

УДК 159.9

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА
ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО ВЫБОРА СЕМЕЙНЫХ РОЛЕЙ****С.В. ОСТАПЧУК, А.С. КАЛУГИНА**
(Полоцкий государственный университет)

Описаны проблемы и основные способы психологической помощи современным молодым семьям, в частности влияние психологического тренинга на эффективный выбор семейных ролей у студентов. Рассматриваются основные семейные роли, предложенные Ю.Е. Алешиной и С.В. Ковалевым. Анализируются результаты эмпирического исследования, показывающего, что применение психологического тренинга способно снизить уровень влияния гендерных стереотипов при выборе семейных ролей у студентов.

Ключевые слова: семейные роли, гендерные роли, молодая семья, гендерные стереотипы, психологический тренинг.

Введение. Согласно результатам республиканского социологического исследования, проведенного в апреле 2018 года, молодые люди в качестве главных жизненных целей в первую очередь выбирают создание счастливой семьи; сохранение и укрепление здоровья (по 61%); рождение и воспитание детей (48%); достижение делового успеха, карьеру (38,5%); профессиональную самореализацию (32,5%) [1].

Как видно, семья остается одной из основных ценностей современных молодых белорусов. Однако несмотря на изменение функций семьи в сторону ее большей психологизации и интимизации, перехода от брака по расчету или обязанности к браку по любви численность разводов продолжает расти [2].

Не только в нашей стране, но и в целом мире среди основных причин разводов выделяют несоответствие взглядов супругов на выполнение семейных ролей. Гендерные стереотипы заметно влияют на их распределение супругами. Несоответствие поведения одного из супругов гендерным стереотипам зачастую воспринимается другим супругом враждебно, что приводит к внутрисемейным конфликтам.

Традиционные гендерные роли четко очерчивают различия и ограничения функций мужчин и женщин в семье. Модель гендерных отношений исторически выстраивалась таким образом, что половые различия располагались над индивидуальными, качественными различиями личности мужчины и женщины [3, с. 145].

В современном мире семейные роли очень быстро меняются, на смену одним ролям приходят другие, ранее не свойственные обществу. Исследователями отмечено, что, несмотря на разнообразие семейных ролей и стремление к установлению равноправия, большая часть домашней работы закрепляется за женщиной. На это оказывают влияние стереотипы, согласно которым жена должна готовить, убирать в доме, заботиться о детях и муже, который, в свою очередь, обязан не вникать в бытовые дела, а заниматься добычей денег.

Основная часть. Согласно общепринятому определению, молодая семья – это семья в первые три года после заключения брака (в случае рождения детей – без ограничения продолжительности брака) при условии, что ни один из супругов не достиг 30-летнего возраста [4].

Молодая семья является одной из самых незащищенных групп населения. Высокий процент молодых браков – следствие наступившей беременности или рождения ребенка. Более одной трети семей проживают от 1 года до 4 лет, еще часть белорусских семей распадается позднее – около 50% всех браков заканчиваются разводами [5].

У молодых людей часто встречается искаженное представление о браке и семье. По данным опросов, каждый 4-й молодой человек готов на свободные отношения, без брака, но осуждает свободную сексуальную жизнь. В ряду приобретенных жизненных ценностей на 1-е место молодежь относит отношения в семье, удовлетворенность в любви, сексе, интимной жизни; ценность брака молодые люди также определяют наличием детей [6].

За время своего существования молодая семья сталкивается со множеством проблем. В психологии принято выделять два блока основных проблем молодой семьи: социально-экономический и социально-психологический [7].

К социально-экономическим относятся проблемы материальной обеспеченности, жилья и трудоустройства молодых супругов. В основной массе молодая семья низкодоходна, многие находятся за чертой бедности. Невостребованность молодого специалиста на рынке труда либо низкая зарплата ввиду отсутствия должного опыта работы способствуют ухудшению материального положения молодых семей и снижению жизненного уровня населения страны в целом [8, с. 210].

