные блюда, консервировать овощи, фрукты.

24. Я могу сделать ремонт и отделку квартиры, починку бытовой техники.

25. Главную роль в воспитании ребенка всегда играет мать.

25. Дети любят играть со мной, охотно общаются, идут на руки.

26. Я не боюсь трудностей, связанных с рождением и воспитанием ребенка.

26. Я очень люблю детей и умею с ними заниматься.

27. Я люблю детей и с удовольствием занимаюсь с ними.

27. Я принимал бы активное участие в воспитании своего ребенка, даже если бы мы с женой решили расстаться.

28. Я стремлюсь добиться своего места в жизни.

28. Я стремлюсь добиться своего места в жизни.

29. Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.

29. Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.

30. Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.

30. Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.

31. Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.

31. Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.

32. Окружающие часто доверяют мне свои беды.

32. Окружающие часто доверяют мне свои беды.

33. Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.

33. Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.

34. Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.

34. Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.

35. Я люблю красивую одежду, ношу украшения, употребляю косметику.

35. Я стараюсь носить ту одежду, которая мне идет.

36. Я придаю большое значение своему внешнему виду.

36. Я придирчиво отношусь к покрою костюма, фасону рубашки, цвету галстука.

2. Два набора по 4 карточки-классификатора с одной из следующих надписей на каждой:

- «Полностью согласен»,
- «В общем это верно»,
- «Это не совсем так»,
- «Это неверно».

Порядок работы. Супругам предлагается самостоятельно ознакомиться с набором утверждений, соответствующих их полу, и со следующей письменной *инструкцией*: «Уважаемый товарищ! На предложенных Вам карточках напечатаны различные утверждения о браке, семье, отношениях мужа и жены. Перед Вами лежат четыре карточки с напечатанными вариантами ответов: «Полностью согласен», «В общем это верно», «Это не совсем так», «Это неверно». Внимательно читая каждое утверждение, распределите все карточки соответственно этим четырем вариантам ответов. Если Вы полностью разделяете утверждение, положите его под карточкой «Полностью согласен». Если Вы считаете, что утверждение верно, но с небольшими оговорками и дополнениями, положите его под карточкой «В общем это верно». Если утверждение кажется Вам непригодным для Вас, но в нем есть что-то, с чем

Вы согласны, положите его под карточкой «Это не совсем так». Если Вы категорически не согласны с утверждением, положите его под карточкой «Это неверно». Распределяя карточки с утверждениями на четыре группы, постарайтесь выразить Ваше личное мнение, а не то, что принято среди Ваших близких и друзей. Благодарим за участие в психологическом обследовании».

После выполнения супругами задания, консультант регистрирует ответы мужа и жены в протоколе консультационного исследования (форма): утверждение, отнесенное к группе

«Полностью согласен» оценивается в 3 балла, отнесенное к группе «В общем это верно»- в 2 балла, отнесенное к группе «Это не совсем так» - в 1 балл и отнесенное к группе «Это неверно» - в 0 баллов. Здесь же в протоколе консультант суммирует баллы по каждому показателю шкалы семейных ценностей (**ШСЦ**). По двум первым показателям эти результаты будут итоговыми и переносятся в последний столбец протокола. Итоговые баллы остальных показателей вычисляются как полусумма баллов по подшкалам «ожидание» и «притязание».

Протокол (форма)

Консультационное исследование семейных ценностей

Шкала семейных ценностей	№ карт.	Баллы	№ карт.	Баллы	Общий показатель
	1				
	2				
Интимно-сексуальная	3				
	$\Sigma=$				
Личностная идентификация с супругом	4				

5

6

$\Sigma=$

Ожидание Притязание

7 22

Хозяйственно-бытовая 8 23

9 24

$\Sigma=$ $\Sigma=$

10 25

11 26

Родительско-воспитательная 12 27

12 27

$\Sigma=$ $\Sigma=$

13 28

Социальная активность 14 29

15 30

$\Sigma=$		$\Sigma=$
	16	31
Эмоционально- психотерапевтическая	17	32
	18	33
	$\Sigma=$	$\Sigma=$
	19	34
	20	35
Внешняя привлекательность	21	36
	$\Sigma=$	$\Sigma=$

Интерпретация шкал семейных ценностей.

