

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Березовская Елена Николаевна**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

**Медиация как инструмент психологического консультирования  
в ситуации развода**

Направление 44.04.02. Психолого-педагогическое образование    Направленность (профиль)  
образовательной программы «Мастерство психологического консультирования»

Допущена к защите

Заведующий кафедрой

к.пс.н., доцент Мосина Н.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Руководитель магистерской программы

к.пс.н, доцент Сафонова М.В

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Научный руководитель

к.пс.н., доцент Мосина Н.А

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Студент

Березовская Е.Н.

(фамилия, инициалы)

Красноярск, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

### ВВЕДЕНИЕ

|   |     |
|---|-----|
| Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода           | 15  |
| 1.1. Понятие «развод». Современные подходы к ситуации развода   | 15  |
| 1.2. Особенности взаимоотношений супругов в проживании ситуации развода в среднем возрасте  | 25  |
| 1.3 Специфика проведения медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода                              | 36  |
| Выводы по Главе 1   | 44  |
| Глава 2. Экспериментальное исследование по применению медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода | 46  |
| 2.1 Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента.                                    | 46  |
| 2.2 Организация и проведение формирующего эксперимента  | 56  |
| 2.3 Результаты итогового этапа исследования после формирующего эксперимента   | 61  |
| Выводы по Главе 2   | 69  |
| Заключение  | 72  |
| Приложение 1-5  | 73  |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ  | 100 |

## Реферат

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Медиация как инструмент психологического консультирования в ситуации развода» Объем – 104 страницы, включая 6 рисунков, 8 таблиц, 5 приложений. Количество использованных источников – 59.

Цель исследования: изучить возможности применения медиативных техник в психологическом консультировании в ситуации развода людей среднего возраста, разработать и апробировать программу консультативных встреч с использованием медиации в работе с семейными парами, находящимися в ситуации развода или в ситуации любого другого семейного кризиса.

Предмет исследования: применение инструментов медиации в психологическом консультировании членов семей в период развода.

Объект исследования: взаимоотношения между мужем и женой в период развода.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что, пользуясь инструментами медиации в психологическом консультировании семей, находящихся в ситуации развода, мы поможем нынешним/бывшим супругам договориться о дальнейшем сотрудничестве в воспитании детей и в других вопросах если будут созданы следующие условия:

1. консультирование осуществляется с каждым супругом индивидуально, а также организуются совместные встречи, с соблюдением принципа равноправия.
2. консультирование проводится с четким контролем времени и запросом участников.
3. постоянно возвращаем участников к настоящему (не углубляемся в прошлое).
4. подбираем специальные вопросы для ведения консультации, которые направлены на будущее.

Задачи исследования:

1. Определить теоретико-методологические подходы к изучению темы исследования.
2. Понять специфику проживания развода и взаимоотношений супругов в среднем возрасте.
3. Определить содержательные аспекты проведения медиации в ситуации развода с людьми среднего возраста.
4. Составить диагностический комплекс и выявить уровни проживания ситуации развода людьми среднего возраста.
5. Разработать и апробировать программу консультативных встреч с применением принципов медиации и медиативных инструментов семейных пар на разных стадиях развода.
6. Проанализировать и описать данные, полученные в результате контрольного среза, сравнить показатели до и после эксперимента, сделать выводы относительно эффективности такой работы.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Тестирование.
3. Формирующий эксперимент.
4. Количественный и качественный анализ.
5. Методы математической обработки данных.

Экспериментальная база исследования: Центр медиации «Территория согласия», участвовало 10 семей среднего возраста с детьми.

Научная новизна исследования заключается в интегрировании инструментов и принципов медиации в процесс психологического консультирования семей, находящихся в ситуации развода или в ситуации любого другого семейного кризиса.

Теоретическую и методологическую основу исследования составили труды таких ученых как: Ольга Карабанова, Геннадий Старшенбаум,

Флоранс Каслоу, Гельмут Фигдор, Эрик Эриксон, Дэниэл Левинсон, Лиза Паркинсон.

На основе анализа психологической литературы были раскрыты понятие, описана проблема развода в современном мире, особенности среднего возраста в ситуации развода, показана специфика развода семей с детьми, рассмотрена медиация как инструмент, позволяющий в процессе развода изменить отношение супругов друг к другу. При рассмотрении точек зрения на проблему ученых были выбраны критерии и подобраны методики для определения актуального уровня проживания семейного кризиса в процессе развода.

Была разработана программа консультирования семей в ситуации развода или другого семейного кризиса.

В процессе консультирования посредством медиативных приемов удалось снизить негативные проявления в процессе развода у супругов, а в некоторых семьях и получилось примерить, восстановить взаимоотношения супругов в ситуации развода.

Наше исследование включало в себя психологическое консультирование супругов, находящихся в ситуации развода или в ситуации другого семейного кризиса, применения инструментов и принципов медиации в психологическом консультировании.

Гипотеза, выдвинутая в начале исследования, была доказана. Действительно, интеграция принципов и инструментов медиации в психологическое консультирование поможет договориться бывшим и нынешним супругам по вопросам воспитания детей, распределения ролей и обязанностей в семейной жизни.

Нами была достигнута поставленная цель и решены задачи, поставленные в ходе исследования.

Результатом исследования стала программа семейного психологического

консультирования, которую мы предлагаем реализовать при психологическом консультировании супругов среднего возраста в сложной семейной ситуации.

Теоретическая значимость: состоит в попытке обобщения материала по использованию медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода с людьми среднего возраста с целью повышения эффективности консультирования семейных пар в ситуации развода, снятия напряженности в общении, улучшения взаимопонимания и сохранения конструктивного общения между супругами в части воспитания детей.

Практическая значимость: в разработке авторской программы психологического консультирования семейных пар в ситуации развода посредством медиации. Данная программа может быть использована в профессиональной деятельности психолога при работе с семейными парами в конфликтных ситуациях, особенно теми, которые переживают развод.

## Report

Dissertation for a master's degree in psychological and pedagogical education "Mediation as a tool for psychological counseling in a divorce situation" Volume - 104 pages, including 6 figures, 8 tables, 5 appendices. The number of sources used is 59.

The purpose of the study: to study the possibilities of using mediation techniques in psychological counseling in the situation of divorce of middle-aged people, to develop and test a program of consultative meetings using mediation in working with married couples in a situation of divorce or in a situation of any other family crisis.

The subject of the study is the use of mediation tools in psychological counseling of family members during the divorce period. The object of the study is the relationship between husband and wife during the divorce period.

Research hypothesis: we assume that using mediation tools in psychological counseling for families in a situation of divorce, we will help current/former spouses to agree on further cooperation in child rearing and other matters if the following conditions are created:

1. Counseling is carried out with each spouse individually, and joint meetings are organized, in compliance with the principle of equality.
2. The consultation is conducted with strict time control and the request of the participants.
3. We constantly bring the participants back to the present (we do not delve into the past).
4. We select special questions for conducting consultations that are aimed at the future.

Research objectives:

1. Identify theoretical and methodological approaches to the study of the research topic.
2. Understand the specifics of living through divorce and marital relationships in middle age.

3. To determine the substantive aspects of mediation in a situation of divorce with middle-aged people.
4. Create a diagnostic complex and identify the living levels of the divorce situation by middle-aged people.
5. Develop and test a program of consultative meetings using the principles of mediation and mediation tools for couples at different stages of divorce
6. Analyze and describe the data obtained as a result of the control section, compare the indicators before and after the experiment, and draw conclusions about the effectiveness of such work.

Research methods:

1. Analysis of psychological and pedagogical literature.
2. Testing.
3. A formative experiment.
4. Quantitative and qualitative analysis.
5. Methods of mathematical data processing.

The experimental base of the study: The Mediation Center "Territory of Consent", 10 middle-aged families with children participated.

The scientific novelty of the research lies in the integration of mediation tools and principles into the process of psychological counseling for families in a situation of divorce or in a situation of any other family crisis.

The theoretical and methodological basis of the research was the works of such scientists as Olga Karabanova, Gennady Starshenbaum, Florence Kaslow, Helmut Figdor, Eric Erickson, Daniel Levinson, Lisa Parkinson.

Based on the analysis of psychological literature, the concept was revealed, the problem of divorce in the modern world was described, the peculiarities of middle age in a divorce situation were shown, the specifics of divorce of families with children were shown, mediation was considered as a tool that allows changing the attitude of spouses to each other during the divorce process. When considering the points of view on the problem of scientists, criteria were selected and methods were



selected to determine the current level of living of the family crisis in the process of divorce.

A counseling program has been developed for mothers in a situation of divorce or other family crisis.

In the process of counseling, through mediation techniques, it was possible to reduce negative manifestations in the process of divorce among spouses, and in some families it turned out to try on and restore the relationship of spouses in a divorce situation.

The hypothesis put forward at the beginning of the study has been proven. Indeed, the integration of mediation principles and tools into psychological counseling will help former and current spouses to come to an agreement on parenting, the distribution of roles and responsibilities in family life.

We have achieved the set goal and solved the tasks set during the research.

The result of the study was a program of family psychological counseling, which we propose to implement in the psychological counseling of middle-aged spouses in a difficult family situation.

Theoretical significance: it consists in an attempt to summarize the material on the use of mediation as a tool for psychological counseling in a situation of divorce with middle-aged people in order to increase the effectiveness of counseling couples in a situation of divorce, relieve tension in communication, improve mutual understanding and maintain constructive communication between spouses in terms of raising children.

Practical significance: in the development of the author's program of psychological counseling for married couples in a divorce situation through mediation. This program can be used in the professional activity of a psychologist when working with married couples in conflict situations, especially those who are going through a divorce.

## Введение

Количество браков в России в последние годы снижается, а число разводов остается примерно одинаковым. По данным Росстата [58] в 2021 году в нашей стране было заключено 923 207 браков. В 2021 году распалось 644 207 семей, что составило примерно 70% от количества заключенных браков в 2021 году. Почему семейные пары расходятся? По данным опроса ВЦИОМ [59] наиболее распространенными причинами для развода россияне назвали:

| № п\п | Причина                    | Процент, % |
|-------|----------------------------|------------|
| 1     | Бедность                   | 33         |
| 2     | Взаимное непонимание       | 15         |
| 3     | Измена                     | 14         |
| 4     | Бытовые проблемы           | 10         |
| 5     | Несовместимость характеров | 8          |
| 6     | Пьянство                   | 8          |
| 7     | Другое                     | 12         |

Если бедность проблема, не относящаяся к теме нашей работы, то все остальные причины так или иначе имеют отношение к вопросу умения общаться друг с другом и договариваться.

С августа 2022 года по март 2023 года я участвовала в работе по гранту КРОО Центра медиации «Территории Согласия» «Семья сохранить нельзя расстаться». Встречаясь с уже бывшими супругами по проблеме их дальнейшего общения, связанного, как правило, с детьми, я думала о том, что часть этих семей точно можно было сохранить. Основной проблемой разведенных пар была проблема неумения договариваться, они не слышали друг друга, хотя по сути говорили об одном и том же.

Современным мужчинам и женщинам приходится справляться не только с собственной психологической неустойчивостью, инфантилизмом, но и с давлением и авторитаризмом со стороны своих родителей. Г. В. Старшенбаум в книге «Динамика брака» дает понятие о «Среднем браке», которому характерны именно такие кризисные моменты как: сексуальная жизнь может стать рутинной и монотонной, отсутствие должной благодарности от выросших

детей, прародители в это время становятся больными и немощными, традиции требуют лечить их и обслуживать дома, старики претендуют на прежнее лидерское положение в семье, в то же время объединяются с внуками – подростками, покрывая их поступки.

Зачастую в рамках психологической консультации бывшие супруги более склонны обсуждать свои старые обиды, накопившиеся за совместно прожитые годы, не видят перспектив дальнейшего общения. Каждая сторона пытается обвинить другую: «Да я вам сейчас такое расскажу! Вы очень удивитесь! Это же невозможно! Вы даже не представляете, какой он (она) на самом деле!» Флоранс Каслоу в книге «Диалектика развода» пишет о диалектической модели процесса развода, которая включает семь (!) стадий. А нам, как правило, приходится работать с парами, которые еще только входят в этот кризис и, получается, что еще не пережиты эмоциональный период, период отчаянья и другие стадии развода. В этом психологическом и эмоциональном накале консультанту – психологу могут помочь принципы и инструменты медиации.

Основные принципы медиации позволяют в рамках психологического консультирования максимально конструктивно разрешать споры между супругами. Добровольность, конфиденциальность, равноправие сторон, независимость, нейтральность, сотрудничество и уважение – дают возможность поставить стороны в определенные рамки, что гарантирует проведение цивилизованных переговоров.

В семейной жизни, как известно, очень часто случаются разногласия. Супруги не могут договориться друг с другом, хотя порой говорят об одном и том же, но на разных языках. Это приводит к психологическим и юридическим проблемам. Иногда затянувшиеся и трудноразрешимые конфликты доводят отношения до семейного кризиса и распада брака. Инструменты медиации дают возможность прошлое оставить в прошлом и жить дальше с возможностью общаться и принимать участие в воспитании детей второму родителю. Ведь развод не означает конец общения между бывшими супругами.

Лиза Паркинсон в книге «Семейная медиация» рассматривает необходимость и преимущества применения медиации в различных семейных кризисных и конфликтных ситуациях. Специалист по психологии развода Гельмут Фигдор в своей книге «Развод» справедливо считает, что развод – это настоящая драма для детей, но нельзя обвинять в этом родителей, и родители не должны сохранять разрушенные отношения, жертвуя собой «ради детей». В тоже время от родителей зависит насколько травмирующей для ребенка станет ситуация развода. Основная цель сохранения отношений между родителями после развода – сохранить для ребенка отношения с обоими родителями, и с отцом, и с матерью.

Актуальность выбранной темы заключается в возможности расширить инструменты психологического консультирования при помощи медиативных техник. Практика медиации предъявляет высокие требования к специалисту. Он должен соблюдать принципы медиации, не оценивать ни каким образом стороны и их поступки, не принимать ни чью сторону, быть хорошим переговорщиком. В то же время это дает возможность в сжатые сроки сформулировать повестку для дальнейших переговоров между сторонами, что позволяет им общаться в дальнейшем и решать вопросы по воспитанию своих детей. Количество разводов не становится меньше и поэтому важно научить родителей, бывших супругов конструктивно общаться и после развода. Кроме того, применение медиативных техник может повлиять на само решение супругов о разводе.

Цель настоящей работы заключается в том, чтобы изучить возможности применения медиативных техник в психологическом консультировании в ситуации развода людей среднего возраста, разработать и апробировать программу консультативных встреч с использованием медиации в работе с семейными парами, находящимися в ситуации развода или в ситуации любого другого семейного кризиса.

Объектом исследования являются взаимоотношения между мужем и женой в период развода.

Предметом исследования является применение инструментов медиации в психологическом консультировании членов семей в период развода.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что, пользуясь инструментами медиации в психологическом консультировании семей, находящихся в ситуации развода, мы поможем нынешним/бывшим супругам договориться о дальнейшем сотрудничестве в воспитании детей и в других вопросах если будут созданы следующие условия:

1. консультирование осуществляется с каждым супругом индивидуально, а также организуются совместные встречи, с соблюдением принципа равноправия.
2. консультирование проводится с четким контролем времени и запросом участников.
3. постоянно возвращаем участников к настоящему (не углубляемся в прошлое).
4. подбираем специальные вопросы для ведения консультации, которые направлены на будущее.

Задачи исследования:

1. Определить теоретико-методологические подходы к изучению темы исследования.
2. Понять специфику проживания развода и взаимоотношений супругов в среднем возрасте.
3. Определить содержательные аспекты проведения медиации в ситуации развода с людьми среднего возраста.
4. Составить диагностический комплекс и выявить уровни проживания ситуации развода людьми среднего возраста.

5. Разработать и апробировать программу консультативных встреч с применением принципов медиации и медиативных инструментов семейных пар на разных стадиях развода
6. Проанализировать и описать данные, полученные в результате контрольного среза, сравнить показатели до и после эксперимента, сделать выводы относительно эффективности такой работы.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Тестирование.
3. Формирующий эксперимент.
4. Количественный и качественный анализ.
5. Методы математической обработки данных.

Теоретическая значимость: состоит в попытке обобщения материала по использованию медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода с людьми среднего возраста с целью повышения эффективности консультирования семейных пар в ситуации развода, снятия напряженности в общении, улучшения взаимопонимания и сохранения конструктивного общения между супругами в части воспитания детей.

Практическая значимость: в разработке авторской программы психологического консультирования семейных пар в ситуации развода посредством медиации. Данная программа может быть использована в профессиональной деятельности психолога при работе с семейными парами в конфликтных ситуациях, особенно теми, которые переживают развод.

# ГЛАВА 1. Теоретическое обоснование проблемы медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода

## 1.1. Понятие «развод». Современные подходы к ситуации развода.

Брак и семья — общественные формы регулирования отношений между людьми, состоящими в родственных связях, но, несмотря на близость этих понятий, они не являются тождественными.

Брак — особый социальный институт, исторически обусловленная, социально регулируемая форма отношений между мужчиной и женщиной, устанавливающая их права и обязанности по отношению друг к другу и к их детям [15]. Брак является основой формирования семьи.

Семья — малая социальная группа, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, проживающими вместе и ведущими совместное хозяйство [39]. Родственные связи могут быть трех видов: кровное родство (братья и сестры), порождение (родители — дети), брачные отношения (муж — жена, супруги).