Социально-психологические – это проблемы адаптации молодых супругов друг к другу, к новой ситуации (смене ролей, стереотипов и стилей поведения) и новым родственникам. Несмотря на стремление большинства брачующихся к партнерскому типу супружества, данные исследований указывают на проблему стереотипного распределения ролей в семье.

Выполнение супругами только стереотипных ролей нарушает функциональность семьи, а также ведет к взаимному недовольству и ущемлению интересов. Рассмотрим негативное влияние гендерных стереотипов на примере ролей «воспитатель» и «ответственный по уходу за младенцем». Исследователями было опрошено около 2000 матерей, имеющих детей в возрасте от 5 до 12 лет. Выяснилось, что средний рабочий день у этих женщин длится около 14 часов. Но даже после окончания рабочего дня и в свои выходные они вынуждены выполнять множество трудных задач. 40% опрошенных женщин признались, что их жизнь подобна серии бесконечных задач и дел. Исследователи также выяснили, что помогает матерям, когда не получается справиться со всеми обязанностями. Среди таких «помощников» были названы: кофе, короткий сон, повышение голоса, стакан вина после трудного дня, обращение за помощью к бабушкам и дедушкам, няня, гаджеты.

Ситуация была бы совершенно иной, если бы некоторые роли не были закреплены только за женой, а выполнялись бы обоими супругами по мере необходимости.

Данные обследования семей, имеющих детей в возрасте до 10 лет, проведенного Белстатом в 2015 году, показали, что в таких семьях женщины в среднем за день затрачивают в 2,5 раза больше времени на ведение домашнего хозяйства (включая и уход за детьми), чем мужчины. У женщин это занимает 24% от суточного фонда, в то время как у мужчин – всего 9%. Многие говорят о тройной нагрузке белорусок: работают вне дома, ведут свой дом и хозяйство во «вторую смену» и вносят существенный эмоциональный вклад в семью и дела каждого члена [5].

Немаловажен аспект, что такая сильная занятость домашними делами негативно сказывается на осуществлении женщиной-матерью своей чисто воспитательной функции по отношению к детям. Общеизвестно, что в нашей стране отпуск по уходу за ребенком до достижения им 3-летнего возраста берут преимущественно женщины, порой жертвуя хорошей работой, возможностью карьерного роста, социальными контактами. Мужчин, находящихся в таком отпуске, насчитывается около 1% [9]. Естественно, могут быть веские причины, почему отпуск по уходу за ребенком берет именно жена, а не муж, но самой «веской» считается та, что так принято в нашем обществе. Уход за младенцем – это стереотипно женская роль, а потому мужчина, оказавшийся в этой роли, может чувствовать себя очень неловко.

Таким образом, на пути своего развития молодая семья сталкивается с рядом трудностей. Согласно Ю.Е. Алешиной, список проблем, являющихся наиболее частыми поводами для обращения в консультацию молодых супружеских пар, включает следующие:

- взаимные претензии, связанные с распределением супружеских ролей и обязанностей;
- недовольство супругов, связанное с различиями во взглядах на семейную жизнь и межличностные отношения;
- сексуальные проблемы, неумение супругов наладить нормальные сексуальные отношения;
- сложности и конфликты во взаимоотношениях супружеской пары с родителями одного или обоих супругов;
- вопросы власти и влияния в супружеских взаимоотношениях;
- отсутствие тепла в отношениях супругов, дефицит близости и доверительности, проблемы общения;
- болезнь (психическая или физическая) одного из супругов, трудности, вызванные необходимостью адаптации семьи к заболеванию, негативным отношением к себе и окружающим самого больного или членов семьи [10].

Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубровская рассматривали семь внутрисемейных ролей, наиболее полно характеризующих современную семью:

- 1) воспитатель – реализация обязанностей, связанных с развитием ребенка в компетентную, моральную и социализированную личность;
- 2) психотерапевт – создание и поддержание эмоционального климата в семье;
- 3) ответственный за материальное обеспечение семьи – выполнение дел и обязанностей, связанных с зарабатыванием денег, обеспечением материального благосостояния семьи;
- 4) организатор развлечений – выдвижение различного рода инициатив в сфере досуга, а также активность, связанную с организацией выхода семьи в гости, в кино, планирование и проведение отпуска;
- 5) хозяин/ хозяйка – покупка продуктов и приготовление пищи, уход за одеждой, обеспечение порядка и чистоты в доме;

- 6) сексуальный партнер – различного рода активность в плане сексуального поведения;
- 7) организатор семейной субкультуры – ответственность за формирование у членов семьи определенных культурных ценностей, достаточно разнообразных интересов и увлечений.

С.В. Ковалев выделяет систему семейных ролей в соответствии с важнейшими функциями семьи и считает, что функционально-ролевая согласованность супругов является основой стабильности и благополучия брачного союза:

- 1) ответственный за материальное обеспечение семьи – комплекс обязанностей, связанных с обеспечением семьи необходимым уровнем благосостояния;
- 2) хозяин/ хозяйка – приобретение продуктов, приготовление пищи, обеспечение уюта, чистоты и порядка, уход за одеждой и т.п.;
- 3) ответственный за поддержание родственных связей – участие в семейных ритуалах и церемониях, организацию общения с родственниками и содействие социальному становлению членов семьи;
- 4) организатор семейной субкультуры – формирование у членов семьи определенных культурных ценностей, разнообразных интересов и увлечений;
- 5) организатор развлечений – инициация и организация жизнедеятельности семьи в сфере досуга;
- 6) семейный психотерапевт – осуществление действий, направленных на решение личностных проблем другого члена семьи. Следует отметить, что полнота выполнения этой роли тесно связана с общей удовлетворенностью браком;
- 7) любовный партнер – проявление активности в сфере сексуальных отношений;
- 8) ответственный по уходу за младенцем – обеспечение ребенку в первый год – полтора его жизни физического и психического комфорта;
- 9) воспитатель – выполнение обязанностей, связанных с формированием личности ребенка старшего возраста [11, с. 20].

Гармоничное распределение семейных ролей зачастую затруднено из-за влияния гендерных стереотипов, распространенных в обществе.

Проблема гендерных стереотипов на сегодняшний день является очень актуальной. Гендерная дискриминация, гендерное неравенство часто фигурируют в повседневной жизни, многие перестают их замечать и относятся как к данности.

Чаще всего роль члена семьи связана с его полом (полороловое поведение). Для женщин главными социально-половыми ролями в соответствии со стереотипом являются роли семейные («мать», «воспитательница», «домохозяйка»), для мужчин – профессиональные. Успешность мужчины, согласно стереотипному восприятию, оценивается по его профессиональным достижениям, женщины – по наличию семьи и детей, особенностям ведения домашнего хозяйства [12].

Среди многочисленных причин увеличения числа разводов в качестве важнейшей причины отмечаются несформированные навыки или поведенческие стереотипы (привычки, установки) повседневных взаимоотношений между супругами [13, с. 1782]. Гендерные стереотипы особенно заметны в межличностном общении супругов, а также при разделении функций в семье и домашнем хозяйстве.

Стереотипы настолько прочно проникают в сознание людей, что многие перестают их осознавать. Особенно негативно стереотипы влияют на отношения с окружающими. Принято выделять индивидуальные и массовые стереотипы. Стереотипы массового сознания являются наибольшим барьером в установлении гендерного равенства в нашем обществе.

К числу основных гендерных стереотипов массового сознания можно отнести такие установки, как «Дело женщины – домашнее хозяйство и воспитание детей», «Принятие решений – мужское дело», «Женщина без мужчины – неполноценный член общества», «Мужчина во всех отношениях сильнее и более приспособлен, чем женщины» и др. [14].