1. *Шкала значимости сексуальных отношений в супружестве.* Высокие оценки (7–9 баллов) означают, что супруг (а) считает сексуальную гармонию важным условием супружеского счастья, отношение к супруге (у) существенно зависит от оценки ее (его) как сексуального партнера. Низкие оценки (менее 3 баллов) интерпретируются как недооценка сексуальных отношений в браке.
2. *Шкала, отражающая установку мужа (жены) на личность идентификацию с брачным партнером: ожидание общности интересов, потребностей, ценностных ориентации, способов времяпрепровождения .* Низкие оценки (менее 3 баллов) предполагают установку на личную автономию.
3. *Шкала, измеряющая установку супруга(ги) на реализацию хозяйственно-бытовых функций семьи.* Эта шкала, как и последующие, имеет две подшкалы. Подшкала

«ролевые ожидания» – оценки рассматриваются как степень ожидания от партнера активного выполнения бытовых вопросов. Чем выше оценки по шкале ролевых ожиданий, тем больше требования предъявляет муж (жена) к участию супруга в организации быта тем большее значение имеют хозяйственно-бытовые умения и навыки партнера. Подшкала «ролевые притязания» отражает установки на собственное активное участие в ведении домашнего хозяйства. Общая оценка шкалы рассматривается как оценка мужем (женой) значимости бытовой организации семьи.

4. *Шкала, позволяющая судить об отношении супруга(и) к родительским обязанностям.* Подшкала «ролевые ожидания» показывает выраженность установки супруга(и) на активную родительскую позицию брачного партнера. Подшкала «ролевые притязания» отражает ориентацию мужа (жены) на собственные обязанности по воспитанию детей. Общая оценка шкалы рассматривается как показатель значимости для супруга (и) родительских функций. Чем выше оценка шкалы, тем большее значение придает муж (жена) роли отца (матери), тем более он (она) считает родительство основной ценностью, концентрирующей вокруг себя жизнь семьи.

5. *Шкала, отражающая установку супруга(и) на значимость внешней социальной активности (профессиональной, общественной) для стабильности брачно-семейных отношений.* Подшкала «ролевые ожидания» измеряет степень ориентации мужа (жены) на то, что брачный партнер должен иметь серьезные профессиональные интересы, играть активную общественную роль. Подшкала «ролевые притязания» иллюстрирует выраженность собственных профессиональных потребностей супруга (и). Общая оценка шкалы рассматривается как показатель значимости для мужа (жены) внесемейных интересов, являющихся основными ценностями в процессе межличностного взаимодействия супругов.

6. *Шкала, отражающая установку супруга(и) на значимость эмоционально-психотерапевтической функции брака.* Подшкала «ролевые ожидания» измеряет степень ориентации мужа (жены) на то, что брачный партнер возьмет на себя роль эмоционального лидера семьи в вопросах: коррекция психологического климата, оказание моральной и эмоциональной поддержки, создание «психотерапевтической атмосферы». Подшкала «ролевые притязания» показывает стремление мужа (жены) быть семейным «психотерапевтом». Общая оценка шкалы рассматривается как показатель значимости для супруга (и) взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи, ориентация на брак как среду, способствующую психологической разрядке и стабилизации.

7. Шкала, отражающая установку мужа (жены) на значимость внешнего облика, его соответствия стандартам современной моды. Подшкала «ролевые ожидания» отражает желание супруга(и) иметь внешне привлекательного партнера. Подшкала «ролевые притязания» иллюстрирует установку на собственную привлекательность, стремление модно и красиво одеваться. Общая оценка шкалы рассматривается как показатель ориентации супруга (и) на современные образцы внешнего облика.

Обработка и анализ результатов предполагают 3 этапа.