Такое определение семьи, основанное на первый взгляд на внешних и апсихологичных критериях, на самом деле подчеркивает две характеристики семьи, имеющие ключевое значение для понимания психологических закономерностей функционирования семьи. Во-первых, понимание семьи как малой социальной группы ставит эффективность ее функционирования в зависимость от решения проблем внутригрупповой коммуникации, т.е. общения между членами семьи, распределения власти и лидерства, разрешения конфликтов, межгруппового взаимодействия как построения ее отношений с социальным окружением — с прародительской семьей и т.д. Решение этих проблем и составляет социально-психологический аспект изучения семьи как социальной системы. Во-вторых, особый характер семьи как малой социальной группы связан с высокой аффективной интенсивностью и эмоциональной

«перенасыщенностью» отношений между членами семьи, где на одном полюсе — отношения любви, принятия и привязанности, а на другом — отношения ненависти, отвержения, зависимости, негавизма. [14]

Выделяют четыре стадии супружества: предбрачное ухаживание, молодое супружество, средний брак и пожилой брак. В нашей работе мы будем рассматривать понятие «Среднего брака». Понятие «Средний брак» [39] включает до 25 лет супружества и возраст супругов до 50 лет. Характеризуется устойчивым экономическим положением, уменьшением воспитательной функции, повышением социальной активности жены, перераспределением ролей и их стабилизацией. Сексуальная жизнь может стать обыденной и монотонной. К тому же отсутствие ожидаемой благодарности от выросших детей усиливает чувство разочарования жизнью. Прародители в это время становятся больными и немощными, по традиции принято лечить их и обслуживать дома. Состарившиеся родители претендуют на прежнее лидерское положение в семье, в то же время объединяются с внуками – подростками, покрывают их поступки.

Реакция супругов на фрустрацию в это время может проявляться различными способами:

- Брюзжание, чтение бесконечных нотаций, недовольство действительностью и восхваление прошлого;
- Желание забыться, уйти в работу, найти себе любые занятия;
- Желание замкнуться в кругу своих привычек, воспоминаний о прошлом;
- Погоня за удовольствиями, желание наслаждаться жизнью любой ценой «наверстать упущенное».

Дополнительной причиной конфликтов могут стать измены, причем болезненнее реагируют на супружескую неверность мужа, в то время как жены чаще инициируют развод.



Хорошо функционирующую семью можно отличить по следующим признакам: терпимость, уважение друг к другу, честность, желание быть вместе, сходство интересов и ценностных ориентиров.

Любая семья как динамическая система проходит ряд этапов развития. Отметим, что при прохождении этапов своего развития семья проходит ряд трудностей, - так называемых, нормативных кризисов. Однако кроме нормативных кризисов семья может переживать и ненормативные кризисы.

Ненормативный семейный кризис - это кризис, возникновение которого возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием негативных жизненных событий, определяемых как кризисные. Одним из таких событий является развод.

Осуществленному разводу, как правило, предшествуют неоднократные попытки супругов разойтись. Развод и его психологические следствия представляют актуальную проблему современного российского общества. В настоящее время развод как явление оценивается неоднозначно. Если раньше его интерпретировали однозначно отрицательно — как угрозу семье, то сегодня возможность расторжения брака рассматривается как неотъемлемый компонент семейной системы, необходимый для реорганизации ее в тех случаях, когда сохранить семью в прежнем составе и структуре оказывается невозможным [7].

Возрастание разводов, по мнению Сергея Исаевича Голода, в определенном смысле предопределено переходом к новому способу заключения брака, когда основное значение приобретает свободный выбор супруга на основе чувства любви и личностной избирательности. Свобода выбора партнера с необходимостью предполагает свободное расторжение брака в условиях, когда супружеские отношения складываются неудачно. Развитие экономической самостоятельности и социального равноправия женщин создает условия для расторжения брака в тех случаях, когда семья становится помехой на пути свободного саморазвития и самореализации женщины. В семье, имеющей детей, развод не означает ее ликвидацию и прекращения ее функционирования.

Семья сохраняет по крайней мере одну, но важнейшую функцию — воспитание детей. Разведенные супруги перестают быть мужем и женой, но всегда остаются родителями своих детей.

Развод был всегда, сколько существует институт брака, вероятно, развод имеет такую же долгую историю существования, как и сам институт семьи, поскольку вечного и нерасторжимого брака в истории общества не существовало, менялись лишь формы развода. Это связано, прежде всего, с развитием цивилизованности, исторического прогресса, отношения к женщине, национальных традиций.

Сегодня, как указывает ряд авторов [14], [26], под разводом понимают прекращение брака в его юридическом, экономическом и психологическом аспектах при жизни супругов, что влечет за собой реорганизацию семейной системы. Таким образом, содержанием развода является состояние дисгармоничности, обусловленное нарушением гомеостаза семейной системы, требующее реорганизации семьи как системы. При этом на сущность развода как социально-психологического явления существует несколько точек зрения.

Развод - это ненормативный кризис семьи, главным содержанием которого является состояние дисгармоничности, обусловленное нарушением гомеостаза семейной системы, требующее реорганизации семьи как системы. Развод - это результат кризисного развития отношений супружеской пары. Осуществленному разводу, как правило, предшествуют неоднократные попытки супругов разойтись [39]. Развод и его психологические следствия представляют актуальную проблему современного общества.

Ситуация развода служит частым поводом для обращения за помощью к психологу. Обращение может происходить в предразводный период, период развода и послеразводный период.

В предразводном периоде оставляемый партнер проходит 4 стадии реакции на ситуацию:

| № п/п | Стадия                | Реакция   |
|-------|-----------------------|---|
| 1     | Протест               | Неэффективные попытки избежать развода                                  |
| 2     | Отчаянье              | Депрессия и самообвинения   |
| 3     | Отрицание             | Обесценивание своего брака и партнера                                   |
| 4     | Примирение к ситуации | Избавление от чувства несправедливости и реалистичным видением ситуации |

В период развода супруги испытывают чувство гнева и печали, страха, вины и желания мести. Если решение о разводе было принято в одностороннем порядке, то партнер обвиняет инициатора развода, испытывает чувство бессильной ярости или беспомощности, отвержения и утраты. Содержанием споров могут быть материальные и родительские проблемы, которые супругам не удастся решить рационально из-за своего психологического состояния и эмоциональной составляющей межличностного конфликта.

В послеразводном периоде возможна фиксация невротических и депрессивных реакций, особенно у немолодой женщины с детьми, если у нее непосредственно перед разводом не было прочной внебрачной связи с перспективой брака. В случае вынужденного совместного проживания после развода в одной квартире или препятствий бывшей жены встречам отца с детьми конфликтная ситуация продолжается.

Чаще всего за помощью обращается не инициатор развода. При этом могут быть следующие запросы: возвращение партнера, его наказание, анализ ситуации. В любом случае возникают проблемы: что и как говорить детям, близким, сотрудникам, как вести себя с родными партнера и общими друзьями, как делить имущество в случае разъезда, как справиться с материальными трудностями.

На консультацию может прийти и виновник разрыва. Обычно это – результат демонстративно – шантажного суицидального поведения «жертвы».

Клиент испытывает чувство вины и в оправдание своего поведения обвиняет супруга, укрепляя его мазохистскую позицию. Формируется порочный круг.

Развод не является одномоментным актом, а сложным процессом распада семьи, в котором можно выделить три фазы: предразводная, юридического оформления развода, постразводная. Флоранс Каслоу предложил диалектическую модель процесса развода, которая включает в себя семь стадий и соответствующие им терапевтические методы помощи его участникам: эмоциональный развод; время размышлений и отчаяния перед разводом; юридический развод; экономический развод; время самоисследования; возврат к равновесию после развода; психологический развод.

Несмотря на то, что этапы развода могут быть выделены и разграничены, все же они не происходят, сменяя друг друга в неизменной последовательности. В свою очередь, не все люди ощущают одни и те же чувства (оцепенение или испуг, например) на одном и том же этапе.

Каждый этап должен быть пережит человеком; трудности каждого этапа истощают человека, пока наконец не достигается новый уровень развития и не происходит восстановление удовлетворительного уровня здоровья.

Как для отдельного человека, так и для окружающих его людей, первой привычной реакцией на ситуацию, когда появляется угроза развода, является стремление отрицать развод и надеяться, что наступивший кризис вскоре рассеется. Таким образом, человек пытается совладать с собой и, как ему кажется, справиться с надвигающимся разрушительным процессом. Однако продолжающееся ухудшение отношений супругов в браке ведет к тому, что человек проникается огромностью масштаба грозящей катастрофы. И вот тогда, когда человек уже отчетливо видит возможность или даже неминуемость развода, с этого момента развод может рассматриваться как проблема, которую необходимо решить.

Итак, какие стадии проходит разводящаяся пара. Стоит отметить, что, пройдя эти этапы, пара не обязательно расстанется.

| № п/п | Стадии развода       | Что происходит  | Психологическая помощь  |
|-------|----------------------|---|---|
| 1     | Эмоциональный развод | Разрушение иллюзий в супружеской жизни, чувство неудовлетворенности, отчуждение супругов, страх и отчаяние, попытки контролировать партнера, споры, стремление избежать проблем. На этой ступени уместна парная терапия супругов или участие в групповой терапии.<br>Время размышлений и отчаяния перед разводом. Этот период сопровождается болью и отчаянием, злостью и страхом, противоречивостью чувств и поступков, зачастую шоком, ощущением пустоты и хаоса. На когнитивно-поведенческом уровне характерно отрицание существующей ситуации, отступление физическое и эмоциональное. Предпринимаются попытки сделать так, чтобы все было снова хорошо, вернуть любовь, получить помощь от друзей, членов семьи, церкви. | Можно предложить супружескую терапию для обоих партнеров, терапию в ситуацию развода или какой-либо вариант групповой терапии |
| 2     | Юридический развод   | оформление разрыва отношений происходит на формальном уровне. Эта стадия связана не только с судопроизводством, но и с участием все большего количества лиц в семейных отношениях партнеров. На эмоциональном уровне супруги или один из них могут испытывать депрессию, обособление, а поведение сопровождается спорами, попытками самоубийства, угрозами, стремлением к переговорам   | Терапевтическое вмешательство может быть полезно как для всей семьи, так и для каждого индивидуально                          |
| 3     | Экономический развод | вызвать у кого-либо из супругов смятение, неистовый гнев или печаль («Жизнь разрушена, какое значение имеют деньги»).<br>Установление баланса между родительскими обязанностями и правом на опеку. Оставленный супруг переживает одиночество, облегчение, ищет совета у друзей и близких. Домохозяйки вынуждены вернуться   | Терапевтическое сопровождение может носить индивидуальный характер для взрослых и групповой – для детей.                      |

|   |                        |   |  |
|---|------------------------|---|--|
|   |                        | <p>на работу, испытывая чувство нового и страх не справиться с проблемами.</p> <p>Время рефлексии и возврат к равновесию после развода. Основная проблема этого периода – одиночество и противоречивые чувства, сопутствующие ему: нерешительность, оптимизм, сожаление, печаль, любопытство, возбуждение. Поведение приобретает новую направленность: начинается поиск новых друзей, появляется активность, стабилизируются новый стиль жизни и распорядок дня для детей, формируются новые обязанности для всех членов семьи.</p> |  |
| 4 | Психологический развод | <p>Готовность к новым действиям, повышение доверия к себе, энергичность, обретается самооценности, независимость и автономия. На когнитивно-поведенческом – синтез новой идентичности и окончание психологического развода; поиск новых объектов для любви и готовность к длительным отношениям.</p>  | <p>Терапевтическая помощь возможна при необходимости в виде детско-родительской, семейной, групповой терапии для детей и взрослых.</p> |

Во время развода и периода правовых споров оставленный супруг испытывает жалость к себе, беспомощность, чувство отчаяния и злости. Своевременная консультация адвоката или посредника, в качестве которого может выступать и социальный работник, помогает семье сохранить свои имущественные и социальные права (привилегии). На этом этапе развода в психологической помощи особенно нуждаются дети.

Последствия развода для взрослых и детей во многом зависят от поведения супругов в ситуации развода. Валлерстайн выделяет три наиболее типичные формы поведения: воинственную (вернуть супруга любой ценой), обострение позитивных чувств к партнеру (поиск вариантов удержать партнера), реалистичную (принятие ситуации, сохранение как минимум отношений родительства).

Развод – является травматическим событием, по интенсивности переживаний сравнимым с переживанием смерти близкого человека, что позволяет рассматривать процесс разрыва семейных отношений по аналогии с моделью переживания утраты Элизабет Кюблер-Росс. Стадия отрицания. Реальность происходящего отрицается, факт распада отношений не принимается: ведь затрачено много времени, энергии и чувств на реализацию важнейшего жизненного проекта – создание семьи. Смириться с этим трудно. Стадия озлобленности. Возникает озлобленность по отношению к партнеру; дети порой вовлекаются в конфликт родителей, становятся средством манипуляции. Стадия переговоров. Предпринимаются попытки восстановить отношения с помощью манипуляций, угроз, давления, к которому привлекаются родственники, друзья. Стадия депрессии. Наступает угнетенное настроение, если отрицание, агрессивность и манипуляции не приносят никаких результатов. Снижается уровень самооценки, возникает чувство отвержения и депрессии. Стадия адаптации. Период приспособления к изменившимся условиям жизни. Восстанавливаются прерванные отношения с родственниками, друзьями, появляются новые знакомые, складывается новый порядок жизни. Постразводная ситуация. Процесс принятия распада семьи.

Брак не существует сам по себе, он является основой семьи. Следовательно, развод касается не только самих супругов, но и их детей. Право родителей на прекращение неудавшихся отношений и не жить с нелюбимым человеком противостоит праву детей жить с обоими родителями. Для ребенка развод – это вынужденное расставание с одним из родителей. Акт развода для ребенка может быть положительным только в том случае, когда в семье существует насилие над ребенком, или в отношениях супругов. Специалист по психологии развода Гельмут Фигдор справедливо считает, что развод – это настоящая драма для детей, но нельзя обвинять в этом родителей, и родители не должны сохранять разрушенные отношения, жертвуя собой «ради детей». Но в тоже время от родителей зависит насколько травматичной для ребенка станет

ситуация развода. Адаптация ребенка к разводу родителей определяется тем, насколько он был подготовлен к разводу и к возможности ухода из семьи одного из родителей; враждебностью отношений родителей до развода; временем, проведенным ребенком с ушедшим из родителей; исходным состоянием здоровья и возрастом ребенка и родителей. Переживания ребенка усугубляются следующими обстоятельствами: предшествующие разводу ссоры родителей и неизбежное ухудшение обращения с ребенком в этой ситуации; ощущение ребенком отсутствия ушедшего родителя и восприятие его ухода как отказ от самого ребенка; дефицит общения с оставшимся родителем, так как он часто бывает вынужден пойти на работу; ухудшившиеся отношения ребенка с товарищами, которые обычно задают ребенку нескромные вопросы, дразнят его.

Для минимизации последствий развода для детей важно:

1. Создать условия для контактов ребенка с обоими родителями.
2. Ребенок должен знать, что, несмотря на то, что родители не живут вместе, они по-прежнему любят его оба.
3. Важно, чтобы дети поняли, что родители уважают друг друга, несмотря на то, что они разошлись. Развод не делает родителей плохими.
4. Ребенок ничего не должен делать, чтобы помирить родителей. Крайне важно, что он ни в чем не виноват.
5. Решение о разводе родители должны сообщать вместе.
6. Ребенок имеет право на информацию о разводе, о том, как изменится его жизнь и чего от него ждут родители в этой ситуации.



## 1.2 Особенности взаимоотношений супругов в проживании ситуации развода в среднем возрасте.

Одним из фундаментальных разделов возрастной психологии является психология человека на этапе от 30 до 60–65 лет. Впервые задача изучения психологического развития взрослого человека была поставлена в 1928 г. Николаем Александровичем Рыбниковым, предложившим называть этот раздел возрастной психологии “акмеологией” (от греч. “акме” – апогей развития, точка его наивысшего роста, расцвета) – наукой о периоде расцвета всех жизненных сил человека.

Зрелость – самый продолжительный период онтогенеза, характеризующийся тенденцией к достижению наивысшего развития духовных, интеллектуальных, творческих способностей личности.

Возрастные пределы зрелости (взрослости) определяются комплексом социальных и биологических признаков в зависимости от конкретных социально-экономических условий и индивидуального развития человека. Накопленные данные позволили в какой-то мере отграничить период зрелости от молодости, с одной стороны, и от старости – с другой, а также в самой зрелости выделить отдельные макропериоды – раннюю зрелость, средний возраст, пожилой возраст. Однако четкие хронологические рамки зрелости задать довольно трудно: в характеристиках и временных границах этого периода много неопределенности.

Так, к примеру, раннюю зрелость многие авторы соотносят с периодом юности (ее хронологические рамки – от 15–16 до 22–25 лет); средний возраст – с периодом молодости от 20–35 лет (по Дэвиду Векслеру) или зрелости от 25–40 лет (по Дэвиду Бромлей) до 36–60 лет (по международной классификации возрастов); пожилой возраст – со старостью (от 55 лет и старше). Верхнюю границу зрелости в социальном плане соотносят с окончанием школы и началом самостоятельной жизни (17–18 лет), а нижнюю – с выходом на пенсию (55–60 лет).

Мы рассмотрим особенности психологического развития человека на этапе от 30 до 50 лет. Этот возраст мы и будем считать «средним» возрастом, а человека в этом возрасте – «зрелым» человеком.

Какого человека можно считать зрелым?

Во-первых, зрелость определяется физиологически, с точки зрения оптимального функционирования всех систем организма. Внешне взрослые люди продолжают расти, физиологически изменяться – достигает оптимума функционирование костной, мышечной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, гормональной и других систем. Скажем, сексуальные функции у женщин достигают оптимума к 26–30 годам и держатся на этом уровне до 60 лет, мужчины же переживают их постепенный спад после 30 лет.

Во-вторых, зрелость определяется социально и юридически – с точки зрения способности соблюдать нормы и правила социальной жизни, занимать определенные статусные позиции, демонстрировать уровень своих социальных достижений (образование, профессия, представленность в социальных сообществах и т.д.), нести ответственность за собственные решения и поступки.