Не каждая супружеская пара способна самостоятельно преодолеть негативное влияние гендерных стереотипов и установить гармоничные внутрисемейные отношения. Многим может помочь психолог. Одним из эффективных способов психологической помощи семье является тренинг [15].

Целью нашего исследования было снижение влияния гендерных стереотипов на выбор семейных ролей у студентов посредством психологического тренинга.

В исследовании использовался опросник, включающий в себя 32 наименования семейных ролей, описанных в классификации Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозмана, Е. М. Дубровской, и был дополнен ролями, выделенными С.В. Ковалевым. В нем представлены следующие роли: «организатор домашнего хозяйства», «закупщик продуктов», «зарабатывающий деньги», «казначей», «плохой исполнитель своих обязанностей», «убирающий квартиру», «выносящий мусор», «готовящий еду», «убирающий со стола после обеда», «тот, кто ухаживает за питомцами», «организатор праздников и развлечений», «человек на побегушках», «человек, принимающий решения», «починяющий сломанное», «буфер, посредник в конфлик-

те», «любитель поболеть», «сторонник строгой дисциплины», «главный обвинитель», «утешающий обиженных», «уклоняющийся от обсуждения проблем», «создающий другим неприятности», «держась в стороне от семейных разборок», «приносящий жертвы ради других», «семейный вулкан», «затаивающий обиду», «шутник», «хозяин/хозяйка», «ответственный по уходу за младенцем», «воспитатель», «организатор семейной субкультуры», «ответственный за поддержание родственных связей», «психотерапевт».

Выборка составила 40 человек, из которых 26 человек были включены в экспериментальную группу, а 14 – в контрольную. Все они студенты гуманитарных специальностей Полоцкого государственного университета. Возраст испытуемых – 19–23 года.

Сначала обе группы получили опросник, в котором им нужно было из предложенного списка выбрать роли, типичные для мужчин, и роли, типичные для женщин. Одну и ту же роль можно было отнести и к обоим представителям полов.

Затем с испытуемыми экспериментальной группы было проведено 5 тренинговых занятий:

- 1) «Пол» или «гендер»;
- 2) «Гендерная дискриминация»;
- 3) «Гендерные стереотипы»;
- 4) «Гендерные стереотипы и гендерное равенство»;
- 5) «Гендерное равенство в семье».

После заключительного занятия испытуемые снова получили бланки с перечнем семейных ролей и снова отмечали роли, типичные для мужчин, и роли, типичные для женщин.

Далее был проведен сравнительный анализ их ответов до и после тренингового воздействия при помощи программы STATISTICA.

Контрольная группа также получила бланки с перечнем семейных ролей до проведения тренингов с экспериментальной группой. Перед ними стояла та же задача: отметить типичные, по их мнению, роли для мужчин, для женщин и 5 ролей, самых важных для семьи. Второй срез был проведен после оказания тренингового воздействия на экспериментальную группу. Ответы контрольной группы также были проанализированы при помощи программы STATISTICA.

Различия были видны уже после сравнения процентных соотношений. Если во время первого заполнения опроса большинство студентов предпочитали относить ту или иную роль к типичным только для женщин или только для мужчин, то после тренингового воздействия большинство из них пришли к пониманию необходимости гендерного равенства.

Наиболее яркие изменения взглядов можно наблюдать в отношении таких ролей, как «организатор домашнего хозяйства», «зарабатывающий деньги», «плохой исполнитель своих обязанностей», «готовящий еду», «тот, кто ухаживает за питомцами», «человек, принимающий решения», «держась в стороне от семейных разборок», «семейный вулкан», «шутник», «хозяин/ хозяйка», «ответственный по уходу за младенцем», «воспитатель» и «ответственный за поддержание родственных связей». Свыше 30% испытуемых изменили свое мнение в отношении этих ролей после участия в тренингах.