1. Анализ индивидуальных показателей шкалы семейных ценностей, ролевых ожиданий и ролевых притязаний мужа (жены). Проводится на основании подсчета баллов в протоколе консультационного исследования. В результате подсчета консультант имеет данные:

- характеризующие представления мужа (жены) об иерархии семейных ценностей. Чем больше величина балла по шкале семейных ценностей, тем значимее для супруга (и) данная сфера жизнедеятельности семьи;
- отражающие ориентацию мужа (жены) на активное ролевое поведение брачного партнера («ролевые ожидания»), на собственную активную роль в семье по реализации семейных функций («ролевые притязания»).

2. Сравнительный анализ представлений о семейных ценностях и ролевых установок мужа и жены. Для этого необходимо составить таблицу, с помощью которой определяется степень согласованности семейных ценностей супругов (табл. 1). Согласованность семейных ценностей характеризуется разностью баллов показателей шкалы семейных ценностей мужа и шкалы семейных ценностей жены. Чем меньше разность, тем больше согласованность представлений супругов о наиболее значимых сферах жизнедеятельности семьи. Разность до 3 баллов не будет вызывать проблемных взаимоотношений, а более 3 баллов свидетельствует о достаточно высокой степени конфликтности супругов.

Таблица 1.

Согласованность семейных ценностей супругов

Семейные ценности	Интимно-сексуальная	Личностная идентификация	Хозяйственно-бытовая	Родительско-воспитательная	Социальная активность
--------------------------	----------------------------	---------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	------------------------------

ШСЦ_{муж}

ШСЦ_{жен}

ССЦ

ШСЦ_{муж} и ШСЦ_{жен} - показатели по шкалам семейных ценностей мужа и жены соответственно, **ССЦ** - согласованность семейных ценностей супругов

3. Определение степени ролевой адекватности супружеской пары в пяти сферах межличностного взаимодействия в семье (показатели 3-7 ШСЦ). Для этого необходимо составить таблицу, в которой ролевая адекватность мужа будет равна разности баллов оценок ролевых притязаний жены и ролевых ожиданий мужа; соответственно, ролевая адекватность жены будет равна разности баллов, характеризующих ролевые притязания мужа и ролевые ожидания жены (табл. 2). Чем меньше разность, тем больше ролевая адекватность супруга(и), и следовательно, ориентации жены (мужа) на личное выполнение определенной функции соответствуют установкам мужа (жены) на активную роль брачного партнера в семье.

Таблица 2

Ролевая адекватность супружеской пары

Семейные ценности	Ролевые установки РАм			Ролевые установки РАж		
	Пж	Ом	Пж - Ом	Пм	Ож	Пм - Ож

Хозяйственно-бытовая

Родительско-воспитательная

Социальная активность

Эмоционально-психотерапевтическая

Внешняя привлекательность

$\Sigma \text{РАм} =$

$\Sigma \text{РАж} =$

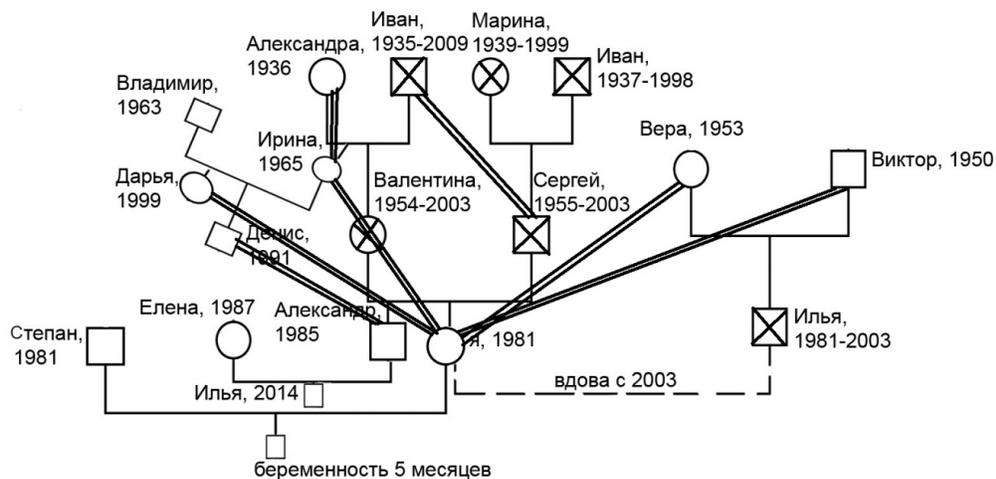
РАм – ролевая адекватность мужа; **РАж** – ролевая адекватность жены; **Пм** и **Пж** – оценки ролевых притязаний мужа и жены соответственно; **Ом** и **Ож** – оценки ролевых ожиданий мужа и жены соответственно