В-третьих, зрелость – категория психологическая, учитывающая собственное отношение человека к возрасту, переживание себя относящимся к определенной возрастной когорте. Для последнего очень важны наличие семьи и опыт родительства (социально-демографические исследования показывают, что риск распада семей максимально велик в первые пять лет супружества и в диапазоне 45-60 лет, когда люди прожили в браке более 15 лет).

Понятие зрелости, в первую очередь, связано с исследованием отношения человека к собственной жизни среди людей; не только к себе самому, к своему “Я”, но и к более широкому контексту осуществления жизни, возможности повлиять на мир и изменить его.

Эрик Эриксон, анализируя зрелость как седьмую стадию человеческой жизни, считал ее центральной на всем жизненном пути человека. Развитие личности в это время продолжается во многом благодаря влиянию со стороны

детей, молодого поколения, которое подтверждает субъективное ощущение своей нужности другим. Главная положительная характеристика личности на этой стадии – производительность (генеративность) реализуется в заботе о воспитании нового поколения, в продуктивной трудовой деятельности и в творчестве.

Если ситуация развития в зрелом возрасте неблагоприятная, появляется чрезмерная сосредоточенность на себе, приводящая к косности и застою, личностному опустошению, т.е. имеет место кризис зрелости. Казалось бы, человек полон сил, занимает прочное социальное положение, имеет профессию и т.д., но личностно не чувствует себя состоявшимся, нужным, а свою жизнь – наполненной смыслом. В этом случае, как пишет Эрик Эриксон, “человек рассматривает себя как свое собственное и единственное дитя” (а если есть физическое или психическое неблагополучие, то они этому способствуют). Если условия благоприятствуют такой тенденции, то происходит физическая и психологическая деградация личности, подготовленная всеми предшествующими стадиями, если соотношение сил в их течении складывалось в пользу неуспешного выбора. Стремление к заботе о другом, креативность, потребность отстаивать свою индивидуальность помогают преодолевать возможную самопоглощенность и личностное оскудение.

Большинство людей обретают к 40 годам устойчивость в жизни и уверенность в себе. Но одновременно в этот, казалось бы, надежный и спланированный взрослый мир прокрадывается сомнение, связанное с оценкой пройденного жизненного пути, с пониманием стабильности, “сделанности” жизни, с переживаниями отсутствия новизны и свежести, спонтанности жизни и возможности в ней что-то изменить (так свойственным детству и юности), с четким осознанием краткости жизни для осуществления всего желаемого и необходимости отказаться от явно недостижимых целей. Все эти чувства переносятся и на осознание своей семейной жизни. Тот ли человек рядом?

Любят ли меня или мы просто привыкли к друг другу? Не о такой жизни я мечтал!

Несмотря на кажущуюся устойчивость, зрелость – противоречивый этап жизненного пути человека. Взрослый человек одновременно переживает и чувство стабильности, и смятение по поводу того, действительно ли он понял и реализовал настоящее предназначение своей жизни. Особенно острым становится это противоречие в случае негативных оценок, данных личностью своей предшествующей жизни, и необходимости выработать новую жизненную стратегию. Зрелость дает возможность человеку прожить жизнь по собственному сценарию, развернуть ее в ту сторону, которую человек считает для себя правильной. Если этот сценарий не совпадает со сценарием второй половинки, то соответственно, возникают шероховатости в отношениях, которые могут привести к разводу.

Одновременно взрослый способен преодолевать переживание того, что жизнь не во всем реализовалась так, как мечталось в предыдущих возрастах, и создает философское отношение и возможность терпимости к просчетам и жизненным неудачам. Если молодость во многом живет ориентацией на будущее, ожиданием настоящей жизни, которая начнется, как только (вырастут дети, закончу институт, защищу диссертацию, получу квартиру, рассчитаюсь с долгами, достигну такой-то должности и т.д.), то взрослость в большей степени ставит цели, касающиеся именно настоящего времени человека, его самореализации, его отдачи здесь и сейчас. Именно поэтому многие, вступая в середину зрелости, стремятся начать жизнь сначала, найти новые пути и средства самоактуализации, успешно преодолевая кризис середины жизни. Зачастую новый путь не подразумевает «старые» семейные отношения.

По мнению американского социолога Рональда Кесслера, кризис середины жизни грозит в первую очередь тем, кто склонен избегать самоанализа и использует защитный механизм отрицания, стараясь не замечать перемен, происходящих в его организме и в его жизни. В результате 45-летний мужчина,

все еще считающий, что он находится в прекрасной физической форме, может испытать эмоциональное потрясение, когда его 15-летний сын начнет обыгрывать его в баскетбол. “Такие люди ни за что не хотят расстаться со своими иллюзиями, говорит Рональд Кесслер, – Они проявляют чудеса изобретательности, продолжая себя обманывать, пока наконец реальность не заявляет о себе в полный голос”.

Зрелый человек хорошо понимает, что от себя и своего прошлого не убежишь: нельзя еще раз стать 20-летним, нельзя избавиться от груза совершенных ошибок, нельзя в один миг сменить свои ценности на другие, нельзя мгновенно стать другим. Однако в зрелости отчетливо видно, как достигнутый уровень развития может стать источником новых изменений. “Делать обычное по-новому” означает насытить свою профессиональную, общественную, семейную жизнь новыми смыслами и ценностями, ради которых хотелось бы жить.

Важно и то, что зрелость увеличивает долю самостоятельности и ответственности в принятии жизненных решений, определении жизненных стратегий. Обретенные ценности осмысляются, обобщаются, проверяются практикой собственной жизни и тем самым приобретают экзистенциальный характер.

Взрослый человек обретает новое чувство времени – будущее, кажущееся неограниченным в молодости, приобретает границу, “линию горизонта”. На отрезке между 35 и 50 годами время заметно убыстряет свой ход, а прошлое в нем становится с каждым годом продолжительнее. В связи с этим к 50 годам человек менее активно стремится к сильным изменениям в жизни или ищет работу с постоянно меняющимся содержанием; наоборот, его больше интересуют виды деятельности, в которых можно использовать накопленные знания, жизненный опыт, профессиональную и житейскую компетентность.

Но появление линии жизненного горизонта не означает, что зрелый человек начинает готовиться к концу жизни. Наоборот, взрослость раздвигает

жизненные горизонты в силу того, что многое из познанного и освоенного на предыдущих возрастных этапах обретает осмысленность, глубину, перспективу, объемность. Жизнь раскрывается взрослой личности во всей полноте и богатстве нюансов.

К. Юнг считает, что взрослый человек постепенно высвобождается из плена собственного “Я” и начинает ориентироваться на решение духовных задач, достижение внутреннего чувства общности с другими людьми, миром, космосом. Этого освобождения из плена “Я” достигает не всякий взрослый, но оно позволяет личности действительно развиваться в признанный другими авторитет. Тот, кто не справляется с собственным кризисом и остается “великовозрастным инфантилом”, – проигрывает в глазах молодого поколения, в первую очередь собственных детей.

Ощущение полноты жизни и счастья возникает у человека, когда он самореализуется, т.е. активно воплощает в деятельность свои идеалы и ценности, используя свои таланты и способности, и при этом его не вынуждают поступать против своих убеждений, своей системы ценностей, против того, что имеет для него особый субъективный смысл. Более всего для взрослого человека самоактуализация связывается с профессией и общественным признанием.

По мнению английского психолога Дэниэла Левинсона, для того чтобы стать по-настоящему взрослым, мужчине необходимо справиться с четырьмя задачами: 1) увязать мечты и реальность, 2) найти наставника, 3) обеспечить карьеру, 4) наладить интимные отношения.

В отношении женщин обнаружено, что, в отличие от мужчин, их стадии жизненного цикла в большей мере структурированы не хронологическим возрастом, а стадиями семейного цикла – брак, появление детей, оставление выросшими детьми родительской семьи. Различия также обнаружили в том, какие мечты возникают у мужчин и женщин. Мужские мечты связаны в первую очередь с карьерой и будущей профессией, женские – в подавляющем

большинстве – с семьей и профессией. Женская мечта оказывается расщепленной, что приводит к субъективному переживанию раздвоенности. Это переживание, как правило, связано не с определенным возрастом, а с конкретными обстоятельствами, например, необходимостью оставить работу ради маленького ребенка или с разводом, новым браком.

Следует отметить, что Дэниэл Левинсон рассматривает возрастное развитие как регулярную последовательность стадий, как стабильных, так и переходных. В стабильной фазе развитие характеризуется достижением поставленных целей, поскольку основные задачи развития на этом этапе человеку представляются решенными. В переходной фазе сами способы самореализации оказываются предметом анализа для индивида, а новые возможности – предметом поиска. В периоде зрелости Дэниэлом Левинсоном отмечены два переходных этапа, характеризующихся пересмотром жизненных программ, – это период около 30 лет и период 40–45 лет. Так, в возрасте 30 лет человек анализирует и, при необходимости, корректирует свою жизнь. При этом мужчины пересматривают собственные установки по вопросам карьеры и способы их реализации, женщины же делают окончательный выбор между карьерой и семьей. Затем в 40–45 лет происходит еще одно переосмысление жизненных ценностей (эти данные касаются исключительно мужчин), когда в сознании некоторых людей обнаруживается тот факт, что “юношеские мечты так и не осуществились”. Это чувство, как правило, переносится и на семейные отношения.

В зрелом возрасте потребность в труде становится основной жизненной потребностью, определяющей круг смежных потребностей – в общественном признании и престиже, в самовыражении, в удовлетворении материальных потребностей и личностных запросов, в утверждении собственной индивидуальности и т.д.

В любой профессиональной деятельности для взрослого человека важно ее непрерывное осуществление; особенно это важно для творческих профессий. Сбои и срывы, неуспех, длительные паузы снижают мотивацию, и человек

может даже вообще “отучиться” работать (так, к примеру, происходит с людьми, вынужденными долго оставаться на положении безработных, или с молодыми женщинами, привыкающими быть просто домашними хозяйками).

Взрослая личность слита со своим трудом, а профессиональная мотивация, постоянный интерес к работе не позволяют отключаться от нее ни на минуту.

Выделим психологические особенности зрелости, позволяющие предвосхищать или продуктивно преодолевать возрастные кризисы: 1) умение брать на себя ответственность; 2) стремление к власти и организаторские способности; 3) способность к эмоциональной и интеллектуальной поддержке других; 4) уверенность в себе и целеустремленность; 5) склонность к философским обобщениям; 6) защита системы собственных принципов и жизненных ценностей; 7) формирование индивидуального жизненного стиля; 8) стремление оказывать влияние на мир и “отдавать” индивидуальный опыт (профессиональный и личностный) молодому поколению; 9) реализм оценок и чувство “сделанности” жизни; 10) стабилизация системы социальных ролей и другие.

В связи с вышеперечисленными особенностями возраста мы можем говорить о специфике проживания ситуации развода в среднем возрасте. Как правило в этом возрасте в семье есть дети, которые в ситуации развода страдают больше всех и являются объектом манипуляции взрослых. Каждый из родителей сосредоточен на себе, своих обидах и своих чувствах. У мужа и жены возникает чувство обыденности и отсутствия новизны в отношениях. В этом возрасте люди склонны оценивать прожитые годы и осознают краткость жизни, в связи с этим у них возникает желание развернуть свой жизненный сценарий в нужную сторону. Ситуация развода может быть осложнена прохождением кризиса среднего возраста у обоих супругов одновременно.

Получается, что сколько пар, столько и ситуаций разводов. Каждый человек индивидуален, так что индивидуальность ситуаций в паре удваивается. А если



еще один или, еще серьезнее, двое партнеров переживают свои личные кризисы среднего возраста, то ситуация развода становится очень сложной.

Семейные взаимоотношения - это субъективно переживаемые взаимосвязи между членами семьи, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний на личностном уровне в ходе совместной жизнедеятельности и общения. Они определяют эмоциональное и деловое состояние семьи, ее микроклимат.

Отношения между людьми в семье из всех человеческих отношений бывают наиболее глубокими и прочными. Они включают четыре основных вида отношений:

| № п\п | Вид отношений        | Определение  |
|-------|----------------------|--|
| 1     | Психофизиологические | Отношения биологического родства и половые отношения   |
| 2     | Психологические      | Открытость, доверие, забота друг о друге, взаимная моральная и эмоциональная поддержка   |
| 3     | Социальные отношения | Распределение ролей, материальная зависимость в семье, статусные отношения - авторитет, руководство, подчинение и прочее   |
| 4     | Культурные           | Особого рода внутрисемейные связи и отношения, обусловленные традициями, обычаями, сложившимися в условиях определенной культуры (национальной, религиозной и т.п.), внутри которой данная семья возникла и существует |

Вся эта сложная система отношений оказывает влияние на семейное воспитание детей. Внутри каждого из видов отношений могут существовать как согласие, так и разногласие, которые положительно или отрицательно сказываются на воспитании.

На современном этапе развития общества, благодаря индустриализации и развитию бытового обслуживания, наблюдается снижение роли семьи как хозяйственной ячейки и повышение роли межличностных отношений членов семьи, то есть возрастает значение социально-психологических факторов.

Брак определяется как комплекс духовно-этических и эмоционально-сексуальных санкционированных обществом отношений между мужчиной и

женщиной. Семья же определяется как малая группа, сформированная на основе брачных отношений и объединяющая супругов и их потомство.

Весь комплекс супружеских отношений предлагается разделять на два основных периода:

- 1) до вступления в брак (период становления брачных отношений),
- 2) после вступления в брак (период развития брачных отношений).

В супружестве авторы выделяют и рассматривают 4 достаточно независимых уровня отношений: психофизиологический, психологический, социально-психологический и социокультурный.

Психофизиологический контакт выходит за рамки непосредственного сексуального контакта, проявляясь в виде различных эротических игр: флирта, поцелуев, объятий, прикосновений за пределами и без цели сексуального контакта. Поэтому для психофизиологического общения имеют значение не только чисто сексуальные характеристики партнеров (тип половой конституции, половая потенция и т.п.), но и особенности телосложения, реактивность организма, оформление внешности.

Психологический уровень супружеских отношений имеет много общего с интимно-исповедной формой дружбы и любовными отношениями (например, добрачными отношениями молодоженов). Известно, что главной функцией этих видов межличностных отношений является избирательный контакт, способствующий наиболее полному самовыражению личности. Психологическая дисгармония часто выражается в виде отчуждения брачных партнеров, напряженной атмосферы столкновений и конфликтов личностного порядка, когда критике и неприятию подвергаются особенности темперамента и характера партнера. Психологически несовместимые партнеры испытывают трудности в распределении инициативы, власти и главенства.

Социокультурный уровень супружеских отношений позволяет согласовать общую направленность и мотивацию поведения. Духовное общение супругов позволяет им согласовать жизненные позиции, ценностные ориентации,

взгляды на окружающий мир и свое место в нем, интересы и мотивы социального поведения. Наиболее показательными признаками духовной гармонии являются: высокое взаимопонимание, одобрение жизненной позиции партнера, высокое уважение к нему как члену общества. Причем, в отличие от других видов супружеской дисгармонии духовное несоответствие чаще и отчетливее осознается супругами.

Четыре основных уровня супружеского взаимодействия имеют и соответствующие виды супружеской дисгармонии, каждый из которых имеет специфические проявления и критерии для распознавания.

Проблема семейного благополучия связана в первую очередь с тем, насколько психологически совместимыми оказываются друг с другом члены семьи. Совместимость как многоуровневый феномен связана не только с актуальным состоянием и личностными особенностями супругов, но также и с их опытом прошлой жизни, опытом межличностных отношений в родительской семье.

Наиболее оптимальной является ситуация, когда опыт и усвоенный тип взаимоотношений супругов носят в целом позитивный характер, сходны или взаимодополнительны, не противоречат общесоциальной системе правил и норм взаимодействия и взаимоотношений.

В ситуации развода могут присутствовать как один, два, три, так и все четыре вида дисгармонии супружеского взаимодействия.

### 1.3 Специфика проведения медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода.

Понятие медиации дано в ст.2 Федерального закона №193-ФЗ от 27.07.2010 г. «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника». Медиация – это способ урегулирования споров при содействии медиатора на основе добровольного согласия сторон в целях достижения ими взаимоприемлемого решения.

