

ВАРНЕНСКИ СВОБОДЕН УНИВЕРСИТЕТ

„ЧЕРНОРИЗЕЦ ХРАБЪР”

ЮРИДИЧЕСКИ ФАКУЛТЕТ

КАТЕДРА „ПСИХОЛОГИЯ”

Гергана Василева Тодорова

**Психологически аспекти на взаимовръзките в
семейството**

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

на дисертационен труд
за придобиване на образователна и научна и степен
„доктор”

Професионално направление „Психология“
Докторска програма „Обща психология”

Научен ръководител:
Доц. д-р Красимир Иванов

ВАРНА
2017

I. Обща характеристика на дисертационния труд.

1. Въведение

По данни на Националния Статистически Институт броят на официално разтрогнатите бракове в България е около 50% от този, на официално сключените бракове. Тенденцията се запазва и в последните 5 години. През 2011 година броят на сключените бракове е 21448, а този на разтрогнатите – 10581. През 2012 двойките, официално сключили брак са 21167, а развелите се през същата година – 11947. За 2013, 2014 и 2015 години цифрите са съответно 21943, 24596 и 27720 за сключилите брак и 10908, 10584 и 10483 за разделилите се двойки.

Подобно е положението с двойките, живеещи на семейни начала, без да сключват официално брак. Статистиката е тревожна, което прави темата за брака и семейството особено актуална. Изследването и установяването на причините за нестабилността на голяма част от семействата би допринесло за набелязването и предлагането на възможности за укрепване на семейните взаимоотношения, увеличаване на разбирателството в двойките и удовлетвореност от партньорството.

Съвременните български семейства имат редица особености, свързани с историята, културата и традициите, запазени, макар и отчасти и до момента - все

още е запазен патриархалният вид семейство, състоящо се от няколко поколения; границите между подсистемите са дифузни, лошо структурирани, властта в семействата често принадлежи на по-възрастното поколение; в много семейства отсъстват мъже, така както отсъстват и в редица институции (детски градини, училища, домове за деца); няколко поколения зависят едни от други не само духовно, но и материално;

Тежките материални проблеми и загубата на значимостта на нравствените ценности води до много полесното разпадане на семействата и нарастване на агресията в отношенията между партньорите.

Една от важните причини, водещи в крайна сметка до не доброто функциониране на голям процент от семействата, в последните десетилетия е **развитието на обществените процеси** и прехода от структурирано общество, с ясно очертани социални роли и функции на всеки от семейството, към по-индивидуалистично общество, с нови ценности и нагласи. Възниква необходимостта да се осъществяват различни социални роли, като един човек се стреми (или от него се очаква) да покрие всички функции, произтичащи от тях. Това води до нарушаване на структурата на семействата, а от там и на тяхната функционалност.

Индивидуалните особености на партньорите, културалните различия между тях, субективните събития в живота им от своя страна също допринасят за противоречията между членовете на семействата. Те стават и причина за нарушения в комуникацията между тях, а това води до дисфункционалност и неудовлетвореност от съжителството. Индивидуалните особености са стартовата позиция, от която всеки от партньорите влиза в „битката“ за разпределението на властта и близостта в семейството и в този смисъл имат сериозно влияние върху установяването на взаимовръзките между членовете му.

Най-често сочените причини за разводите в България са причини от битов характер (тежко материално състояние, дълги периоди на раздели, свързани с професията на един или и двамата партньори) или несходство в характерите.

Тези причини се описват от двойките като липса на разбиране, изневери, липса на материална или психологическа подкрепа, липса на средства, зависимости, агресивно поведение, различни религиозни вярвания, водещи до конфликти в съвместния живот.

От друга страна изследванията в областта на семейната терапия през последния половин век сочат, че

причините за неразбирателството и конфликтите са доста по-дълбоки и изброените по-горе неблагоприятия и несходства са следствия от тези дълбоки причини. Взаимоотношенията в семействата се основават главно на начина на разпределение на властта от една страна и степента на близост между отделните членове от друга. Това разпределение стои в основата на **устойчивите модели на общуване** в семейството и определя отношението на партньорите един към друг по принцип. Тези модели стават база за установяване на **устойчиви взаимовръзки** в двойката и семейството. Така разрешаването на всички конкретни събития и въпроси става през призмата на тези взаимовръзки. По тази причина всички явни, битови причини за конфликт също биха могли да се свържат с установените взаимовръзки. Изследването на психологическите аспекти на взаимовръзките в семейството води до установяването на дълбоките причини за конфликти и раздели в двойките.