Только после выявления истинных причин конфликтов в семье, психолог может целенаправленно работать с семейной парой.

Задание 3.

1. Выполнить задание:

- Познакомиться с книгой Варга А.Я. Системная психотерапия супружеских пар, 2012.
- Составить геннограмму своей семейной истории и описать ее!



Мне 35 лет, брату Александру – 31. Наши родители Валентина (1954-2003) и Сергей (1955-2003) родились в сельской местности, но оставаться «на грядках» не захотели и поехали покорять Москву. Мама была учителем географии, папа – водителем. Мы дружно жили в хрущевке, но мечтали о том, что попадем под программы улучшения жилищных условий. В 2001 году я вышла замуж за Илью (1981-2003). Вскоре мы получили еще одну квартиру. Связь с малой родиной мы не теряли, и все лето проводили у бабушки (Александра, 1936) и дедушки (Иван, 1935-2009), близко общались с тетей Ириной (1965) и ее семьей. Мои первые романтические увлечения связаны именно с сельским клубом.

В 2003 году в страшной аварии погибли мама, папа и муж. Я получила много травм, пришлось делать операции, в т.ч. пластические. Брата с нами не было. После этого дедушка жил на 2 дома, но смириться со смертью детей так и не смог. Очень быстро сдавал (хотя, пережив туберкулез в юности, всю жизнь не болел и был настоящим богатырем) и в 2009 году его не стало. Я до сих пор близко общаюсь с родителями погибшего мужа (он был единственным ребенком в семье). Вышла

замуж второй раз за парня с малой родины, который был влюблен в меня еще с детства. Все это время мы пытались завести ребенка, было очень много попыток. И, наконец, 5 месяцев ЭКО дало долгожданный результат, и скоро я стану мамой!

Брат женился на очень состоятельной девушке, у него своя автомойка. У меня подрастает племянник.

Что касается прабабушки Анны (1915-2007), то ее муж, мой прадед Егор (1912-1941) пропал без вести на войне, она воспитала двух дочерей – мою бабушку (младшая) и старшую Нину (1934) одна. Близких отношений у нас не сложилось, прабабушка всегда была ближе к семье старшей дочери. Вся жизнь и прабабушки, и ее дочерей всегда была связана с землей и скотом, бабушка и сейчас чуть что полегче бежит к любимым грядкам.

1. «Анализ проблемной ситуации клиента»

Задание:

1. **Опишите в форме эссе проблемную семейную ситуацию, с которой человек обратился за психологической помощью к психологу консультанту или психотерапевту (формулируемая проблема).**

К психологу обратилась семейная пара – Михаил (40 лет) и Ирина (38 лет) со следующей проблемой.

Их 15 летняя дочь Инга ведет себя, по их мнению, очень странно. До 13-14 лет она была самым обычным ребенком – училась в школе, играла во дворе с подругами, занималась в театральной студии. К 14 годам у Инги практически полностью поменялся круг общения, она перестала общаться со своими школьными подругами. Неожиданно для родителей их дочь стала заниматься в секции бокса и начала носить мужские вещи и в целом стала вести себя как парень – на смену платьям и юбкам пришли спортивные костюмы, штаны и джинсы, в ее жизни перестала появляться косметика.

Помимо внешнего вида, Инга, по мнению своих родителей, изменилась и внутренне – на смену девичьей утонченности стали приходить абсолютно мужские привычки – курение, употребление пива и абсолютное нежелание слушать и слышать.