Принципы медиации:

| № п\п | Принцип медиации                  | Определение   |
|-------|-----------------------------------|---|
| 1     | Беспристрастность (нейтральность) | Медиатор должен проводить медиацию беспристрастно и справедливо. Идея беспристрастности медиатора является центральной в процессе медиации. Если медиатор потерял нейтральность и не способен проводить процесс в беспристрастной манере, он обязан прекратить медиацию. Медиатор должен избегать такого поведения, которое давало бы повод почувствовать симпатию или наоборот по отношению к одной из сторон. Медиатор должен остерегаться пристрастности или предубеждений, основанных на личностных характеристиках сторон, их социального происхождения или поведения на медиации. Если произошла потеря нейтральности, то медиатор в праве самостоятельно прекратить медиацию. Именно поэтому медиатор не должен быть знаком ни с одной из сторон, обратившихся за помощью. Никаких оценок, суждений и собственных мнений в процессе медиации у специалиста быть не должно. |
| 2     | Равноправие сторон                | Обе стороны в медиации имеют равные права и равные условия, одинаковое по продолжительности время индивидуальных встреч, время на изложение своей истории. Если с одной из сторон медиация проводится онлайн, то и с другой стороной должны быть соблюдены те же условия.   |
| 3     | Конфиденциальность                | Медиатор должен обеспечить разумные ожидания сторон в отношении конфиденциальности. Медиатор не должен разглашать ход и результаты медиации, если на это нет разрешения всех сторон или если этого не требует Закон. Так как гарантия конфиденциальности является важной для сторон, медиатор должен обсудить ее с конфликтующими сторонами. Если медиатор проводит приватные заседания со сторонами, содержание таких заседаний, с точки зрения конфиденциальности, должно быть обсуждено со всеми сторонами предварительно. В целях защиты целостности процесса медиации, медиатор должен избегать передачи кому-либо информации о поведении сторон во время процесса медиации, качестве дела или предлагаемых решениях.  |

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|   |                | Исключение могут составить вопросы, при обсуждении которых одна из сторон просит передать информацию другой стороне. И стороны так же должны соблюдать данный принцип. Важно предупредить клиентов, что запись на телефон, диктофон и т.п. вещи запрещены.   |
| 4 | Добровольность | Процедура медиации является сугубо добровольной. Стороны никто не может заставить воспользоваться медиацией или хотя бы попытаться это сделать. Медиация - добровольный процесс, он основан на стремлении сторон достигнуть честного и справедливого соглашения. Добровольность выражается в том, что ни одну сторону нельзя принудить к участию в медиации. Выйти из процесса на любом этапе или продолжать медиацию личное дело каждого участника. Согласие с результатом процесса медиации также сугубо добровольно. Стоит отметить, что принцип добровольности распространяется и на медиатора тоже. Если специалист по какой-то причине решил прервать процедуру медиации, то он имеет на это право |

Лиза Паркинсон определила медиацию, как процесс урегулирования, требующий специального образования и навыков, контроля эмоций и творческого подхода. Это такой подход, который является как бы связующим звеном между другими науками - юриспруденцией и психологией. [26]

Чаще всего семейная медиация применяется при расставании или разводе пары для того, чтобы помочь ей сохранить свой статус родителей и отделить совместное выполнение парой своих родительских обязанностей от разочарования и печали, связанных с прекращением их взаимоотношений в качестве супругов. Медиация помогает родителям сфокусироваться на индивидуальных потребностях и чувствах их детей и выработать схему, по которой будут строиться их отношения с детьми в дальнейшем.

Как правило, люди в период развода или расставания не готовы или не могут вести переговоры, сохраняя спокойствие и способность мыслить рационально. Зачастую их захлестывают такие сильные эмоции, что они не в состоянии адекватно думать. Семейно-ориентированная медиация нацелена на то, чтобы помочь родителям и, возможно, другим членам семьи разработать модели их дальнейших взаимоотношений с детьми и прийти к согласию по ряду важных вопросов. Основная задача - помочь семье адаптироваться к изменениям.

Медиаторы помогают членам семьи наладить общение друг с другом и достичь согласия по значимым вопросам в течение важнейшего периода в их жизни - периода перехода и преобразования. Изменения, с которыми приходится справляться при переходе от полной семьи к двум неполным семьям или новым семьям с другими людьми и детьми от другого брака, требуют и от детей, и от родителей значительных психологических ресурсов и решения многих насущных вопросов. Изменения происходят на нескольких уровнях одновременно: на эмоциональном, психологическом, экономическом и социальном. Каждая семья не похожа на другую, и необходимо четко понять все аспекты происходящих изменений и уделить им достаточное внимание при анализе потребностей каждой конкретной семьи.

Одним из парадоксов семейной медиации является то, что специалист ожидает от расстающихся или уже расставшихся людей больше, чем от тех, которые живут вместе. Он не ожидает от супругов обсуждения финансовых проблем в период острого эмоционального кризиса. Тем не менее, в ходе медиации люди на грани нервного срыва просят проанализировать финансовые данные и составить бюджет, несмотря на то, что они переполнены горем и ощущением утраты. Предполагается, что родители пойдут навстречу друг другу при решении вопросов, связанных с будущим их детей, хотя, возможно, один из них покинул семью несколько месяцев или даже лет назад и не общался с тех пор со своим бывшим партнером. Медиаторы ожидают от людей осознанного поведения тогда, когда этих людей переполняют гнев, ненависть и страдания.

Партнеры, которые не могут видеть друг друга, не могут сказать двух слов друг другу, не начав скандалить, или, напротив, не разговаривают друг с другом, часто считают, что у них нет перспектив совместной встречи и достижения взаимоприемлемого соглашения, что это нечто настолько нереалистичное, что сразу же отменяют предложение медиатора об участии в медиации. Пары, расставание или развод которых сопряжены с особенно

большим стрессом, не могут удержаться от того, чтобы не повысить голос и не накричать на партнера, который стал инициатором разрыва их отношений и покинул дом. Приглашение собраться вместе и цивилизованно обсудить планы на будущее может быть отвергнуто как нереалистичное с практической и эмоциональной точек зрения. В это время скорее всего более реалистично будет воспринято предложение о психологическом консультировании. Бесспорно, участие в медиации позволяет осознать, что отношениям действительно пришел конец, а это означает, что стороны острее чувствуют боль, особенно если достигнутое соглашение прокладывает прямой путь к разводу, которого желает один из партнеров, но не желает другой. От участников медиации очень часто ожидают слишком многого, на слишком ранней стадии разрыва отношений и, зачастую, в течение слишком короткого периода времени.

На шкале наиболее стрессовых событий нашей жизни развод занимает второе место, уступая только смерти супруга или супруги. Считается, что даже увольнение или заключение в тюрьму сопряжено с меньшим стрессом, чем развод. До сих пор специалисты спорят о том, насколько реалистично ожидать от людей принятия важных решений в период сильных душевных страданий и эмоциональной уязвимости.

Во время семейной медиации появляется возможность разрешить споры, которые сопровождали семью годами. В отличие от судебного процесса медиация позволяет наиболее безболезненно найти компромисс, решить проблемы более цивилизованным методом, а самое важное – получить результат, который будет максимально устраивать участников спора, потому что делается акцент на сотрудничестве сторон, а не на состязании (как в судебном процессе). Решение, к которому стороны приходят при семейной медиации, в выполнении которого будут заинтересованы, принимается добровольно без оказания какого-либо давления с соблюдением всех законных прав и считается достигнутым лишь тогда, когда интересы каждого будут

удовлетворены. Профессиональный медиатор помогает сделать все, чтобы стороны сами смогли понять суть существующей проблемы и самостоятельно ее решить при его содействии. Медиатор работает с людьми и человеческими отношениями, уделяя внимание эмоциональной стороне конфликта. Его задача – помочь им взглянуть на ситуацию со стороны, прояснив различные ее аспекты, вернуть способность к рациональной оценке обстоятельств, к разумным действиям, отвечающим их истинным интересам. Медиатор не советует, не навязывает и не предлагает свои решения, он помогает посмотреть на конфликт с разных точек зрения.

В отличие от консультации психолога, медиация более предметно ориентирована, то есть медиаторами рассматриваются конкретные проблемы и варианты их решения. Медиатор не может выносить или предлагать какое-то решение: оно вырабатывается участниками конфликта. Медиатор создает возможности для каждой стороны услышать и понять, чего хочет другая сторона, выразить свои потребности и интересы, восстановить и укрепить связь между конфликтующими сторонами. В процессе медиации обеспечивается необходимое безопасное пространство, в котором стороны могут доверять друг другу, совместно работать над решением проблем, а в дальнейшем безболезненно общаться друг с другом. Таким образом, если суд рассматривает только предмет спора, не учитывая эмоциональную составляющую, а психотерапия, наоборот, концентрируется на эмоциональном аспекте, медиация в достаточной степени уделяет внимание обоим аспектам. Выражение эмоций особенно важно при семейной медиации, так как в данном случае кроме личных интересов имеют место родственные отношения. Однако медиатор не позволяет сделать так, чтобы эмоции взяли верх; параллельно ведется качественная работа над разрешением проблемной ситуации. Кроме того, соблюдению правил хорошего тона сторонами способствуют правила проведения данной процедуры.



Учитывая сложную природу семейных споров и такие особенности современной российской семьи как рост числа разводов, и все вытекающие из этого последствия, увеличение числа неполных семей, сожительство без регистрации брака и рост рождений детей вне брака, сиротства детей при живых родителях, а также отсутствие заботы за престарелыми родителями, можно сделать вывод о том, что уровень конфликтности в обществе достаточно высок и носит глобальный характер. Такие проблемы как отсутствие умения услышать и быть услышанным, вести диалог, амбициозность спорящих сторон, желание публично продемонстрировать силу, унижить, или морально уничтожить оппонента приводит конфликтующие стороны, как правило, в суд.

В семейных конфликтах происходит наложение личных материальных интересов участников и личных интересов конфликтующих сторон. В этом случае спорные ситуации усложняются и становятся многоуровневыми. Из-за того, что люди ставят себя и свои интересы выше других, решение спорных вопросов является делом сложным, длительным, а иногда и тупиковым. В связи с этим весьма актуально стало применение института медиации в области семейного права. Ведь, практически в любом семейном конфликте возможно применение процедуры примирения (медиации) с сохранением хороших отношений на будущее и соблюдением прав детей, пожилых людей. Медиация признает эмоции и позволяет сторонам их выражать.

Многие консультанты и специалисты по семейной терапии уверены, что для того, чтобы начать помогать людям решать их проблемы и обсуждать с ними будущее, необходимо понять их прошлое. В центре внимания медиаторов с самого начала находится настоящее и будущее, специалисты по медиации не занимаются сбором подробной информации о прошлом. Несомненно, иногда просто необходимо знать о прошлых событиях, но в этом случае медиаторы задают вопросы, которые помогают паре взглянуть вперед, а не назад. Как правило, медиатору не нужно знать, как партнеры оказались в этой ситуации,

важнее, как они будут двигаться вперед: «Итак, какое будущее могло бы вас устроить? К чему вы стремитесь?»).

Вопросы, ориентированные на будущее, помогают людям оставить боль и горе позади и задуматься о том, каким они хотят видеть свое будущее

Рекомендации Паркинсон гласят, что семейные разногласия имеют некоторые особенности, которые необходимо учитывать при проведении медиации:

1. Как правило, между членами семьи устанавливаются тесные отношения, которые развиваются в течение продолжительного времени. Процесс урегулирования разногласий должен способствовать не только разрешению нынешних проблем, но и формированию эффективных отношений между членами семьи в будущем.
2. Из-за сложившихся близких личных отношений в семье споры между ее членами эмоционально насыщены, т.е. эмоции усложняют проблемы и искажают суть конфликтов и разногласий. Считается нормой, когда эти чувства и эмоции признаются и понимаются участниками конфликта и медиатором.
3. Споры, возникающие в ходе развода или расставания, затрагивают и других членов семьи, в основном детей, которые могут не принимать непосредственного участия в медиации, но при этом их интересы настолько важны, что часто определяют исход медиации.
4. Болезненно решается финансовый вопрос. В него входит раздел имущества, содержание детей, жилищный вопрос. И это зачастую является основой для манипуляции детьми.

Из всех видов медиации, пожалуй, именно семейная наиболее плодотворно использует отдельные идеи и подходы психотерапии. Тем не менее медиация существенным образом отличается от работы психотерапевта с супружеской парой. Медиация, как правило, имеет дело с конфликтами, имеющими выраженный юридический аспект — будь то раздел имущества, спор о месте постоянного проживания ребенка или о выплате алиментов. При этом это

сравнительно короткая процедура, ориентированная на разрешение спора, а не на глубокую трансформацию отношений между его участниками. Медиация может помочь людям, которые находятся в состоянии расставания или развода, но не считают, что им нужна психотерапия и не готовы ее проходить. Процедура медиации более мирная и конфиденциальная нежели судебная тяжба. В процедуре медиации происходит обоюдная договоренность сторон. Каждая сторона может достигнуть необходимых именно ей договоренностей.

Важно, что в медиации нет проигравших. Судьбу детей, с кем им жить и каким образом видятся со вторым родителем, как отмечать праздники, решают сами родители, а не чужие дяди и тети (судьи). И данное решение распространяется на определенный промежуток времени, на год или два, как решат сами стороны.

Различия между психологическим консультированием и медиацией можно представить в виде следующей таблицы, которая составлена по книге Лизы Паркинсон.

| Психологическое консультирование                                     | Семейная медиация  |
|--|--|
| Семейная психотерапия никак не связана с юридическими процедурами    | Медиация может дополнять юридическую процедуру (например, заключение медиативного соглашения), судья может рекомендовать пройти процедуру медиации |
| Обращающиеся за консультацией стремятся к сохранению взаимоотношений | Медиация не направлена исключительно на примирение сторон, проводится при конфликтной ситуации, при расставании или разводе                        |
| Проводится без предварительного письменного соглашения               | Необходимо соглашение о проведении процедуры медиации, которое подписывается сторонами   |
| Как правило, носит долгосрочный характер                             | Состоит из 2-3 сессий  |
| Работает с чувствами и взаимоотношениями пары                        | Нацелена на поиск согласованных решений по конкретным вопросам   |
| По окончании не предполагается письменных соглашений                 | Завершается подписанием медиативного соглашения, имеющего юридическую силу (при нотариальном заверении)  |

Из таблицы мы видим, что медиация носит более структурный характер, имеет элементы юридической практики. Подход в медиации более

прагматичный, основан на том, как человек видит себя в будущем. Информация о прошлом в процессе медиации не имеет практического значения.

Если одной из сторон тяжело перейти к обсуждению будущего без проработки прошлого, то тогда медиатору необходимо порекомендовать этой стороне обратиться к психологу. И уже после проработки с психологом своей проблемы вернуться к процедуре медиации.

Одним из важнейших принципов организации медиации разведенных супругов является делегирование ответственности за эффективное преодоление последствий развода разведенным супругам. Другими словами, сами разводящиеся решают вопросы, касающиеся воспитания их детей и их будущих отношений.

#### Выводы по Главе 1

Нами Определены теоретико-методологические подходы к изучению темы исследования. В работе мы учитываем современные подходы к ситуации развода. Несмотря на то, что развод существует столько же времени, сколько существует институт брака и имеет такую же долгую историю, как и сам институт семьи, за последнее десятилетие произошло много изменений в данной области. Это связано с изменением обязанностей мужа и жены, изменением статуса женщины в обществе в целом, изменениями экономического характера, жизненного уклада общества. Неизменным остается то, что больше всего в ситуации развода страдают дети. И очень важно минимизировать влияние развода на детей. Для этого необходимо сохранить общение ребенка с обоими родителями. Соответственно родителям в ситуации развода, учитывая наличие детей, имеет большой смысл работать над своими отношениями как в ситуации развода, так и после него. Чтобы родителям иметь возможность конструктивно и эффективно решать вопросы, касающиеся воспитания своих совместных детей. Когда люди разводятся, они не перестают быть родителями.

Мы изучили специфику проживания развода и взаимоотношений супругов в среднем возрасте. Специфика среднего возраста так же накладывает свой отпечаток на поведение супругов в ситуации семейного кризиса. В каждой семье возможны различные причины дисгармонии отношений. Существует четыре основные сферы отношений в семье, а именно: психофизиологическая, психологическая, социальная, культурная. На современном этапе развития общества наблюдается снижение роли семьи как хозяйственной ячейки и повышается роль межличностных отношений. К среднему возрасту в семье супруги достаточно хорошо знают характеры и привычки друг друга, знают много того, что остается тайной для посторонних людей. Именно это влияет на остроту эмоций и душевную боль при расставании. На шкале наиболее стрессовых событий в нашей жизни развод занимает второе место, уступая только смерти супруга или супруги. До сих пор специалисты спорят о том, насколько реалистично ожидать от бывших супругов принятия важных решений в период душевных страданий.

Мы определили содержательные аспекты проведения медиации в ситуации развода с людьми среднего возраста. Именно семейная медиация позволяет решить споры, которые сопровождали семью годами. Специалист – медиатор, понимая эмоциональный настрой, все-таки помогает поссорившимся супругам посмотреть на ситуацию с разных точек зрения и урегулировать конфликт. Благодаря основным принципам медиации эта процедура способна вернуть к сотрудничеству людей, которые не готовы больше общаться между собой.

Важно помнить, что семья – это очень динамичная и в то же время хрупкая система. Надо понимать, что любые изменения одного из членов семьи будут иметь последствия и отражаться на всей семье.

## ГЛАВА 2. Экспериментальное исследование по применению медиации как инструмента психологического консультирования в ситуации развода.

### 2.1 Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента.

На основании анализа степени изученности темы и существующих методик нами был спланирован наиболее оптимальный для реализации цели и задач диссертации констатирующий эксперимент. Его основной целью стало определение эмоционального, когнитивного и мотивационно-поведенческого уровня отношений между супругами в ситуации развода. Для достижения данной цели необходимо было решить следующие задачи:

- 1) выявить уровень удовлетворенности браком в конкретной супружеской паре
- 2) выявить степень согласия (несогласия) в ситуациях конфликта
- 3) выявить уровень конфликтности в паре
- 4) определить уровень сходства во взглядах, доверительности общения, взаимопонимания, психотерапевтичности общения.

Для реализации программы исследования выбран следующий набор методик.

Тест-опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Г. П. Бутенко, Т.Л.Романова, факультет психологии МГУ) предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности, а также согласования-рассогласования удовлетворенности браком в конкретной супружеской паре. Опросник применяют индивидуально в консультативной практике и в процессе исследования той или иной социальной группы.

Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (Ю.Е.Алешина, Л.Я.Гозман) дает возможность охарактеризовать обследуемую семью по ряду параметров: наиболее конфликтные сферы

семейных отношений, степень согласия (несогласия) в ситуациях конфликта, уровень конфликтности в паре.