Целта на дисертационния труд е да се изследват взаимовръзките в семействата като основа на по-дълбоки причини за конфликти и раздели и да се предложат стратегии за подобряване и укрепване на семейните отношения в светлината на съвременни концепции в семейната терапия.

Конкретни задачи на работата са:

1. Да се изследва значението на комуникацията за стабилитета на семейството;
2. Да се изследва значението на индивидуалните особености на партньорите за успеха на връзката;
3. Да се покаже връзката между стоящите на повърхността и изтъквани от партньорите причини за конфликти и устойчивите взаимовръзки, които ги пораждат, но често остават неосъзнати;
4. Да се предложи модел за терапевтично въздействие върху семейната система, допринасящ за подобряване на взаимоотношенията в двойката;

Обект на изследването са семейства и двойки, живеещи на семейни начала. В изследването не се включват децата и проблемите, които биха могли да възникнат във връзка с тяхното отглеждане. Децата се имат предвид като част от семейството при изследването на семейната система. Отбелязано е тяхното място в семейната йерархия при нормално функциониращи и дисфункционални семейства и са посочени взаимовръзките, от които те задължително са част. Под „семейство“ в текста следва да се разбират двойката партньори и децата, заедно с разширеното семейство /средата, в която се развива партньорското

взаимоотношение/, а за означаване на партньорските отношения се използват „двойка“ и „съпрузи“. В дисертационния труд се изследват взаимоотношенията в двойките, но често се споменават и децата, и разширените семейства, защото двойката не би могла да се разглежда независимо от средата, а част от конфликтите между партньорите могат да се дължат на неадекватни взаимовръзки с разширеното семейство.

Предмет на изследването са взаимовръзките - устойчивите модели на взаимодействие между партньорите в двойката /индивидуалните особености и комуникацията помежду им, водещи до формирането на тези модели/.

II. Обем и структура на дисертационния труд

Дисертационният труд се състои от четири глави, разположени на 146 страници.

В **първа глава** е представено семейството като единна система, притежаваща специфична структура и динамика. Описани са периодите на нормативни кризи в семейството, неговите функции и динамика, както и различни причини, водещи до дисфункционалност на семейната система. Представени често срещани нарушения в структурата на системата и по какъв начин

тези нарушения биха могли да бъдат основа за конфликти между партньорите.

Втора глава е посветена на индивидуалните особености на партньорите и на комуникацията в семейството. Тя е важна част от изследването на взаимоотношенията, защото начинът на общуване между членовете на семейството може да подкрепя или да руши изградените взаимовръзки. Разгледани са различните аспекти на комуникацията и са цитирани най-често срещани дисфункционални модели на комуникация, според различни изследователи и водещи фамилни терапевти. Разгледани са и индивидуалните когниции като основа за специфична комуникация в двойката.

В трета глава е представено изследване за наличие на връзка между структурата на семейната система, начините на комуникация между партньорите и удовлетвореността от брака. За целта са използвани методики за изследване на удовлетвореността от връзката, възможностите за адаптация и емоционалната свързаност на партньорите, техните комуникативните умения. Обобщени са резултатите от изследването и са направени съответните изводи. Разгледани са и възможности за бъдещи изследвания в тази област, които да допринесат за

още по-детайлно разбиране на процесите, характеризиращи семейната динамика.

В четвърта глава е представен терапевтичен модел за преодоляване на конфликти и проблеми в семейството. Моделът е базиран на подобряване на комуникацията както в двойката, така и между членовете на разширеното семейство и е съобразен с принципите на системния и когнитивно-поведенческият подход във фамилната терапия. Тази комбинация между двата подхода дава възможност да се работи едновременно върху структурата на семейната система и върху индивидуалното поведение на партньорите, което е предпоставка за успеха на терапевтичната работа.

Резултатите от изследването и предложеният на тази база терапевтичен модел биха могли да бъдат в помощ на практическата работа на психолози и терапевти, осигурявайки по-добра база за откриване на корените на конкретните проблеми на двойките в контекста, в който са възникнали и се проявяват.