Не менее странными Михаилу и Ирине казались и новые друзья и подруги дочери – особенно их смущала новая и самая близкая подруга Инги по имени Наташа, с которой она стала очень близкой и даже иногда оставались друг у друга ночевать.

Однажды, неожиданно вернувшись с работы, Ирина и Михаил увидели, что Инга и Ирина голые в кровати. Начался скандал, в ходе которого Инга заявила о своей нетрадиционной ориентации. Шокированные родители, по их признанию, наговорили дочери много обидного и лишнего. После этого Инга пропала из дома на два дня и по возвращению перестала разговаривать с родителями вообще.

1. Проведите анализ ситуации, личностных характеристик клиента и его социального окружения.

Родители Инги демонстрируют стандартное поведение после камингаута. «После камингаута нам снесло голову, старый мир рухнул вместе с планами о будущем дочери! Как же так, за что? Нас мучили вопросы. Недолюбили или перелюбили? Слишком жестко относились или давали слабину? Может быть, в детстве купили не ту игрушку...». Сейчас родители преодолели стадию отрицания, но полного принятия еще не случилось. После принятия должен последовать еще один камингаут, на этот раз родительский.

1. Определите уровень психологической проблемы, дайте интерпретацию проблемной ситуации в рамках определенной психотерапевтической теории, охарактеризуйте психологическую проблему как крайне поляризованную, оценочную позицию индивидуума к элементам действительности

Четвертый уровень психологической проблемы – уровень эмоциональных нарушений. На этом уровне индивид переживает временные, но весьма серьезные невротические состояния: это депрессивные состояния, вспышки гнева, отчаяние, чувство вины, печали и т.д. Все признаки, о которых шла речь выше, во время таких состояний усиливаются: сознание становится еще менее ясным и более суженным, утрачивается гибкость мышления, возрастает внутреннее и телесное напряжение и т. д. Типы проблем, характерные для этого уровня, – потеря близкого человека, разочарование в любви, невозможность реализовать важные цели, тяжелые отношения в семье, потеря смысла жизни, последствия (не слишком тяжелого) стресса, испуга и т. п.

Фрейд считал гомосексуальность неким вариантом сексуального развития, не видел причин стыдиться ее, считать болезнью или предметом гордости. Он писал: «Разумеется, гомосексуальность нельзя считать достоинством, однако в ней нет ничего, чего бы следовало стыдиться, – это не порок, не признак деградации, ее нельзя назвать болезнью; мы рассматриваем ее как некий вариант полового

развития. Многие весьма уважаемые люди прошлых лет и современности являются гомосексуалами, причем среди них есть несколько великих мужей (Платон, Микеланджело, Леонардо да Винчи и другие). Преследовать гомосексуалов не только крайне несправедливо, это преступно и жестоко».

Игорь Добряков (кандидат медицинских наук; доцент кафедры детской психиатрии, психотерапии и медицинской психологии Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова; член редакционных советов журналов «Перинатальная психология», «Вопросы психического здоровья детей и подростков», «Детская медицина Северо-Запада»; соавтор книг «Развитие личности ребенка от рождения до года» (2010), «Детская психиатрия» (2005), «Психология здоровья») и Тигран Епоян (региональный советник ЮНЕСКО для стран Восточной Европы и Центральной Азии) отмечают, что в подростковом возрасте на фоне физиологической гиперсексуальности многие экспериментируют с гомосексуальностью. Еще в 1948 году основоположник исследований сексуальности Альфред Кинзи утверждал, что гомосексуальные контакты хотя бы один раз в своей жизни имели 48% мужчин и 28% женщин. Подростки чаще всего обсуждают секс в однополой среде, тем более что сверстники того же пола физически более доступны, чем противоположного. Возбуждение, возникающее в процессе этих разговоров, иногда может приводить к совместной или взаимной мастурбации, взаимным ласкам (петтингу). Практика показывает, что временные сексуальные контакты разной степени выраженности между девушками встречаются чаще, чем у юношей. Возможно, это связано с более терпимым отношением общества к взаимным поцелуям, объятиям девочек. Если девушки-подружки спросят у родителей разрешения лечь спать в одну кровать, чтобы «пошептаться перед сном», это вряд ли вызовет удивление и возражение. Желание же юношей спать вместе, скорее всего, вызовет недоумение и протест окружающих. Двойственное отношение общества к мужским и женским гомосексуальным контактам нашло отражение в законах и правоприменительной практике многих стран, в том числе России и других стран СНГ. В Украине до 1991, а в Российской Федерации – до 1993 года мужеложство каралось лишением свободы, а женщин за гомосексуальные контакты не преследовали.