Опросник для анализа «Особенности общения между супругами» (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.) Опросник дает возможность изучить: сходство во взглядах, доверительность общения, взаимопонимание, психотерапевтичность общения.

| Критерий                   | Высокий  | Средний   | Низкий   | Методы исследования   |
|----------------------------|--|---|--|---|
| Эмоциональный              | Сохраняют спокойствие и могут контролировать свои эмоции. Считают свою семью благополучной.  | Возбуждены, но при напоминании контролируют эмоции. Считают свою семью скорее благополучной, чем нет.   | Крайне возбуждены и не могут контролировать свои эмоции, иногда агрессивны. Не удовлетворены браком.   | Интервью<br>Тест-опросник удовлетворенности браком<br>В.В. Столин,<br>Т.А. Романова<br>Г. П. Бутенко                    |
| Когнитивный                | Могут вести переговоры, адекватно аргументируют, способны мыслить рационально. Умеренный уровень конфликтности в паре.   | Могут вести переговоры, но часто с рациональных мыслей уходят в эмоции. Средний уровень конфликтности в паре.   | Не могут самостоятельно вести переговоры, не могут мыслить рационально. Высокий уровень конфликтности в паре.  | Интервью<br>Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»<br>Ю.Е. Алешина<br>Л.Я. Гозман.         |
| Мотивационно-Поведенческий | Могут встречаться, договариваться, фокусироваться на общих проблемах. Присутствует сходство во взглядах, доверительность общения, взаимопонимание, психотерапевтичность общения. | Возможно общение, взаимное уважение, но часто уходят в обиду и эмоции. По некоторым вопросам существует сходство во взглядах, доверительность общения, взаимопонимание, психотерапевтичность общения. | Отсутствие доверия, взаимопонимания, нежелание общаться. Полностью отсутствует сходство во взглядах, доверительность общения, взаимопонимание, психотерапевтичность общения. | Интервью<br>Опросник для анализа «Особенности общения между супругами»<br>Ю.Е.Алешина,<br>Л.Я. Гозман,<br>Е.М.Дубовская |

Полученные данные были подвергнуты соответствующей тестовой процедуре обработке и проанализированы. Ниже представлено обсуждение полученных результатов.

Описание семей, участвующих в эксперименте. Общее количество семей – десять. Кто-то еще официально не разведен, некоторые из супругов оформили развод официально, остались общие вопросы, связанные с воспитанием детей.

#### Семья 1

Супруги находятся в предразводной ситуации, юридически брак еще существует, но супруги собираются развестись. Живут в одной квартире, но полноценно, как супруги, не общаются. Коммуникации между супругами нарушены. Постоянные ссоры. Супруга рассказала о своем опасении по поводу склонности супруга к алкоголю. Супруг не понимает, чем постоянно недовольна супруга и подозревает ее в измене. Сыну 8 лет, хотят решить проблему общения ребенка с родителями. Решили обратиться к специалисту чтобы определить график общения сына с отцом, за консультацией о том, как сообщить ребенку о своем желании развестись. В суд документы еще не переданы.

#### Семья 2

Находится в ситуации развода, но заявление о разводе в ЗАГС еще не подано. Воспитывают детей 15 и 4 года. Присутствуют разногласия в воспитании детей. Разногласия в понимании и распределении своих ролей в семье, что перерастает в ссоры и скандалы. Обратились, чтобы восстановить гармоничное общение между собой и с детьми.

#### Семья 3

Юридически развод оформлен, живут отдельно. Дочь 5 лет. Бывший супруг временно находится за границей. С данной семьей, соблюдая принцип равноправия сторон, общение происходило в режиме «онлайн». Супруга хочет



сохранить образ жизни дочери таким же, как он был до развода. Но финансовое состояние ей не позволяет этого. Бывший супруг не отказывается помогать финансово, но требует строгой отчетности по тратам на дочь. Он не готов содержать бывшую супругу и удовлетворять все ее финансовые запросы так же, как до развода.

#### Семья 4

Юридически развод оформлен, но не определено место проживания ребенка. Сын 6 лет. Отец очень хочет, чтобы сын жил с ним. Впереди первый класс и отец хочет решить вопрос, чтобы определиться со школой для сына, так как проживает в другом городе. Консультирование велось в режиме онлайн. Мать не против, чтобы сын жил с отцом, но есть ряд вопросов, по которым никак не могут договориться. Мать очень переживает по поводу здоровья ребенка и соблюдения всех необходимых профилактических обследований.

#### Семья 5

Развод оформлен, дочери 15 лет. Еще до развода начались проблемы в общении между дочерью и матерью. С наступлением юридического развода отношения прервались, так как дочь выбрала место проживания с отцом. Мать в первое время после развода не инициировала встречи с дочерью. Обратилась мать с просьбой восстановить общение с дочерью. Дочь от общения с матерью категорически отказывается и мать хочет, чтобы бывший супруг помог ей восстановить отношения с дочерью.

#### Семья 6

Юридически развод не оформлен, но желание развестись есть. Трое детей 9, 7 и 4 года. У супругов не совпадают взгляды на воспитание детей. Обратились с желанием восстановить отношения между собой, так как любое общение перерастает в ссору, не могут самостоятельно решить ни бытовые, ни финансовые вопросы, ни вопросы, касающиеся детей. Проблемы в общении

начались давно, но сейчас совместное проживание стало невыносимым. Оба хотят сохранить семью, но не знают, как.

#### Семья 7

Юридически развод не оформлен. Считают, что неправильно воспитывают детей. Детям 7 и 3 года. Супруг считает, что мать недостаточно уделяет внимание детям, а супругу обвиняет отца, что тот вечно на работе и ему не до детей. Обратились за консультацией, как правильно выстроить отношения в семье, между собой и с детьми.

#### Семья 8

Развод оформлен год назад. Дочь 13 лет. Обратился бывший супруг с тем, чтобы обсудить возможность общения с дочерью. С бывшей супругой не могут договориться о графике и правилах общения с дочерью. Бывшая супруга постоянно препятствует общению с дочерью, в оправдание она говорит, что отец плохо влияет на ребенка. Что после общения с отцом дочь неуважительно высказывается в отношении матери.

#### Семья 9

Трое детей 9, 5 и 3 года. Супруг и супруга не довольны существующими отношениями в семье. Постоянные ссоры, скандалы. Общаться стало невозможно, часто срываются при детях. Обратились, чтобы понять, что происходит. Ведь о разводе оба не думают, хотят сохранить семью.

#### Семья 10

Двое детей 4 и 10 лет. Супруги обратились с желанием спасти взаимоотношения и семью. Оба говорят, что понимают, надо как-то договариваться, но ничего не получается. Может уже легче развестись? Постоянно ругаются из-за разных мелочей. Оба переживают о воспитании

детей и об отношениях с детьми. У старшего ребенка начались проблемы в школе. Родители это связывают с атмосферой дома.

Все семьи находились в различных конфликтных ситуациях по разным причинам. Но у всех семей была одна задача – сохранить возможность общения между супругами (бывшими супругами) и обоих родителей с детьми. В 80% случаев инициаторами обращения к специалисту были женщины.

Рассмотрим результаты констатирующего эксперимента более подробно.

При количественном анализе результатов эксперимента, полученных по методике Теста-опросника удовлетворенности браком (В. В. Столин, Г. П. Бутенко, Т. Л. Романова) мы выявили, что

Низкий уровень удовлетворенности браком, следовательно, низкий эмоциональный критерий – 5 мужчин (50%) и 8 женщин (80%).

Средний уровень удовлетворенности браком, следовательно, средний эмоциональный критерий – 2 мужчины (20%) и 2 женщины (20%).

Высокий уровень удовлетворенности браком, следовательно, высокий эмоциональный критерий – 3 мужчины (30%) и ни одной женщины (0%).

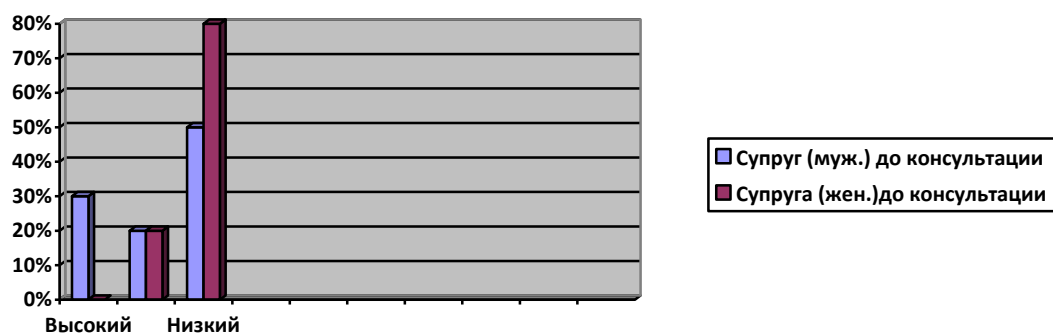


Рисунок 1 Анализ результатов по методике "Уровень удовлетворенности браком".

При качественном анализе мы видим, что 80% женщин и 50% мужчин показали низкий уровень удовлетворенности браком. Мы предполагаем, что это связано с тем, что женщины более эмоциональны, склонны додумывать за своего партнера, предполагать то, чего может и не быть на самом деле и в 80% случаев они являются инициаторами обращения к специалистам.

Практически 30% супругов, которые считают свою семью благополучной, были удивлены тем, что оказывается у их вторых половин на этот счет совершенно противоположное мнение.

Таким образом, высокий уровень эмоционального критерия, и удовлетворенность браком до проведения консультирования только у 30% супругов мужчин и низкий у 100% супругов женщин, которые считают свою семью скорее неблагополучной.

Мы предполагаем, что это связано с высокой эмоциональностью женщин, с их более требовательным отношением к браку. Возможно, что женщины более склонны обсуждать свои семейные отношения с подругами, коллегами по работе и сравнивать с отношениями в других семьях.

Так, например, в Семье 1 по итогу констатирующего эксперимента супруга считала, что ее семья абсолютно неблагополучная. При этом супруг был уверен, что его семья абсолютно нормальная и благополучная. Можно предположить, что такой результат складывается из многих факторов: распределение ролей в супружеской паре, детский опыт проживания в семье, привычки, поведение родителей в конфликтной ситуации, образование, увлечения, психологическая зрелость. В какой-то момент супруги стали меньше общаться, перестали обсуждать свои отношения. Супруг начал злоупотреблять алкоголем и как итог – решение супруги развестись. При этом супруг не считает, что он выпивает много, а супруга боится, что это уже алкоголизм.

Эмоциональный критерий настолько низкий, что большинство пар предпочитали не общаться и не обсуждать их ситуацию, так как не могли это

сделать конструктивно. Все их переговоры перерастали в скандал и очередное выяснение отношений.

При анализе результатов по методике «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» мы выявили:

Низкий уровень конфликтности в парах, следовательно, высокий когнитивный критерий – 2 мужчин (20%) и 2 женщины (20%).

Средний уровень конфликтности в парах, следовательно, средний когнитивный критерий – 5 мужчин (50%) и 4 женщины (40%).

Высокий уровень конфликтности в паре, следовательно, низкий когнитивный критерий – 3 мужчины (30%) и 4 женщины (40%).

На диаграмме приведен усредненный результат теста до проведения консультации по восьми сферам супружеского взаимодействия.

Примечательно, что у пар, которые показывали на консультации высокую конфликтность усредненный результат на диаграмме стремится к -2, что показывает категорическое несогласие одного супруга с другим.

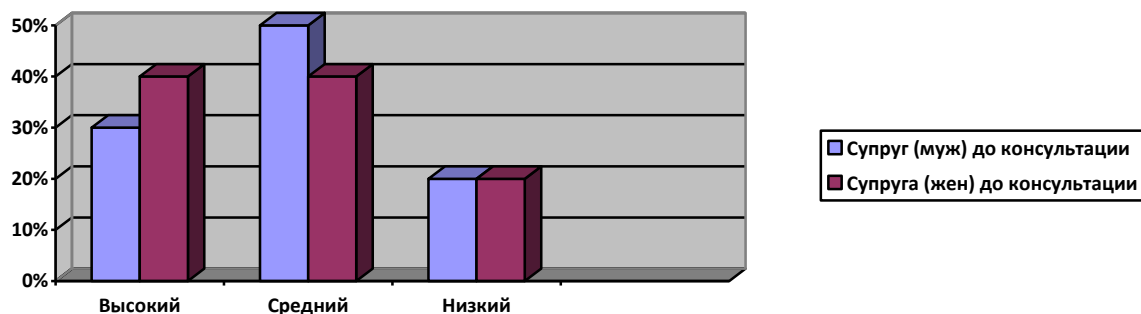


Рисунок 2 Анализ результатов по методике "Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях"

При качественном анализе мы выявили, что уровень конфликтности в паре более высок у женщин. Они являются инициаторами обращения к специалисту и именно женщины желают разрешить конфликтную ситуацию, понять и разобраться, что происходит в семье.

Мужчины менее конфликтны, но также готовы к поиску общего решения проблемы.

Всего 20% пар обозначили низкий уровень конфликтности, это связано с тем, что есть сферы, в которых они спокойно могут общаться, такие как: проблемы отношений с родственниками и друзьями, проявление стремления к автономии, рассогласование норм поведения, проявление ревности, расхождения в отношении к деньгам.

Более конфликтными сферами являются: вопросы, связанные с воспитанием детей, нарушение ролевых ожиданий, проявление доминирования одним из супругов.

Так, например, супруги Семьи 9 не высказывали желания развестись, но уровень их конфликтности достиг высокой напряженности и одной из задач было понять, какие конкретные сферы взаимодействия в семье не устраивают супругов. При помощи данной методики мы выяснили, что максимально конфликтными являются: распределение ролей в семье, общение с родственниками и воспитание детей. С этой семьей именно в этих вопросах было уделено особое внимание при консультировании.

При количественном анализе результатов эксперимента, полученных по методике «Особенности общения между супругами», мы выявили, что

Низкий уровень общения в парах, следовательно, низкий мотивационно-поведенческий критерий – 2 мужчин (20%) и 2 женщины (20%).

Средний уровень общения в парах, следовательно, средний мотивационно-поведенческий критерий – 7 мужчин (70%) и 7 женщины (70%).

Высокий уровень общения в парах, следовательно, высокий мотивационно-поведенческий критерий – 1 мужчина (10%) и 1 женщина (10%) (см. рис 3).

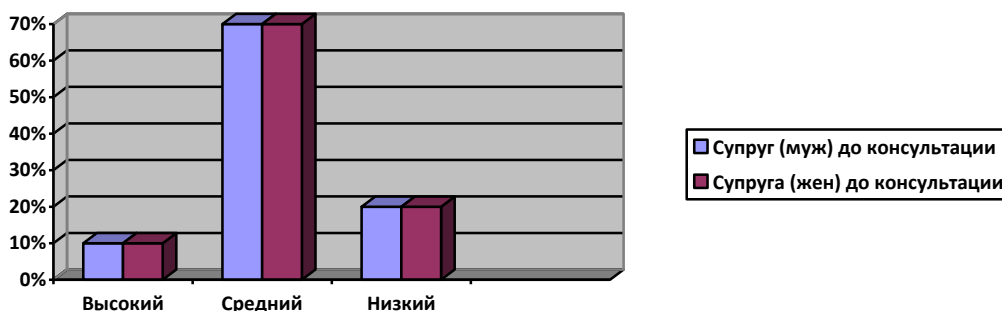


Рисунок 3 Анализ результатов по методике "Особенности общения между супругами".

При качественном анализе мы выявили что, при высокой конфликтности и слабой удовлетворенности браком пары демонстрируют средний уровень общения. В понятие общения входят такие компоненты как: доверительность общения, взаимопонимание между супругами, сходство во взглядах супругов, общие символы семьи, «психотерапевтичность» общения и легкость общения между супругами. Это можно объяснить тем, что у всех тестируемых пар есть дети, все они уже более трех лет в браке и достаточно хорошо знают характеры друг друга.

Так, например, в Семье 5 несмотря на то, что отношения между супругами восстановить не удалось и общение матери с дочерью по решению дочери восстановить не получилось, супруги очень хорошо знают привычки друг друга.

В Семье 1, где муж считает, что семья вполне благополучная и был крайне удивлен обращением супруги к специалистам, жена в результате тестирования показала результат совершенно неблагополучной семьи. Конфликтность в паре достаточно высокая, супруга недовольна поведением супруга, открыто показывает свое недовольство их совместной жизнью, но при этом общение между супругами по таким параметрам как доверительность, взаимопонимание, легкость в общении и психотерапевтичность общения имеют уровень выше

среднего. Это можно объяснить тем, что супруги находятся в браке больше 8 лет, они хорошо знают характеры друг друга и у них остались сферы семейной жизни, в которых они сотрудничают. Мы понимаем, что основная наша задача – создать условия при консультировании, чтобы супруги слышали друг друга, увидели, что их ссоры – это не больше, чем сбой коммуникации и в любой сложной ситуации надо стараться объяснить свою позицию и понять позицию своего партнера.

Таким образом, мы выяснили, что в ситуации развода максимальное влияние имеет эмоциональный критерий, он является наиболее мощным и значимым. Не случайно ученые до сих пор изучают, насколько возможно в ситуации развода супругам договориться, не смотря на высокое эмоциональное напряжение между сторонами.



## 2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, семьям в ситуации развода было предложено психологическое консультирование с целью урегулирования конфликтных и спорных ситуаций.

Консультации проходили с использованием основных принципов медиации и медиативных техник, а именно: вопросы максимально направлены на настоящее и будущее, не застреваем в прошлом, четкий тайминг консультации и одинаковое время на описание ситуации каждой стороне. Парам предлагалось самостоятельно сформулировать, как они видят свою жизнь завтра, через год, через 5 лет. Ограничение по времени не давало возможности долго рассуждать про обиды прошлого и уходить в эмоции.

На первом этапе работы над вопросами нами сформулирована цель и задачи.

Задачи:

- 1) повысить уровень удовлетворенности браком в конкретной супружеской паре
- 2) повысить степень согласия в ситуациях конфликта
- 3) снизить уровень конфликтности в паре
- 4) скорректировать уровень сходства во взглядах, доверительности общения, взаимопонимания, психотерапевтичности общения.