Ш.Кратко изложение на дисертационния труд

Глава 1. Структура и особености на семейството

1.1. Семейството като система

Семейството е социална система, която може да се определи като съвкупност от подсистеми, определени в термините на поколения, пол и роля. В семейството се предопределят възможностите и границите на междуличностните отношения.

Семейството е естествена група, в която с времето възникват стереотипи на взаимодействие. Тези стереотипи създават структура на семейството, определяща функционирането на неговите членове, очертаваща диапазона на тяхното поведение и улесняваща общуването между тях. Жизнеспособната семейна структура е предпоставка за нейната функционалност и устойчивост.

1.2. Функции на семейната система

Функциите представляват жизнедеятелността на семейството, свързана с удовлетворението на потребностите на отделните негови членове. Сред най-важните функции на семейството са възпитателната, битовата, емоционалната, сексуално-еротичната функция, функцията на духовно и културно общуване и първичен социален контрол.

1.3. Нормативни кризи в развитието на семейството

С течение на времето структурата на семейството се променя и развива, преминавайки през различни стадии на

жизнения цикъл на семейството - приемане на съпругески задължения, усвояване на родителските роли, приемане на появата на нови членове на семейството, включване на децата във външни социални структури, навлизането на детето в периода на пубертета, опита на семейството с независимостта на порастващото дете, излизане на децата от семейството и оставане на родителите отново двама, приемане на пенсионирането и старостта.

При преминаване от стадий в стадий семейството преживява закономерни кризи в развитието си, търсейки по-добра адаптация към новите ситуации и запазване на функционалността на системата.

1.4. Структура на семейната система. Деструкции

Структурата на семейството това е съвкупността от всички нейни членове и техните взаимоотношения. Семейната структура може да бъде подробно описана и разбрана със следните параметри: семейни роли, семейни подсистеми, външни и вътрешни граници между тях, семейни правила, стандарти (стереотипи) на взаимодействие, семейни митове, семейна история, семейни стабилизатори.

Структуроопределящи за семейството са и вярванията и нагласите, с които партньорите влизат в семейни взаимоотношения.

Нарушенията на структурата на семейството представляват деструкции и водят до възникване на някаква дисфункционалност за системата, която става източник на конфликти в семейството, а често и причина за по-дълбоки нарушения в структурата.

1.5. Нормално функциониращи семейства

Това са семействата, които адекватно изпълняват своите функции, независимо от възможните проблеми и възникващи неблагоприятни обстоятелства. Те имат гъвкава и функционална структура, с чиято помощ се справят с проблемите. Партньорите в двойката умеят да се настройват един спрямо друг и заедно спрямо промените в техния живот или в средата около тях.

1.6. Дисфункционални семейства

Те не са толкова гъвкави и приспособими. При неблагоприятни външни събития или при промяна на обстоятелства вътре в системата те се опитват да запазят, дори заздравяват структури, които даже да са вършили работа в предишен момент не са функционални за този период от живота на семейството.

1.6.1. Варианти на дисфункционални структури

Често срещана патологична структура е тази на семейство, в което родителите имат проблеми помежду си, които не могат да разрешат. За да намалят

напрежението те местят фокуса на тревогите върху детето, което го натоварва емоционално и го превръща в жертва.

Други често образувани структури са триангулациите и коалициите между членовете на семейството. Те са свързани с разпределението на властта и близостта и представляват по-значително обвързване между отделни членове на семейството, отколкото предполага статусът им или социалната им роля.

Друг вид често срещано нарушение в структурата е т.нар. обърната йерархия. По някаква причина статусът на детето в семейството става по-висок от този на единия или и на двамата родители и то придобива възможност да регулира съпружеските взаимоотношения от тази позиция.

Всички показани нарушения в структурата в крайна сметка водят до невъзможност на отделни членове на семейството да изпълняват функциите си, а от там и до дисфункционалност на системата като цяло.

Изводи: 1. Семейството е единна система, характеризираща се със собствена структура, функции и динамика; Това е динамична система, която се колебае между различни състояния имащи структурни различия по отношение на близост и йерархия.