В 1993 году Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) исключила гомосексуальность из Международной классификации болезней и заключила, что «сама по себе сексуальная ориентация не рассматривается как расстройство». Этому заключению предшествовали годы исследований, которые показали, что среди гомосексуалов эмоциональные отклонения и психические заболевания

встречаются не чаще, чем среди людей с обычной ориентацией.

Уже несколько десятилетий не утихают споры, насколько существенно влияние и роль родителей, когда речь идет о сексуальности ребенка? Шарлотта Вольф (Charlotte Wolff), изучавшая лесбиянок, полагала, что среди них много девочек, которым матери уделили недостаточно внимания и любви, а отсутствие близости с отцом лишило их возможности научиться общению с мужчинами. Впрочем, дальнейшие исследования показали, что гомосексуалы встречаются в самых разных семьях: благополучных и неблагополучных, в семьях, где доминирует мать, и в семьях, где главенствует отец, в семьях, где мать чересчур строга, и там, где у отца очень близкие и хорошие отношения с детьми. Многие родители считают себя виноватыми в том, что их ребенок «другой», и мучительно ищут ответа на вопрос: «Что мы сделали не так?» Современные данные не позволяют однозначно утверждать, что гомосексуальность возникает в результате неправильного воспитания. «Благодаря биомедицинским исследованиям, мы знаем сегодня о причинах и сопутствующих факторах гомосексуальности неизмеримо больше, чем десять или двадцать лет назад. Именно поэтому спор – наследственность или воспитание.... Коль скоро сексуальность автономна от продолжения рода, многообразие ее форм – не исключение, а правило, и однополая любовь так же “нормальна”, как разнополая» (Кон И.С. Любовь небесного цвета. М.: Продолжение Жизни, 2001. – 384 с.)/

Тем не менее, полностью игнорировать фактор родительского влияния нельзя. Там, где один или оба родителя недовольны полом ребенка (что, между прочим, отражает их собственные сексуальные проблемы), могут возникнуть проблемы. Например, мать Оскара Уайльда мечтала о дочери, родившегося сына долго одевала в девчачью одежду. Похожая история случилась и с популярным российским певцом-геем Борисом Моисеевым, который так вспоминает о своей матери: «Она меня вообще любила наряжать. Иногда – в платица и бантики, потому что она хотела девочку. А родился я. Тогда она так и сказала: «Родила девку с яйцами...» Она ждала девочку! Покупала все эти розовые кофточки, шапочки... Она так надеялась: голубые глазки, белокурые волосы, длинные реснички и так далее. А родился – я! Наверное, тогда все и случилось».

4. Выделите детерминанты, определяющие динамику психологической проблемы личности клиента.

1) Вечный конфликт и взаимное непонимание гетеро- и гомосексуалов, поскольку для подавляющего большинства так называемых «натуралов» нетрадиционная

сексуальная ориентация никак не может стать нормой, проявлением обычного поведения человека, даже если это и обосновано некоторыми учеными, потому что это «другое». Человек с детства воспитывается в, так сказать, «гетеросексуальной» среде. Если вдруг этот сценарий меняется, по какой-то причине что-то идет не так, подросток перестает быть «таким как все». Прежде всего, с этой непохожестью сталкиваются члены семьи, и родной человек сразу становится «другим», «чужим» (Бичарова М.М. Гомосексуализм: «другой» в семье и «другая» семья // Каспийский регион: политика, экономика, культура. 2013. № 3 (36). С.174-187).