Для каждой пары было запланировано минимум три встречи. Первая встреча проводилась индивидуально, для каждого из супругов. Вторая и последующие встречи проводились с обоими супругами в формате переговоров между ними. Интервал между встречами не более недели. При необходимости организация консультирования возможна в формате онлайн. С Семейей 3 в виду выезда за границу бывшего супруга встречи проводились в онлайн формате как с мужчиной, так и с женщиной. Так как мы соблюдали принцип равноправия сторон – одинаковые условия для обоих участников.

Стоит отметить, что онлайн формат максимально удобен для пар с высоким уровнем конфликтности, кто прямо высказывался, что «не хочет видеть или не сможет разговаривать» со второй стороной. Важно, что консультирование проводится с парой, а не с одним из членов семьи. Благодаря этому специалист может наблюдать взаимоотношение сторон, как они общаются друг с другом, какие устойчивые выражения используют, как реагируют друг на друга. Огромное значение имеет совместная встреча, где обе стороны имеют возможность в комфортной обстановке выяснить вопросы, которые не могли разрешить годами.

Таблица формирующего эксперимента:

| Мероприятие  | Предлагаемая техника  | Комментарий   |
|--|---|---|
| Индивидуальная встреча с одним из супругов (инициатором обращения) | Консультирование проходит с учетом всех этапов и правил психологического консультирования. Выясняем основной запрос супруга. Предлагаем использовать вопросы: 1. Какие основные три вопроса вы хотите решить? 2. Что вы можете для этого сделать? В чем можете уступить? 3. Что будет, если вы не договоритесь? 4. Как вы видите свою жизнь через год, три, пять лет? | Цель данной консультации – определить три вопроса, по которым один из супругов готов договариваться и строить отношения. Основная задача – направить клиента в ситуацию «сегодня» и «завтра», не давать ему уходить в старые обиды и негативные воспоминания. |
| Индивидуальная встреча со вторым супругом                          | Консультирование проходит с учетом всех этапов и правил психологического консультирования. Выясняем основной запрос супруга. Предлагаем использовать вопросы: 1. Какие основные три вопроса вы хотите решить? 2. Что вы можете для этого сделать?   | Цель данной консультации – определить три вопроса, по которым один из супругов готов договариваться и строить отношения. Основная задача – направить клиента в ситуацию «сегодня» и «завтра», не давать ему уходить в старые обиды и негативные воспоминания. |

|   |   |   |
|---|---|---|
|   | В чем можете уступить? 3. Что будет, если вы не договоритесь? 4. Как вы видите свою жизнь через год, три, пять лет?   |   |
| Подготовка совместной встречи супругов (сторон)               | Консультант анализирует ответы сторон с целью выявить вопросы, по которым обе стороны считают отношения проблемными и готовы вести переговоры. Ищем точки соприкосновения, повестку для совместной встречи.   | На данном этапе мы понимаем, что стороны могут говорить разными словами об одном и том же. И задача специалиста распознать схожие позиции сторон.   |
| Совместная встреча супругов (сторон)                          | Встреча обозначается по регламенту не более 1,5 часов. Фиксация времени важна для сторон, чтобы стороны не уходили в старые воспоминания. Озвучиваем повестку, те вопросы, которые готовы обсуждать стороны. Даем каждой стороне высказаться по каждому вопросу, как они видят решение. | Специалисту важно увидеть и зафиксировать совместные решения.   |
| Вторая совместная встреча супругов (сторон)                   | Проводится при необходимости, если не хватило времени на первой встрече, а нерешенные вопросы остались.   | Регламент так же сохраняем 1,5 часа, так как фиксация времени очень важна для того, чтобы стороны не уходили в прошлое, не «тратили время» на обсуждение старых обид.   |
| Подведение итогов, фиксирование результатов и договоренностей | Консультант обязательно фиксирует договоренности по каждому вопросу. Предлагается проверка результатов по истечению определенного времени. Промежуток времени определяется сторонами, исходя из каждого вопроса.  | Проверка результатов может проходить в телефонном режиме. Если нужны корректировки по совместным решениям, то назначаем встречу и вносим изменения в договоренности. Некоторые договоренности «устаревают» со временем, тогда так же встречаемся и вносим изменения в договоренности. Хорошим результатом |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | считаем, когда стороны могут в дальнейшем договариваться самостоятельно, без нашего участия. |
|--|--|--|

Таким образом, мы предлагаем при помощи медиативных техник внести в процесс психологического консультирования для сторон максимум возможности договориться о дальнейшем взаимодействии. Делаем акцент на том, что достигнутые договоренности действуют ровно столько времени, насколько эти договоренности удобны и комфортны обеим сторонам. Как только стороны понимают, что ситуация изменилась (подросток ребенок, стороны повторно вступили в брак, кто-то уезжает в другой город и т.п.), можно заново организовать процесс и договориться уже исходя из новых реалий.

Заметим, что важно не столько уметь предотвращать конфликты, сколько эффективно их разрешать. Избегание конфликта не снимает проблемы противоречий в семье, а только усугубляет ее, сохраняя неудовлетворенность в удовлетворении значимых потребностей членов семьи. Конфликт может быть конструктивным, повышать степень сплоченности, ценностно-смысловое единство и эффективность функционирования семьи, помогая выйти на новый уровень взаимоотношений в семье.

### 2.3. Результаты итогового этапа исследования после формирующего эксперимента.

В данном параграфе представлены результаты исследования, проведенного после формирующего эксперимента. В рамках второго среза с супругами, находящимися в ситуации развода, вновь было проведено тестирование по следующим методикам: тест-опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Г. П. Бутенко, Т.Л.Романова, факультет психологии МГУ), методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (Ю.Е.Алешина, Л.Я.Гозман), опросник для анализа «Особенности общения между супругами» (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.).

Анализ теста-опросника удовлетворенности браком  
(после проведения консультирования)

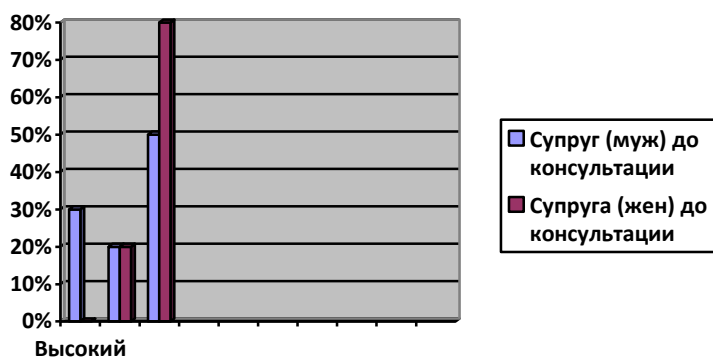


Рисунок 1 Анализ результатов по методике "Удовлетворенность браком" до консультирования

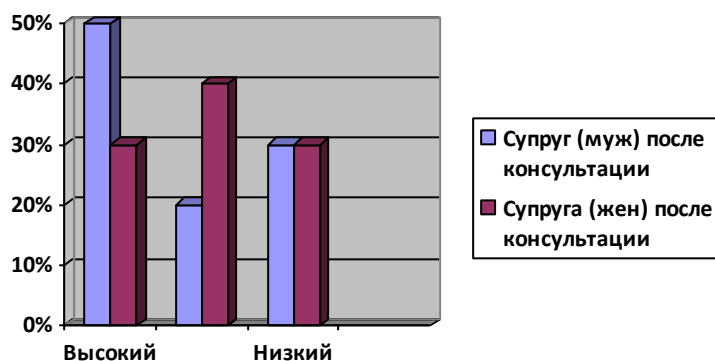


Рисунок 4 Анализ результатов по методике "Удовлетворенность браком" после консультирования

После проведенной консультации уровень удовлетворенности браком существенно вырос, а именно 70% супругов считают, что их семейная жизнь находится в переходной стадии и скорее благополучная.

Супругам удалось выявить те семейные сферы, где они были недовольны своими отношениями. И в каждой такой сфере договориться, как они видят дальнейшее взаимодействие.

Мы предполагаем, что это произошло потому, что супруги смогли поговорить откровенно про те сферы семейной жизни, которые вызывали недовольство. Каждый из пары рассказал о том, что ему хотелось бы изменить в отношениях.

Например, в Семье 1 супруг и не подозревал, что употребление им алкоголя воспринимается, как тяжкая зависимость. Что его жена находилась в постоянном страхе, как только он позволял себе хотя бы бутылку пива. После проведенной консультации супруги договорились, что употребление алкоголя возможно только с согласия второго супруга и с договоренностью по количеству и крепости напитков.

А в Семье 7, одной из договоренностей стало правило о покупке дорогих подарков детям. Чтобы никто из родителей не перетягивал инициативу на себя,

и дети не имели возможности манипулировать решением родителей по данному вопросу.

Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»

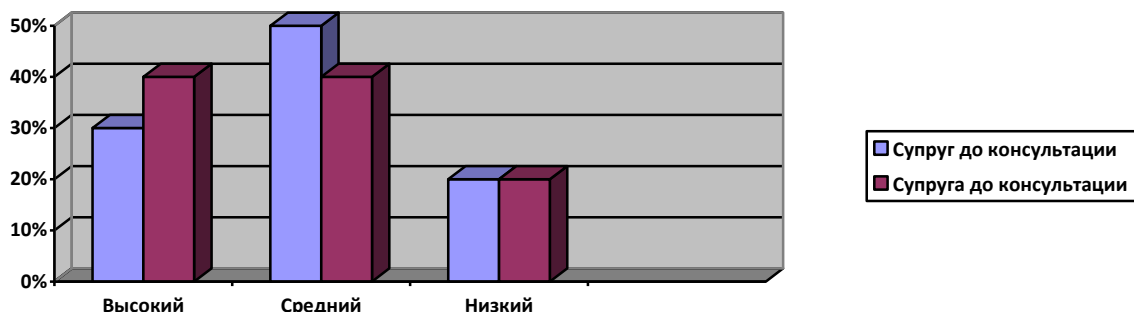


Рисунок 4 Анализ результатов по методике "Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях" до консультирования

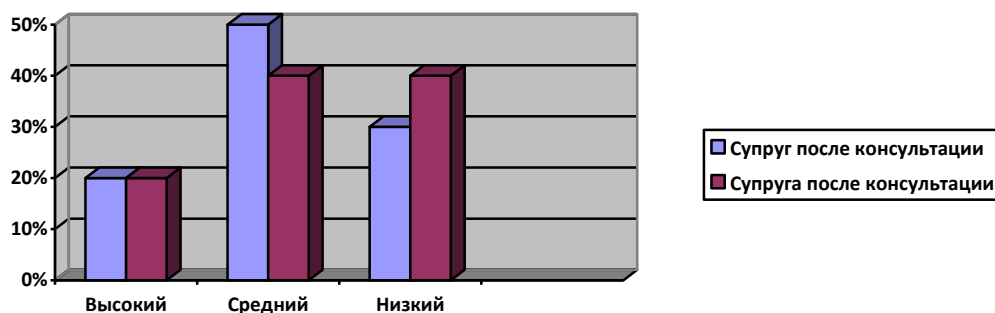


Рисунок 5 Анализ результатов по методике "Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях" после консультирования

Были определены конфликтные сферы, сферы семейной жизни, в которых у супругов максимально отсутствует взаимопонимание.

Уровень конфликтности был несколько снижен после консультации, а именно высокий уровень конфликтности снизился до 20%. Причем уровень конфликтности одинаковые значения теперь как у мужчин, так и у женщин.

Мы это связываем с тем, что опять же были озвучены недовольства и желания по распределению обязанностей и ролей в семье. Не смотря на вполне взрослый возраст большинству пар необходимо было понять, что партнер не всегда может догадаться о желании своей второй половины. Что надо учиться договариваться, уметь озвучивать свои желания и недовольства. Что никто не должен угадывать желания своего партнера, намного проще сказать, что не нравится и как надо поступить в том или ином случае.

И когда супруги слышали, что оказывается они готовы многое сделать друг для друга, но просто не знали о желаниях и недовольствах своих половин, то получилось, что и зона конфликта существенно уменьшилась.

#### Опросник для анализа «Особенности общения между супругами»

(до и после проведения консультации)

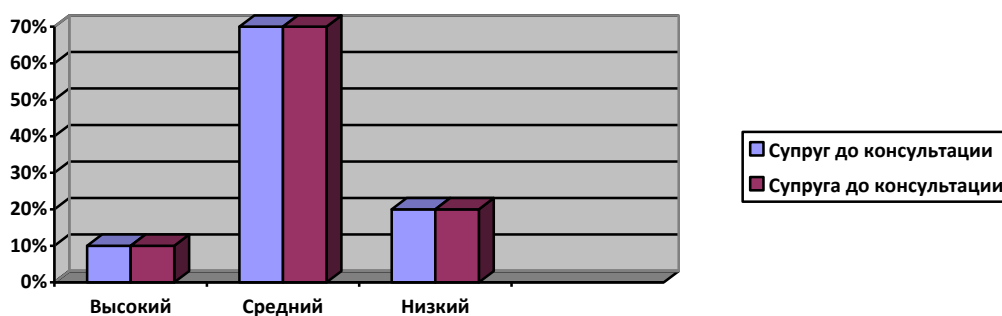


Рисунок 5 Анализ результатов по методике "Особенности общения между супругами" до консультирования



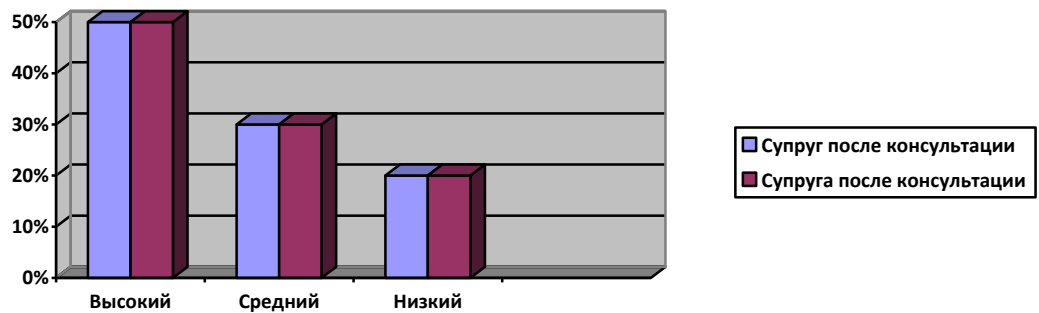


Рисунок 6 Анализ результатов по методике "Особенности общения между супругами" после консультирования

После проведенной консультации уровень общения между супругами повысился с 10 до 50 процентов. Эти 40 процентов перешли из категории среднего уровня в высокий.

Супружеские отношения тем лучше, чем больше самораскрытие супругов в процессе общения. Это значит, что муж и жена в успешном межличностном общении могут быть искренними, доверять друг другу самые глубокие и заветные тайны, не боясь неприятия и осуждения. В процессе консультирования были обсуждены вопросы доверия друг другу.

Наличие у супругов возможно большего числа общих ожиданий и установок, проявляющихся в процессе общения. Через общение супруги должны постоянно чувствовать свое сходство в отношении к окружающему миру и людям.

Чем более точна невербальная коммуникация между супругами, тем успешнее межличностные отношения, т. е. супруги в счастливых браках не только правильно понимают то, что они говорят друг другу, но и «правильно читают» позы, взгляды, жесты, выражения лица.

Важным фактором успешности межличностных отношений супругов является наличие в их общении общих символов, которые могут выступать в самой

разной форме, – это свой, никому другому не понятный, язык, наличие ласковых прозвищ и обращений, семейные традиции и обряды и др.

Чем чаще успешное межличностное общение между супругами, тем лучше их межличностные отношения в целом. Это значит, что счастливые пары достаточно часто беседуют и оценивают разговоры как «по-настоящему душевные», доверительные, являющиеся для них ярким свидетельством единства и взаимопонимания.

В успешных браках через межличностное общение супруги постоянно подтверждают свое сходство в восприятии супружеских ролей, а также позиций, занимаемых ими в семье в целом, и тех функций и обязанностей, которые каждый из них выполняет ежедневно.

Обозначим изменения, которые произошли между супругами после проведенной психологической консультации с использованием инструментов и принципов медиации.

#### Семья 1

Супруги поняли, что не хотят разводиться. Они договорились о правилах общения между собой и с ребенком. Прояснили ситуацию с алкоголем. Услышали друг от друга, как они важны и ценны друг для друга. В итоге семья сохранена, определять график общения с отцом не понадобилось. Сообщать ребенку о разводе не пришлось.

#### Семья 2

Супруги договорились о распределении своих ролей в семье. Договорились о правилах взаимодействия с детьми. Далее предстоит работа над восстановлением гармоничных отношений. Стоит отметить, что такое желание есть как у супруга, так и у супруги.

### Семья 3

Мать услышала, что бывший супруг не готов содержать ее, как свою супругу. Она поняла, что ей придется самостоятельно обеспечивать свои нужды и желания. Для отца ребенка ей необходимо составить список реальных и необходимых трат на дочь, которые бывший супруг не против компенсировать.

### Семья 4

Родители договорились, что ближайшие шесть месяцев сын будет жить с отцом. Отец согласился на требования матери относительно профилактических обследований и здоровья сына. Так же договорились, что при необходимости через шесть месяцев родители опять будут принимать решение о месте жительства ребенка.

### Семья 5

К сожалению, восстановить общение матери с дочерью за период консультирования не удалось. Супруг не против помочь матери восстановить отношения с дочерью. Договорились, что мать предложит конкретные шаги по общению с дочерью.

### Семья 6

Супруги договорились о своих ролях в семейной жизни. Уточнили, что именно негативно влияет на их отношения и как можно их улучшить. Есть желание сохранить семью, а не разводиться. Договорились о правилах общения с детьми.

### Семья 7

Смогли договориться о воспитании детей. Договорились о времени, которое каждый готов проводить с детьми и семьей. Надеемся, что супругам удастся выстроить отношения в семье, между собой и с детьми.