2. С времето членовете на семейството изграждат устойчиви реакции и поведение, в отговор на често повтарящи се ситуации. Те се утвърждават като модели на взаимодействие и определят взаимовръзките в семейството. От тези модели и взаимовръзки в значителна степен зависи функционалността на семейството, здравето и развитието на отделните членове, тяхното субективно усещане за щастие.

3. Моделите и взаимовръзките се формират на базата на индивидуалния опит на всеки от партньорите и на качеството на комуникацията между тях.

Глава 2. Индивидуалните особености на партньорите и комуникацията между тях

Тези две понятия са в непрекъсната връзка помежду си. В комуникацията хората встъпват според своята индивидуалност, а от своя страна индивидуалността се изгражда и се развива на базата на комуникацията - най-напред със значимите близки, а после и със заобикалящата среда. В последствие, в партньорските си взаимоотношения хората се стремят да пресъздадат моделите на близост, които вече са изградили и познават. Посредством комуникацията партньорите изграждат нови стандарти на взаимодействие, приемливи и за двете страни. Тези стандарти на взаимодействие засягат освен

тях самите и техните семейства, и изграждат взаимовръзките между членовете на разширеното семейство. Търсенето и установяването на тези нови стандарти често е свързано с конфликти между двамата, в които се отразяват индивидуалните им различия. Често в конфликтите се намесват и други членове на семейството, което допълнително усложнява взаимодействието в двойката. Конфликтите или могат да бъдат изгладени, посредством подходяща комуникация, или се задълбочават и могат да доведат до раздяла на партньорите. Това разбиране за начина на формиране на взаимовръзките в семейството дава основание да се разгледат по-подробно както индивидуалните особености на партньорите така и различните аспекти на комуникацията като процес. С оглед на това, че една от целите на дисертацията е да се изяснят причините за конфликти между партньорите в двойките са разгледани тези индивидуални особености, които имат отношение към дисфункционалната комуникация.

2.1. Индивидуалните когниции на партньорите като причина за дисфункции в семейството.

В дисертационния труд е представена типология на когнициите, които често са на повърхността на проблемните взаимоотношения. Специално внимание е

отделено на изкривяванията във възприятията, които могат да доведат до проблеми в общуването - избирателно внимание, предубеденост, очаквания, допускания, правила.

Предполага се, че перцепциите и заключенията на индивида се определят от сравнително стабилни основни „схеми“ или когнитивни структури. Освен схемите, които партньорите внасят във взаимоотношенията, всеки участник развива схема, специфична за актуалните взаимоотношения.

В резултат от продължителното взаимодействие между членовете на семейството индивидите често развиват съвместно издържани вярвания, които съставят семейната схема. До колкото семейната схема включва когнитивни изкривявания тя може да доведе до дисфункционални взаимодействия.

2.2. Същност на комуникацията. Аспекти и закономерности.

Комуникацията е процес, при който се обменя информация между две или повече страни. Тя е сложен процес на взаимодействие, на много нива, който се разбира ясно когато се вземат предвид всичките му аспекти - контекста, в който се развива, съдържанието,

което носи, начина, по който се кодират, декодират и предават съобщенията.

Моделите на комуникация представляват често повтарящи се начини за реакция на определено поведение от страна на друг участник или участници в комуникационния процес. Изучаването на тези модели показва, че те са устойчиви във времето и имат сложна, повтаряща се и структурирана природа.

Аспекти на комуникацията:

- Влияние на контекста
- Винаги съществуващо обратно влияние (от предаващия към получаващия и от получаващия към предаващия)
- Обратна връзка между участниците в процеса
- Склонност на участниците в процеса на комуникация да приписват смисъл на интеракциите, който е свързан със субективното им преживяване./Реакцията на получателя на съобщението се базира на неговата оценка за мотивите на другия, следователно на предположения за неговите мисли, чувства, цели или нагласи/.
- В комуникацията в семействата или двойките се оформят модели на поведение или реакции, за които

последователността в комуникацията не е от значение, заради действащата обратна връзка.

Възможни причини за нарушения в комуникацията са разгледани в параграф 2.2.1.

Част от тях са сложността и многомерността на процеса на комуникация, грешки при кодирането на съобщенията и съответно при превода (тълкуването им) от другия участник, неосъзнаването на невъзможността да не се общува, объркването в структурата на логическите нива на комуникация т.е. смесването на нивото съдържанието и нивото на взаимоотношението.