2) шок родителей в момент камингаута вылился в серьезный конфликт с дочерью и фактическую потерю контакта с ней.

5. Предложите форму и метод целенаправленного психологического или психотерапевтического воздействия, обоснуйте Ваше предложение.

Тревога взрослых по поводу возможной гомосексуальности подростков при выявлении у них однополых контактов, понятна, но часто чрезмерна. Эпизодические сексуальные контакты между подростками одного пола необязательно приводят к гомосексуальной ориентации (и не свидетельствуют о ней). Но из-за них у некоторых подростков может остаться чувство вины и комплекс неполноценности. Ни в коем случае нельзя обвинять ребенка в том, что он «позорит семью», «загоняет вас в гроб» и т. д. У гомосексуалов, особенно в подростковом возрасте, и так достаточно силен комплекс вины. Бестактность и резкая реакция взрослых, узнавших о таких отношениях, не только усугубляет комплексы, но может стать причиной острого стресса и даже попытки суицида. На этом фоне может развиваться депрессия. Самостоятельно справиться с ней иногда пытаются при помощи алкоголя, наркотиков.

«Геи и лесбиянки обычно говорят, что им было бы гораздо проще расти, если бы их мамы и папы говорили им что-то вроде этого: «Я как-то подумал(а), что ты лесбиянка/гей. Если это так, то я хочу, чтобы ты знала/знал, что это никак не повлияет на ту любовь, которую я испытываю к тебе, как к своему ребенку. Мне нужно найти больше информации о гомосексуальности, чтобы я знал(а), как лучше всего помочь тебе быть счастливым. Лесбиянка/гей ты или нет, я люблю тебя и, если это поможет, давай поговорим об этом» (Камингаут: Руководство для семей и друзей гомосексуалов / пер. с англ. Е. Агафонова // FFLAG Организация Семей и Друзей Лесбиянок и Геев, 2007-2016. – Режим доступа: <http://lesboss.ru/articles/37520/0/Eaieiaoo-Doeiaianoai-aeu-naiae-e-adocae->

aiiinaenoaeia/Nodaieoa0.html, свободный).

В рассматриваемом случае объяснение уже произошло, произошла ссора, потому что родители пытались в разных выражениях и формах объяснить своему ребенку, что он неправ, – истину, на их взгляд, совершенно очевидную, – а она не хотела ее признавать. Теперь главная задача – вернуть доверие. И в этом случае нужно действовать очень осторожно. Не стоит сразу «наваливаться» на дочь со своим пониманием и интересом – неизбежен тот факт, что вас сразу не пустят на порог. И если вы один раз постучались в ее дверь, а вам не открыли, обижаться не стоит. «С каждым днем садись немного ближе» – говорил Лис Маленькому Принцу. Выказывайте свой интерес и понимание осторожно, строго следя за дозой.

Родителям стоит признать свою неправоту и объяснить, что испугались вначале за будущее дочери и потому оказались «не на высоте». Старайтесь не допускать нот снисхождения к выбору дочери («ну так уж и быть, потреплю я твою подружку!») – поймите, что у нее это может быть не менее серьезно, чем ваш собственный брак когда-то. У многих родителей остается какое-то чувство игры, несерьезности и временности таких союзов. Но на самом деле процент неудач и разрывов в них не так уж превышает таковой в обычных парах. Возможно это – именно та девушка, с которой вашей дочери предстоит провести большую часть жизни.

Примерные вопросы для разговора с дочерью:

- Сколько времени ты уже об этом знаешь?
- Ты сказала своим друзьям/подругам?
- Чего ты боялась больше всего, когда решал(а), сказать ли нам?
- Было ли тебе так трудно объясниться с нами, как ты и думал(а), что будет?
- Что ты хочешь мне рассказать о своей сексуальной ориентации?
- Чем я могу тебе помочь больше всего?
- Ничего, если я скажу семье и друзьям?
- Хочешь, вместе скажем семье и друзьям?
- Ты чувствуешь ли себя лучше теперь, когда мы все узнали?
- Что ты собираешься делать в будущем в качестве лесбиянки/гомосексуалиста?
- Какие возможные проблемы ты предвидишь?
- Чего ты боишься, о чем переживаешь?
- Ты счастлива?