### Семья 8

Выяснили при каких обстоятельствах мать будет спокойна при общении отца с дочерью. Какие правила должен соблюдать отец, если хочет общаться с ребенком. Так же и у супруги снизился уровень тревожности относительно ситуации общения дочери с отцом.

### Семья 9

Супруг и супруга договорились о правилах общения в семье. Выяснили, что обижает и ранит в отношениях. Супруги готовы соблюдать правила общения и уважительные отношения в семье.

### Семья 10

Супруг и супруга изначально были готовы договариваться, самостоятельно искали разные решения. После консультации получилось выяснить источники раздражения, обсудить правила общения не только между супругами, но и с детьми.

## Выводы по Главе 2

В эмпирической части работы проверялась гипотеза о том, что, пользуясь инструментами медиации в психологическом консультировании семей, находящихся в ситуации развода, мы поможем нынешним/бывшим супругам договориться о дальнейшем сотрудничестве в воспитании детей и в других вопросах если будут созданы следующие условия:

1. консультирование осуществляется с каждым супругом индивидуально, а также, организуются совместные встречи, соблюдая принцип равноправия.
2. консультирование проводится с четким контролем времени и запросом участников.
3. постоянно возвращаем участников к настоящему (не углубляемся в прошлое).
4. подбираем специальные вопросы для ведения консультации, которые направлены на будущее.

1. Для проверки гипотезы были выделены компоненты отношений между супругами в ситуации развода: удовлетворенность браком, характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях, особенности отношений между супругами, и в соответствии с компонентами (высокий, средний, низкий), составлен диагностический комплекс исследования.

2. В ходе нашего исследования мы выяснили, что проблема восстановления взаимоотношений между бывшими супругами в ситуации развода в среднем возрасте и между супругами в ситуации другого семейного кризиса актуальна. Об этом свидетельствует низкая удовлетворенность браком, крайнее возбуждение сторон, неконтролируемые эмоции, супруги агрессивны, не могут самостоятельно вести переговоры, не могут мыслить рационально. Сохраняется высокий уровень конфликтности в паре, отсутствует доверие, взаимопонимание, наблюдается нежелание общаться.

3. Нами разработана и апробирована программа консультаций, позволяющая оказать помощь супругам, находящимся в ситуации семейного кризиса или в ситуации развода, посредством интеграции инструментов и принципов медиации в психологическое консультирование.

4. В результате проведенных консультаций с использованием принципов и инструментов медиации, в отношениях пар, находящихся в сложной семейной ситуации и ситуации развода, произошли позитивные изменения, связанные с повышением уровня удовлетворенности браком, контролем своих эмоций, супруги стали менее агрессивны, они могут самостоятельно вести переговоры, приходят к рациональным решениям. Снизился уровень конфликтности в паре, повысилось взаимопонимание, стороны начали общаться по тем вопросам, которые ранее не обсуждали.

Важнейшей характеристикой успешных супружеских отношений является наличие между супругами глубокого взаимопонимания. Это означает, что каждый партнер принимает и не осуждает взгляды и поведение другого, даже если оно не во всем соответствует его собственному, ему не требуется что-то объяснять или оправдываться.

Межличностное общение супругов тем успешнее, чем больше взаимной эмпатии они проявляют в нем. Несомненно, что без сопереживания, сочувствия, соучастия успешное межличностное общение между супругами невозможно.

К сожалению, у нас в школе не учат общению, эмпатии и проявлению внимания друг к другу. Мы увидели, что людям необходимо понять, как можно улучшить их отношения, что они делают не так, в чем секрет счастливой семейной жизни. У каждой семьи рецепт счастья конечно свой, но одно важно знать – всегда можно договориться, обо всем можно поговорить, все проблемы обсуждаемы.

Статистическая проверка нашего эксперимента по методу Вилкоксона показала, что полученное эмпирическое значение попадает в зону значимости, это значит, что наша гипотеза оказалась верной.

## Заключение

Проблема разводов в России на протяжении последних десятилетий растет. Это связано с множеством социальных факторов. В нашей работе мы рассмотрели возможность применения медиативных техник и инструментов медиации при психологическом консультировании семейных пар в ситуации развода. И предположили, что такая интеграция будет эффективна для урегулирования семейных конфликтов.

На основе анализа психологической литературы были раскрыты понятие, описана проблема развода в современном мире, особенности среднего возраста в ситуации развода, показана специфика развода семей с детьми, рассмотрена медиация как инструмент, позволяющий в процессе развода изменить отношение супругов друг к другу. При рассмотрении точек зрения на проблему ученых были выбраны критерии и подобраны методики для определения актуального уровня проживания семейного кризиса в процессе развода. Была разработана программа консультирования семей в ситуации развода или другого семейного кризиса.

В процессе консультирования посредством медиативных приемов удалось снизить негативные проявления в процессе развода у супругов, а в некоторых семьях и получилось примерить, восстановить взаимоотношения супругов в ситуации развода. Очень важно, чтобы бывшие супруги смогли выстроить поддерживающие отношения, так как в любом случае, они остаются родителями своих детей.

Наше исследование включало в себя психологическое консультирование супругов, находящихся в ситуации развода или в ситуации другого семейного кризиса, применения инструментов и принципов медиации в психологическом консультировании.



Гипотеза, выдвинутая в начале исследования, была доказана. Действительно, интеграция принципов и инструментов медиации в психологическое консультирование поможет договориться бывшим и нынешним супругам по вопросам воспитания детей, распределения ролей и обязанностей в семейной жизни.

Нами была достигнута поставленная цель и решены задачи, поставленные в ходе исследования.

Результатом исследования стала программа семейного психологического консультирования, которую мы предлагаем реализовать при психологическом консультировании супругов среднего возраста в сложной семейной ситуации.

Результаты были опубликованы в журналах «Молодой ученый» и «Международный журнал гуманитарных и естественных наук».

Наша работа будет полезна специалистам, работающим в области семейного консультирования. Идея интеграции инструментов медиации в психологическое консультирование оказалась достаточно успешной. Хотелось бы отметить ряд преимуществ данной формы консультирования, а именно, консультирование обоих супругов, а не одного из членов семьи, возникновение конкретных договоренностей между супругами, ощущение самостоятельной договоренности сторон, хотя и при помощи специалиста, направленность на будущее. Актуальность нашей работы возрастает в разы при том, что рассматриваемые нами семьи воспитывают детей. Восстановление отношений в семье и профилактика разводов – основная идея нашей программы. Ведь ребенок дальше будет строить свои отношения и хорошо, когда у ребенка есть позитивный опыт общения в семье.

Тест-опросник удовлетворенности браком

(до проведения консультирования)

Данные для выделения типов семей по результатам тестирования:

0-16 баллов – абсолютно неблагополучная семья;

17-22 баллов – неблагополучная;

23-26 баллов – скорее, неблагополучная;

27-28 баллов – переходная;

29-32 баллов – скорее, благополучная;

33-38 баллов – благополучная;

39-48 баллов – абсолютно благополучная.

| Семья                          | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
|--------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Супруг до консультирования     | 30 | 25 | 10 | 8  | 12 | 29 | 34 | 11 | 27 | 15 |
| Супруга до консультирования    | 8  | 22 | 14 | 18 | 21 | 21 | 20 | 26 | 25 | 17 |
| Супруг после консультирования  | 32 | 28 | 14 | 24 | 20 | 33 | 38 | 27 | 33 | 29 |
| Супруга после консультирования | 27 | 27 | 20 | 26 | 22 | 28 | 28 | 31 | 30 | 30 |

| Уровень удовлетворенности браком до консультации | Супруг | Супруга |
|--|--------|---------|
| Высокий уровень                                  | 30%    | 0%      |
| Средний уровень                                  | 20%    | 20%     |
| Низкий уровень                                   | 50%    | 80%     |

| Уровень удовлетворенности браком после консультации | Супруг | Супруга |
|---|--------|---------|
| Высокий уровень                                     | 50%    | 30%     |
| Средний уровень                                     | 20%    | 40%     |
| Низкий уровень                                      | 30%    | 30%     |

Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (до проведения консультации)

| Семья/ Сфера               | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    | 7    | 8    | 9    | 10 |
|----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|----|
| Родственники и друзья      | -2   | 1    | -2   | -1,5 | -2   | -1   | -2   | -1,5 | -2   | -2 |
|                            | -2   | 1    | -2   | -2   | -2   | -1   | -2   | 0    | -1,5 | -1 |
| Дети                       | -2   | -2   | -2   | -2   | -2   | -2   | -1   | -2   | -2   | -2 |
|                            | -2   | -1   | -2   | -2   | -2   | -1,5 | -2   | -2   | -1   | -2 |
| Стремление к автономии     | -2   | -2   | -1   | -1   | -2   | -2   | 1    | 0    | -2   | -1 |
|                            | -1   | -2   | -2   | -2   | -1,5 | 0    | 0    | -2   | -1   | -2 |
| Нарушение ролевых ожиданий | -1,5 | 1    | -2   | -2   | -2   | -2   | -2   | -1   | -2   | -2 |
|                            | -2   | -2   | -1,5 | -2   | -2   | -2   | -1   | -2   | -2   | -2 |
| Нормы поведения            | -1   | -1   | -2   | -2   | -2   | 1    | -0,5 | -1   | -1   | -1 |
|                            | -2   | 0    | -2   | -1   | -2   | -2   | -2   | 0    | -2   | -1 |
| Доминирование              | 0    | -1   | -2   | -2   | -2   | -2   | -1   | -1,5 | -2   | -1 |
|                            | -1   | -1,5 | -1   | -1,5 | -1,5 | 1    | -0,5 | -1   | 0    | 0  |
| Ревность                   | -1,5 | -1   | -1   | -1   | -2   | -2   | 0    | -1   | -0,5 | -2 |
|                            | -1   | -2   | -2   | -2   | -2   | -1,5 | -2   | -0,5 | -0,5 | -2 |
| Деньги                     | -1   | -1   | -2   | -1   | -2   | 0    | -0,5 | -2   | 0    | 1  |
|                            | -2   | -0,5 | -2   | -2   | -2   | 1    | -2   | -2   | 1    | 1  |

Изучение конфликтов в супружеских парах позволило авторам методики выделить 8 сфер, в которых чаще всего происходят столкновения:

- Проблемы отношений с родственниками и друзьями: 1, 5, 8, 20;
- Вопросы, связанные с воспитанием детей: 4, 11, 16, 23;
- Проявление стремления к автономии: 6, 18, 21, 22;
- Нарушение ролевых ожиданий: 2, 12, 27, 29;
- Рассогласование норм поведения: 3, 26, 28, 30
- Проявление доминирования одним из супругов: 9, 25, 31, 32;
- Проявление ревности: 13, 14, 17, 24;
- Расхождения в отношении к деньгам: 7, 10, 15, 19.

Результаты исследований получают путем расчета общего индекса (среднее арифметическое по каждому блоку). Значения индексов меняются от -2 до 2. Отрицательное значение индекса говорит о негативной реакции респондента в конфликтных ситуациях, положительные - о позитивных реакциях. Значения, близкие к 1 (или к -1) подчеркивают пассивный характер поведения при семейных недоразумениях, а близкие к 2 (или к -2) говорят об активной позиции в данной ситуации. Полученные результаты дают возможность говорить и об общем уровне конфликтности в паре. Чем ближе значения общего индекса к -2, тем более конфликтный характер носит взаимодействие супругов.

| Уровень конфликтности в парах | Супруг | Супруга |
|-------------------------------|--------|---------|
| Высокий уровень               | 30%    | 40%     |
| Средний уровень               | 50%    | 40%     |
| Низкий уровень                | 20%    | 20%     |

Методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (после проведения консультации)

|                            |      |      |      |      |      |      |      |      |    |      |
|----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|----|------|
| Семья/ Сфера               | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    | 7    | 8    | 9  | 10   |
| Родственники и друзья      | 0    | 1    | -1   | 0    | -2   | 0    | 0    | -1   | -1 | -1,5 |
|                            | 0    | 1,5  | -1   | -1   | -1   | -1   | -1   | 0    | -1 | -1   |
| Дети                       | -1   | -1   | -2   | -1   | -1   | -0,5 | 0    | -1   | 0  | 0    |
|                            | -1   | 0    | -2   | 0    | -2   | -1   | 1    | -2   | -1 | -1   |
| Стремление к автономии     | 0    | -1   | -1   | -1   | -1   | -1   | 1    | 0    | -2 | -1   |
|                            | 0    | -1   | -2   | -1   | 0    | 0    | 1    | 0    | -1 | -2   |
| Нарушение ролевых ожиданий | -1   | 1    | -2   | 0    | -2   | -1   | 0    | 1    | -1 | -1   |
|                            | -1,5 | -0,5 | -1,5 | 0    | -2   | -1   | 0    | 0    | 0  | -2   |
| Нормы поведения            | 0    | 0    | -2   | -1   | -1,5 | 1    | -0,5 | -1   | 0  | -1   |
|                            | -1   | 1    | -1   | -1   | -1   | 0    | -1   | 0    | -1 | -1   |
| Доминирование              | 1    | -0,5 | -1   | -1,5 | -1   | -1   | -1   | -1,5 | -2 | -1   |
|                            | 0    | -1   | -1   | -1   | -2   | 1    | -0,5 | -1   | 0  | 0    |
| Ревность                   | -1   | 0    | -1   | 0    | -1   | -1   | 0    | 0    | 0  | -1   |
|                            | -0,5 | -1   | -2   | -1   | -2   | -1   | -2   | -0,5 | 0  | -1   |
| Деньги                     | 0    | -0,5 | -2   | -1   | -1   | 0    | -0,5 | -1   | 0  | 1    |
|                            | -1   | 0    | -1   | -1   | -1   | 1    | -1   | -1   | 1  | 1    |

|       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Семья | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|

|                    |       |       |       |       |      |       |      |       |       |       |
|--------------------|-------|-------|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|
| Супруг<br>среднее  | -0,25 | -0,13 | -1,5  | -0,69 | -1,3 | -0,44 | 0    | -0,56 | -0,75 | -0,69 |
| Супруга<br>среднее | -0,63 | -0,13 | -1,44 | -0,75 | -1,4 | -0,25 | -0,4 | -0,56 | -0,38 | -0,88 |

| Уровень конфликтности в парах | Супруг | Супруга |
|-------------------------------|--------|---------|
| Высокий уровень               | 20%    | 20%     |
| Средний уровень               | 50%    | 40%     |
| Низкий уровень                | 30%    | 40%     |

Опросник для анализа «Особенности общения между супругами»  
(до проведения консультации)

| Семья\<br>особеннос<br>ть  | 1                      | 2                      | 3               | 4                      | 5                      | 6                      | 7                      | 8                      | 9                      | 10                     |
|----------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| Доверител<br>ь-<br>ность   | 11/1<br>2<br>12/1<br>3 | 14/1<br>6<br>16/1<br>6 | 10/<br>6<br>7/8 | 12/8<br>10/1<br>2      | 6/7<br>7/9             | 12/1<br>6<br>16/1<br>4 | 10/8<br>12/1<br>0      | 8/10<br>11/1<br>4      | 14/1<br>6<br>16/1<br>8 | 11/1<br>6<br>12/1<br>6 |
| Взаимопо-<br>нимание       | 17/1<br>8<br>16/1<br>6 | 20/1<br>8<br>22/2<br>0 | 7/7<br>9/7      | 14/1<br>2<br>16/1<br>4 | 15/1<br>2<br>15/1<br>0 | 14/1<br>6<br>18/1<br>6 | 16/1<br>4<br>18/1<br>6 | 12/1<br>0<br>10/1<br>4 | 18/1<br>6<br>20/1<br>6 | 16/1<br>8<br>17/1<br>8 |
| Сходство<br>во<br>взглядах | 16<br>12               | 18<br>16               | 7<br>16         | 14<br>16               | 10<br>11               | 12<br>14               | 14<br>16               | 15<br>17               | 20<br>18               | 21<br>22               |
| Общие<br>символы           | 12<br>11               | 14<br>16               | 7<br>7          | 10<br>12               | 8<br>9                 | 10<br>14               | 14<br>14               | 11<br>13               | 18<br>16               | 20<br>18               |
| Легкость<br>общения        | 14<br>14               | 18<br>16               | 6<br>3          | 12<br>16               | 11<br>12               | 14<br>12               | 18<br>20               | 16<br>18               | 17<br>17               | 14<br>13               |
| Психотера<br>певтичнос     | 15                     | 18                     | 9               | 16                     | 10                     | 14                     | 18                     | 17                     | 18                     | 21                     |



|               |    |    |   |    |    |    |    |    |    |    |
|---------------|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|
| ть<br>общения | 14 | 18 | 4 | 14 | 11 | 16 | 20 | 19 | 20 | 20 |
|---------------|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|

| Уровень общения между супругами | Супруг | Супруга |
|---------------------------------|--------|---------|
| Высокий уровень                 | 10%    | 10%     |
| Средний уровень                 | 70%    | 70%     |
| Низкий уровень                  | 20%    | 20%     |

Опросник для анализа «Особенности общения между супругами»