При обработке результатов при помощи программы STATISTICA сначала было проверено, насколько различаются ответы экспериментальной и контрольной групп во время первого среза. Проверка с помощью U -критерия Манна – Уитни показала, что значимых различий между двумя группами на данном этапе нет, поскольку $p = 0,2 > 0,05$, а $U_{эм} = 425$ и находится в зоне незначимости.

Далее при помощи критерия Вилкоксона были проведены сравнения групп самих с собой.

Проверка результатов в экспериментальной группе показала, что различия в выборе семейных ролей до и после тренингового воздействия значимы, поскольку $p = 0,000001 < 0,05$.

Проверка результатов в контрольной группе показала, что значимые различия в выборе студентами семейных ролей во время первого и второго срезов отсутствуют, поскольку $p = 0,581229 > 0,05$.

Таким образом, можно считать, что тренинги по снижению влияния гендерных стереотипов оказали воздействие на выбор студентами семейных ролей.

При помощи U -критерия Манна – Уитни было проверено, насколько значимыми оказались различия в экспериментальной и контрольной группах после проведения второго среза. Мы сравнивали их ответы по ролям, которые они отнесли и к мужским, и к женским.

В результате расчета был получен уровень значимости $p = 0,000000 < 0,05$. Полученное эмпирическое значение $U_{эм}$ (21) попало в зону значимости. Следовательно, гипотеза, согласно которой тренинговое воздействие снижает влияние гендерных стереотипов при выборе студентами семейных ролей, подтвердилась.

Заключение. Многими учеными и исследователями отмечается кризис современной семьи. Подверженность молодых людей влиянию гендерных стереотипов является препятствием для ее гармонич-

ного функционирования. Поэтому на сегодняшний день нас очень интересуют вопросы, касающиеся специфики супружеского взаимодействия, конкретнее – их представления о желаемом распределении семейных ролей, а также взгляды на распределение семейных ролей у лиц, которым еще предстоит вступить в брак.

Несовпадение взглядов супругов на распределение внутрисемейных ролей является одной из самых распространенных причин разводов не только в нашей стране, но и за рубежом.

Вопросы гендерного равенства продолжают оставаться центральными для процессов развития, человеческой безопасности, стабильного экономического роста. В связи с этим можно сказать, что одна из важнейших задач, стоящих перед психологами в настоящее время, – распространение гендерных знаний, повышение общего уровня гендерной культуры населения страны.

Под влиянием прогресса будут появляться новые формы брака, новые семейные роли. Следовательно, придется искать новые пути приспособления супругов к ним. А некоторые роли, напротив, могут утратить свою актуальность, значит, отпадет необходимость работать с ними. Не останется неизменным и отношение супругов к семейным ролям. Гендерная эгалитарность постепенно проникает в наше общество, создавая возможности для оптимального функционирования супругов. Перед психологами стоит задача помочь молодым людям, состоящим в браке или только готовящимся вступить в него, избавиться от ролевой ригидности и стереотипности.

Полученные данные о том, насколько гендерные стереотипы влияют на выбор семейных ролей и затрудняют семейное функционирование, можно активно использовать при консультировании молодых супружеских пар или же лиц, только планирующих вступить в брачные отношения.

Для снижения влияния гендерных стереотипов на молодых людей можно использовать такую форму работы, как социально-психологический тренинг.

Распространению гендерных знаний, повышению общего уровня гендерной культуры будут способствовать мероприятия по вопросам ответственного родительства, равного участия обоих родителей в воспитании детей, а также проводимые социологические исследования в данной сфере, дальнейшее развитие гендерной статистики, освещение в средствах массовой информации вопросов обеспечения равных прав и возможностей мужчин и женщин.