Разговаривая с ребенком, проявляйте терпение и давайте им выговориться, отвечая на каждый вопрос. Не ожидайте, что на всякий вопрос получите ответ во

время первой же беседы. Понимайте, что как вам, так и ребенку может быть стыдно, и пытайтесь проявлять такт. Объясните ребенку, что вы не понимаете всего, однако хотите понять.

Кроме того, психологу полезно разобрать с родителями следующий пример из книги В. Леви «Как воспитывать родителей, или Новый нестандартный ребенок».

«Доктор, мне нужен совет, это вопрос жизни и смерти. Мне 17 лет. Я испытываю влечение к людям своего пола. Когда мне было 15, я ждал очереди к окулисту в поликлинике, а рядом был кабинет сексопатолога. Я подумал: «Мне же туда...» Но не смог... Какими глазами посмотрит на меня врач? Да не посадят ли меня еще в тюрьму? Обратиться все же решился. Врач сказал, что мне мало чем можно помочь и для ослабления влечения выписал бромкамфору. В первый раз я влюбился в детском саду в мальчика из своей группы. Тогда я еще не знал, что это влюбленность. В школе один раз в третьем классе влюбился в девочку-одноклассницу, но потом снова влюблялся в мальчиков, сначала только платонически, а потом по-другому. Объясните мне, в чем причина моего порока – гомосексуализма, и как переделать свою натуру? Стоит ли дальше жить? Саша».

«Саша, главное твое страдание сейчас не от того, что ты гомосексуалист, а от того, что мало знаешь. Как среди правшей рождаются левши, так всегда и всюду рождается некий процент людей с влечением не к другому полу, а к своему. (А у некоторых влечения совмещаются, как право- и леворукость у «амбидекстров».) Вариант человеческой природы; мы не понимаем, зачем он нужен (очевидно, не для размножения), но это не значит, что мы должны считать его только пороком. Многие гомосексуалисты отличаются великими способностями, вносят огромный вклад в культуру, творят прекрасное и прекрасны сами. Чувства, какие угодно, – не порок вовсе. Порочны только действия, если затрагивают других и оскорбляют их чувства и насилуют их природу. Такие действия могут производить и люди с обычным типом влечения... Сосредоточь силы не на непосильной переделке своей натуры, а на одухотворении. Жить тебе предстоит дальше одновременно в двух мирах. Один – малый мир людей, в этом устроенных как ты и этим объединенных. Повсюду разбросаны сообщества гомосексуалистов, и внутри них (очень разных по духу и уровню) человек, подобный тебе (и мужчина, и женщина), может найти то, без чего не может... А другой – Большой Мир, в котором живем мы все, Большой Мир Общей Нормы и Разных Норм. В Большом Мире разные нормы враждуют в сознании людей, и не в наших силах их примирить. Задача твоя – найти в себе способ сосуществования их обоих: Большого мира и малого, части и Целого. Помни всегда, что особенности твоих чувств тебя не исчерпывают. Половое влечение –

только часть человека, и от тебя зависит, стать ли его низменным прислужником, рабом, роботом – или, отдав телу телесное, а духу духовное, найти свой способ прожить достойно...».

Таким образом, психолог должен помочь родителям осознать, что семья – это люди, которые всегда поймут и примут, что бы ни случилось. В ситуации, когда один из членов семьи вдруг раскрывает свою гомосексуальность, очень важно, чтобы семья не отвернулась от него, а приняла это и сделала все возможное, чтобы их близкий человек не только не чувствовал себя «другим» в семье, но и смог бы адаптироваться в обществе. Для этого членам семьи необходимо приложить определенные усилия, чтобы самим принять факт гомосексуальности своего близкого. Как и во всех сложных семейных ситуациях, ему нужно дать понять словами или поступками, что, независимо от того, что они узнали о своем ребенке, родные все равно любят его таким, какой он есть.