(после проведения консультации)

| Семья\<br>особеннос<br>ть | 1                      | 2                      | 3               | 4                      | 5                      | 6                      | 7                      | 8                      | 9                      | 10                     |
|---------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| Доверител<br>ь-<br>ность  | 16/1<br>7<br>18/1<br>9 | 18/1<br>9<br>20/1<br>9 | 10/<br>6<br>7/8 | 14/1<br>0<br>12/1<br>6 | 6/7<br>7/9             | 16/1<br>9<br>18/1<br>9 | 15/1<br>7<br>17/1<br>9 | 12/1<br>3<br>14/1<br>3 | 16/1<br>8<br>18/1<br>8 | 17/1<br>8<br>19/1<br>8 |
| Взаимопо-<br>нимание      | 22/2<br>1<br>21/2<br>1 | 22/2<br>0<br>23/2<br>1 | 8/7<br>10/<br>8 | 16/1<br>5<br>19/1<br>6 | 17/1<br>4<br>15/1<br>0 | 21/2<br>2<br>23/2<br>0 | 20/1<br>9<br>21/1<br>9 | 22/1<br>8<br>18/1<br>6 | 19/1<br>8<br>24/2<br>0 | 18/1<br>9<br>19/1<br>8 |
| Сходство<br>во            | 20<br>21               | 21<br>23               | 7<br>14         | 19<br>21               | 10<br>11               | 18<br>16               | 18<br>19               | 16<br>17               | 21<br>19               | 24<br>23               |

|   |    |    |   |    |    |    |    |    |    |    |
|---|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|
| взглядах                                |    |    |   |    |    |    |    |    |    |    |
| Общие<br>символы                        | 16 | 18 | 7 | 12 | 8  | 12 | 16 | 12 | 18 | 20 |
|   | 18 | 19 | 7 | 12 | 9  | 14 | 14 | 13 | 17 | 19 |
| Легкость<br>общения                     | 21 | 19 | 8 | 16 | 13 | 18 | 21 | 20 | 21 | 19 |
|   | 20 | 20 | 3 | 19 | 12 | 19 | 23 | 18 | 22 | 20 |
| Психотера<br>певтичнос<br>ть<br>общения | 18 | 20 | 8 | 16 | 10 | 18 | 22 | 21 | 22 | 23 |
|   | 21 | 19 | 4 | 15 | 9  | 17 | 24 | 20 | 23 | 22 |

|                    |    |    |   |    |    |    |    |    |    |    |
|--------------------|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|
| Семья              | 1  | 2  | 3 | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| Супруг<br>сводная  | 19 | 20 | 8 | 16 | 11 | 17 | 19 | 17 | 20 | 20 |
| Супруга<br>сводная | 20 | 21 | 8 | 16 | 11 | 18 | 20 | 17 | 21 | 20 |

| Уровень общения между супругами | Супруг | Супруга |
|---------------------------------|--------|---------|
| Высокий уровень                 | 50%    | 50%     |
| Средний уровень                 | 30%    | 30%     |
| Низкий уровень                  | 20%    | 20%     |

## Супруг 1 метод

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После<br>измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное<br>значение<br>разности |
|---------------------------|------------------------------------|--|------------------------------------|
| 3                         | 3                                  | 0                                      | 0                                  |
| 2                         | 3                                  | 1                                      | 1                                  |
| 1                         | 1                                  | 0                                      | 0                                  |
| 1                         | 2                                  | 1                                      | 1                                  |
| 1                         | 1                                  | 0                                      | 0                                  |
| 3                         | 3                                  | 0                                      | 0                                  |
| 3                         | 3                                  | 0                                      | 0                                  |
| 1                         | 2                                  | 1                                      | 1                                  |
| 2                         | 3                                  | 1                                      | 1                                  |
| 1                         | 2                                  | 1                                      | 1                                  |

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже

значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 10$ ).

Переформирование рангов производится в табл.

| Номера мест в упорядоченном ряду | Расположение факторов по оценке эксперта | Новые ранги |
|----------------------------------|--|-------------|
| 1                                | 0  | 3           |
| 2                                | 0  | 3           |
| 3                                | 0  | 3           |
| 4                                | 0  | 3           |
| 5                                | 0  | 3           |
| 6                                | 1  | 8           |
| 7                                | 1  | 8           |
| 8                                | 1  | 8           |
| 9                                | 1  | 8           |
| 10                               | 1  | 8           |

Гипотезы.

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

| До измерения, $t_{до}$ | После измерения, $t_{после}$ | Разность ( $t_{до} - t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|------------------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 3                      | 3                            | 0                                 | 0                            | 3                       |

|       |   |   |   |    |
|-------|---|---|---|----|
| 2     | 3 | 1 | 1 | 8  |
| 1     | 1 | 0 | 0 | 3  |
| 1     | 2 | 1 | 1 | 8  |
| 1     | 1 | 0 | 0 | 3  |
| 3     | 3 | 0 | 0 | 3  |
| 3     | 3 | 0 | 0 | 3  |
| 1     | 2 | 1 | 1 | 8  |
| 2     | 3 | 1 | 1 | 8  |
| 1     | 2 | 1 | 1 | 8  |
| Сумма |   |   |   | 55 |

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum_{i=1}^n R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр}=5 (p\leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p\leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Супруга метод 1

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете  $T$ -критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}-t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности |
|---------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| 1                         | 3                               | 2                               | 2                            |
| 1                         | 2                               | 1                               | 1                            |
| 1                         | 2                               | 1                               | 1                            |
| 1                         | 2                               | 1                               | 1                            |
| 1                         | 2                               | 1                               | 1                            |
| 1                         | 1                               | 0                               | 0                            |
| 1                         | 1                               | 0                               | 0                            |
| 2                         | 3                               | 1                               | 1                            |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 2 | 3 | 1 | 1 |
| 1 | 1 | 0 | 0 |

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 10$ ). Переформирование рангов производится в табл.

| Номера мест в упорядоченном ряду | Расположение факторов по оценке эксперта | Новые ранги |
|----------------------------------|--|-------------|
| 1                                | 0  | 2           |
| 2                                | 0  | 2           |
| 3                                | 0  | 2           |
| 4                                | 1  | 6.5         |
| 5                                | 1  | 6.5         |
| 6                                | 1  | 6.5         |
| 7                                | 1  | 6.5         |
| 8                                | 1  | 6.5         |
| 9                                | 1  | 6.5         |
| 10                               | 2  | 10          |

Гипотезы.

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|-------------------------|
| 1                         | 3                               | 2                                      | 2                            | 10                      |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 2                       |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 2                       |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            | 6.5                     |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 2                       |
| Сумма                     |                                 |  |                              | 55                      |

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.



Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum_{i=1}^n R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр}=5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Супруг метод 2

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастаю признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности |
|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 1 | 1 |
| 2 | 2 | 0 | 0 |
| 2 | 2 | 0 | 0 |
| 2 | 2 | 0 | 0 |
| 2 | 3 | 1 | 1 |
| 2 | 3 | 1 | 1 |
| 3 | 3 | 0 | 0 |
| 3 | 3 | 0 | 0 |

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их перестроение. Перестроение рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 10$ ). Перестроение рангов производится в табл.

| Номера мест в упорядоченном ряду | Расположение факторов по оценке эксперта | Новые ранги |
|----------------------------------|--|-------------|
| 1                                | 0  | 4           |
| 2                                | 0  | 4           |
| 3                                | 0  | 4           |
| 4                                | 0  | 4           |
| 5                                | 0  | 4           |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 6  | 0 | 4 |
| 7  | 0 | 4 |
| 8  | 1 | 9 |
| 9  | 1 | 9 |
| 10 | 1 | 9 |

Гипотезы.

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|-------------------------|
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 9                       |
| 2                         | 2                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 2                         | 2                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 2                         | 2                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            | 9                       |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            | 9                       |
| 3                         | 3                               | 0                                      | 0                            | 4                       |
| 3                         | 3                               | 0                                      | 0                            | 4                       |

|       |  |  |  |    |
|-------|--|--|--|----|
| Сумма |  |  |  | 55 |
|-------|--|--|--|----|

Сумма по столбцу рангов равна  $\sum=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum_{i=1}^n R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр}=5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Супруга метод 2

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности |
|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            |
| 2                         | 2                               | 0                                      | 0                            |
| 2                         | 2                               | 0                                      | 0                            |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            |
| 2                         | 3                               | 1                                      | 1                            |
| 3                         | 3                               | 0                                      | 0                            |
| 3                         | 3                               | 0                                      | 0                            |

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 10$ ). Переформирование рангов производится в табл.

| Номера мест в упорядоченном ряду | Расположение факторов по оценке | Новые ранги |
|----------------------------------|---------------------------------|-------------|
|----------------------------------|---------------------------------|-------------|

|    | эксперта |     |
|----|----------|-----|
| 1  | 0        | 3.5 |
| 2  | 0        | 3.5 |
| 3  | 0        | 3.5 |
| 4  | 0        | 3.5 |
| 5  | 0        | 3.5 |
| 6  | 0        | 3.5 |
| 7  | 1        | 8.5 |
| 8  | 1        | 8.5 |
| 9  | 1        | 8.5 |
| 10 | 1        | 8.5 |

Гипотезы.

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до}$ -<br>$t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|-------------------------|
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 3.5                     |
| 1                         | 1                               | 0                                      | 0                            | 3.5                     |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 8.5                     |
| 1                         | 2                               | 1                                      | 1                            | 8.5                     |

|       |   |   |   |     |
|-------|---|---|---|-----|
| 2     | 2 | 0 | 0 | 3.5 |
| 2     | 2 | 0 | 0 | 3.5 |
| 2     | 3 | 1 | 1 | 8.5 |
| 2     | 3 | 1 | 1 | 8.5 |
| 3     | 3 | 0 | 0 | 3.5 |
| 3     | 3 | 0 | 0 | 3.5 |
| Сумма |   |   |   | 55  |

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum_{i=1}^n R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр}=5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

### Супруг и супруга метод 3

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете  $T$ -критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

| До измерения,<br>$t_{до}$ | После измерения,<br>$t_{после}$ | Разность ( $t_{до} - t_{после}$ ) | Абсолютное значение разности |
|---------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| 3                         | 3                               | 0                                 | 0                            |
| 2                         | 3                               | 1                                 | 1                            |
| 2                         | 3                               | 1                                 | 1                            |
| 2                         | 3                               | 1                                 | 1                            |
| 2                         | 3                               | 1                                 | 1                            |
| 2                         | 2                               | 0                                 | 0                            |
| 2                         | 2                               | 0                                 | 0                            |
| 2                         | 2                               | 0                                 | 0                            |
| 1                         | 1                               | 0                                 | 0                            |



|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 0 | 0 |
|---|---|---|---|

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 10$ ). Переформирование рангов производится в табл.

| Номера мест в упорядоченном ряду | Расположение факторов по оценке эксперта | Новые ранги |
|----------------------------------|--|-------------|
| 1                                | 0  | 3.5         |
| 2                                | 0  | 3.5         |
| 3                                | 0  | 3.5         |
| 4                                | 0  | 3.5         |
| 5                                | 0  | 3.5         |
| 6                                | 0  | 3.5         |
| 7                                | 1  | 8.5         |
| 8                                | 1  | 8.5         |
| 9                                | 1  | 8.5         |
| 10                               | 1  | 8.5         |

Гипотезы.

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

H<sub>1</sub>: Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

| До измерения, t <sub>до</sub> | После измерения, t <sub>после</sub> | Разность (t <sub>до</sub> -t <sub>после</sub> ) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|-------------------------------|-------------------------------------|---|------------------------------|-------------------------|
| 3                             | 3                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| 2                             | 3                                   | 1   | 1                            | 8.5                     |
| 2                             | 3                                   | 1   | 1                            | 8.5                     |
| 2                             | 3                                   | 1   | 1                            | 8.5                     |
| 2                             | 3                                   | 1   | 1                            | 8.5                     |
| 2                             | 2                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| 2                             | 2                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| 2                             | 2                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| 1                             | 1                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| 1                             | 1                                   | 0   | 0                            | 3.5                     |
| Сумма                         |                                     |   |                              | 55                      |

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и

соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum_{i=1}^n R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр}=5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

## Список литературы:

1. Аккерман Н. Роль семьи в появлении расстройств у детей. Семейная психотерапия.- Спб.:Издательство «Питер», 2000.
2. Акулина, М. В., Терехина, С. А. "Особенности восприятия детско-родительских отношений у детей старшего дошкольного возраста в условиях развода в семье."
3. Анцупов А., Шипилов А. Словарь конфликтолога: 2-е изд.- СПб.: Издательство «Питер», 2006.
4. Архипкина А.С., Филатова У.Б. Медиация как эффективный способ урегулирования споров: проблемы развития и механизмы внедрения. – Иркутск: издательство ИГУ, 2017.
5. Гарольд Абрамсон: Сопровождение сторон в процедуре медиации.
6. Гиппенрейтер Ю. Общаться с ребенком. Как?
7. Голод, С. "Развод в пожилой семье: социальные аспекты". Социология семьи, 2018.
8. Гордийчук Н. В. Трансформативная медиация: основные понятия и установки // Психологическая наука и образование. 2014. № 2.
9. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект.
- 10.Гражданский кодекс Российской Федерации . – [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_5142/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5142/)
11. Джон У., Джеральд М. Нарративная медиация: новый подход к разрешению конфликтов/Пер. с англ. Кутузовой Д.А. под общ. ред. Карнозовой Л.М. – М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2009.
12. Зайцева, О. "Развод и его влияние на эмоциональное состояние детей". Психология и семья, 2022.

13. Зацепин В. И. О жизни супружеской : [Перевод]/В. И. Зацепин - Казань: Татар. кн. изд-во, 1992
14. Карабанова О.А. «Психология семейных отношений и основы семейного консультирования», 2005г.
15. Коган-Лернер, Л.Б. "Особенности восприятия ребенком структуры семьи в ситуации развода". Психология и образование, 2011.
16. Крайг Г. Психология развития. – Спб.: Издательство «Питер», 2003.
17. Кречко Е. Влияние развода и разногласий в браке родителей на психологическое благополучие взрослых детей.
18. Кэрролл, Мэки: Международная медиация - искусство деловой дипломатии
19. Латышева, Д. "Психологические особенности родительства в условиях развода". Психология и семья, 2018.
20. Леви В. Семейные войны.
21. Лидерс А. Г. Психологическое обследование семьи
22. Михайлова, А. "Развод в пожилом возрасте: причины и последствия". Социология и семья, 2023.
23. Морозова, Е. "Психологические аспекты разводов в пожилом возрасте". Психология и семья, 2021.
24. Нартова-Бочавер С., Несмеянова М., Малярова Н., Мухортова Е. Ребенок в карусели развода.
25. Олифирович Н. И. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. - Санкт-Петербург: Речь, 2008. - 357.
26. Паркинсон Л. Семейная медиация. - М.: МЦУПК, 2010.

27. Пель М. Приглашение к медиации. – М.: ООО «Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования», 2009.
28. Петровская, Лариса Андреевна. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга
29. Подпорошникова, Н.Н. "Социально-психологические аспекты разводов в семьях среднего возраста". Социология и психология, 2020.
30. Профессиональные стандарты и квалификации/юриспруденция. - [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/92c488ab8b916d54929b0c0d73e28d45bfb1ff09/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/92c488ab8b916d54929b0c0d73e28d45bfb1ff09/)
31. Психологические тесты / Под ред. А.А.Карелина: В 2т. - М., 2001. - Т.2. С.179-191.
32. Разрешение семейных конфликтов. Руководство по международной семейной медиации. – М.: Издательство ООО «Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования», 2015.
33. Савельева, Е. "Развод и его влияние на психическое здоровье". Психология и здоровье, 2021.
34. Семейная финансовая медиация: мануал для медиатора / сост. А.З. Джанашиа, М.С. Бойко; пер. с англ. А.З. Джанашиа, А.Г. Баранова, О.К. Шульга.– Минск : Колорград, 2016.
35. Семейный кодекс Российской Федерации . – [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8982/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/)
36. Синельников, А.Б. "Развод - революция в семье". Вестник Московского университета. Сер. 18. - Социология и политология, 2010.
37. Синельников, А.Б. "Социальная приемлемость разводов среди взрослых". Социологические исследования, 2023.

38. Соловьев Н. Я. Брак и семья сегодня / Н. Соловьев. — Вильнюс : Минтис, 1977. — 256 с.
39. Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия. - М.: Изд-во Высшей школы психологии, 2003. - С. 54-55.
40. Сысенко, С. "Развод и его влияние на здоровье детей". Социология и здоровье, 2019.
41. Теоретическая и практическая конфликтология: учебное пособие под ред. Газимагомедова Г.Г., книга 2. – Спб: Фонд развития конфликтологии, 2019.
42. Тихомирова, Е. "Развод и его влияние на социальные связи". Социология и общество, 2023.
43. Ткач О. "Жизненный цикл семьи и развод". Социология семьи, 2024.
44. Толоконин А. Секреты успешных семей. Взгляд семейного психолога.
45. ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН О ВНЕСЕНИИ ИЗМЕНЕНИЙ В ОСНОВЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ О НОТАРИАТЕ №84-ФЗ. - [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_413454/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413454/)
46. Федеральный закон об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации). - [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_103038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_103038/)
47. Фигдор Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой (психоаналитическое исследование).- М.: Наука, 1995.
48. Филюкова, Л.Ф. "Развод как социальный феномен". Социология и культура, 2020.
49. Фишер Р., Юри У., Паттон Б. Переговоры без поражения. Гарвардский метод. - М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2018.

50. Фридман Г., Химмельстайн Д. Вызов конфликту. Понимающий подход к медиации. – М.: Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования, 2014.
51. Целуйко, В. "Социальные последствия разводов в пожилом возрасте". Социологические исследования, 2019.
52. Шамликашвили Ц.А. Азбука медиации. – М.: МЦУПК, 2011.
53. Шамликашвили Ц.А. Медиация в вопросах и ответах / Ц.А. Шамликашвили. — М.: Издательство ООО «Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования», 2017.
54. Шамликашвили, Никитина: Введение в диалогическую
55. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи.- 3-е изд.- СПб.: Издательство «Питер», 2000.
56. Kessler, R. C., & Cleary, P. D. (1980). The effect of stressful life events on health. *American Journal of Public Health*, 70(11), 1240-1248.
57. Pruett, M. K., & Pruett, K. D. (2009). *Co-Parenting: A Parent's Guide to Shared Parenting After Divorce*. New York: HarperCollins.
58. <https://rosstat.gov.ru/>
59. <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/ot-braka-do-razvoda-1990-2021>