ЛИТЕРАТУРА

1. Создание семьи и здоровье – основные приоритеты молодых белорусов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://thinktanks.by/publication/2018/06/14/iats-sozдание-semi-i-zdorove-osnovnye-prioritety-molodyh-belorusov.html>. – Дата доступа: 16.04.2018.
2. Современная семья в Беларуси [Электронный ресурс] // BelFamily. – Режим доступа: <http://www.belfamily.by/sovremennaya-semya-v-belarusi.html>. – Дата доступа: 16.04.2018.
3. Хузина, Г.М. Гендерные стереотипы представлений о браке на начальном этапе семейной жизни / Г.М. Хузина // Всероссийский журнал научных публикаций. – Уфа : Миррея, 2013. – С. 144–149.
4. Определение, структура молодой семьи [Электронный ресурс] // Социальная работа. – Режим доступа: <http://soc-work.ru/article/804>. – Дата доступа: 17.05.2018.
5. Белорусы на втором месте по количеству разводов. Что мы упускаем? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rebenok.by/articles/together/psychology/24249-belorusy-na-vtorom-meste-v-mire-po-kolichestvu-razvodov-cto-my-upuskaem.html>. – Дата доступа: 17.05.2018.
6. Иржанова, А.А. Проблемы молодой семьи в современном мире [Электронный ресурс] / А.А. Иржанова // Психология, социология и педагогика. – Режим доступа: <http://psychology.snauka.ru/2016/12/7510>. – Дата доступа: 17.05.2018.
7. Концепция государственной политики в отношении молодой семьи [Электронный ресурс] // Сайт министерства образования и науки. – Режим доступа: <https://iq.hse.ru/more/sociology/osnovnie-problemi-molodih-semej>. – Дата доступа: 17.05.2018.
8. Молодая семья: проблемы и перспективы социальной поддержки / под общ. ред. Е.В. Жижко, С.Д. Чигановой. – Красноярск : РУМЦ ЮО, 2005. – 300 с.
9. Национальный план действий по обеспечению гендерного равенства в Республике Беларусь на 2017–2020 годы [Электронный ресурс] // Pravo.by. – Режим доступа: http://law.by/upload/docs/op/C21700149_1487883600.pdf. – Дата доступа: 16.04.2018.
10. Социально-психологические проблемы молодой семьи [Электронный ресурс] // PSYAGE.RU. – Режим доступа: <http://www.psyage.ru/agps-565-1.html>. – Дата доступа: 01.06.2018.
11. Ковалев, С.В. Психология современной семьи / С.В. Ковалев. – М. : Просвещение, 1988. – 208 с.
12. Понятие и виды социально-психологического тренинга [Электронный ресурс] // Новая педагогика. – Режим доступа: <http://www.dealeducation.ru/gowems-927-4.html>. – Дата доступа: 12.05.2018.
13. Хасанова, С.А. Исследование брачно-семейных отношений в социальной психологии / С.А. Хасанова // Концепт. – 2013. – Т. 3. – С. 1781–1785.

14. Гендерные стереотипы или стены, которые строим мы сами [Электронный ресурс] // Поле надежды. – Режим доступа: http://afield.org.ua/mirwom/mw49_1.html. – Дата доступа: 16.03.2018.
15. Психологические тренинги: история, виды и их последствия [Электронный ресурс] // Superior Seller. – Режим доступа: <http://superiorseller.com/psikhologicheskie-treningi-istoriya-vidy-i-ikh-posledstviya/>. – Дата доступа: 12.05.2018.

Поступила 01.09.2018

THE USE OF PSYCHOLOGICAL TRAINING FOR EFFECTIVE CHOICE OF FAMILY ROLES

S. ASTAPCHUK, H. KALUHINA

The article describes the problems of the modern young family and the main ways of psychological assistance to young families, in particular the impact of psychological training on the effective choice of family roles among students. The article discusses the basic family roles, proposed by Y. E Aleshina and S. V. Kovalev. The results of empirical research show that the use of a psychological training can reduce the level of influence of gender stereotypes in the choice of family roles of students.

Keywords: family roles, gender roles, young family, gender stereotypes, psychological training.