Като част от причините за нарушение във взаимоотношенията са разгледани два специални типа комуникация, често срещани като модели на общуване в двойките – т.нар. парадоксална комуникация. Това са феноменът на самоосъществяващото се пророчество и ситуацията на двойна връзка (double bind).

В параграф 2.3, „Най-често срещани, неадекватни модели на комуникация в двойките“ са описани стандартни, често срещани модели на комуникация, които водят до множество конфликти и стават причини за раздели в семействата. Сред тях са: острото начало на споровете между партньорите, критицизма, презрителното отношение, защитното поведение, емоционалното

оттегляне.Разгледани са различни стилове на общуване и възможните последствия и реакции от страна на партньорите на съветния стил.Направени са препратки към прагматичните аспекти на общуването, посредством които се обясняват закономерности в динамиката на взаимоотношението при наличието на съответни модели на комуникация.

Параграф 2.4.„Успешни стратегии за комуникация“ съдържа описание на използващи се в практиката подходи и техники за подобряване на комуникацията между партньорите.

Изводи:

1. Всеки от партньорите влиза в новото взаимоотношение със субективното си светоусещане и индивидуалните си особености.

2. Във всеки момент, съзнателно или не, всеки от тях отправя послания към другия.

3. Реакцията на партньора се формира на базата на субективното му възприятие на ситуацията, на тълкуването му на полученото послание и на общия контекст.

4. Реакцията на единия представлява послание за другия и основание за формиране на реакция от негова страна.

5. Честата повтаряемост на сходни послания и реакции води до формиране на устойчиви модели на поведение и взаимовръзки.

6. Изследването на структурата на семейната система (границы, йерархия, правила на общуване) на практика е изследване на взаимовръзките и комуникацията в семейството.

7. Начинът на комуникация е важен за успеха на връзката.

Глава 3. Емпирично изследване на влиянието на индивидуалните особености на партньорите и комуникацията между тях върху семейната връзка

3.1. Методическите основи на изследването.

За целта на изследването, в параграф 3.1.1 са изведени четири основни конструкта, изследването на връзката между които внася повече яснота в разбирането на конфликтите в партньорските взаимоотношения.

Първият конструкт е **удовлетвореността от връзката**. Той предствлява субективното усещане на всеки от партньорите за удовлетвореност от взаимоотношението си с другия. Това усещане е комплексно и е свързано със субективната преценка на партньора за това как семейството или двойката изпълнява своите функции и доколко са задоволени

потребностите му. Задоволяването на тези потребности се отразява на партньорите във фактори като физическо здраве, усещане за свобода, за спокойствие или напрегнатост, за полезност, за близост, умора или отпочиналост, усещане за заетост, тревожност и нервност. Чрез изследването на тези фактори се установява субективната удовлетвореност на партньорите от връзката, а също и нивата на тревожност и нервно-психично напрежение на двамата.

Вторият конструкт, който оказва пряко влияние върху партньорските взаимоотношения е **семейната адаптация**. Тя е част от семейната структура, която отразява правилата, по които семейството общува с външния свят и помежду си. Семейната адаптация показва и готовността на членовете на семейството и на системата като цяло да се променят, заедно с промените на средата. Тя може да бъде изследвана като се изследват външните и вътрешни граници, и йерархията на системата. Оценката за гъвкавост на границите и йерархията в системата се прави посредством установяване на това как са разпределени и се спазват семейните роли, има ли правила, които семейството е договорило и спазва, кой контролира системата, има ли изявен лидер. Третият конструкт е **емоционалната зависимост**. Тя представлява

неадекватна, прекомерна степен на близост, /или разединеност/между членовете на семейството. Степента на близостпоказва до колко отделните членове споделят емоциите и проблемите си и получават подкрепа и разбиране в семейството, както и в каква степен вземат решения самостоятелно или под влияние на други членове.

Емоционалната зависимост може да бъде изследвана посредством проследяване на фактори като време, което семейството прекарва заедно, наличие на общи интереси, общи приятели, отношение към приятелите на останалите членове на семейството, начин на вземане на решения.

Четвъртият важен за връзката конструкт са **комуникативните умения** на партньорите. Той представлява оценка на няколко групи базови умения: да се осъществява контакт с други хора; реакция на опити от страна на други хора да осъществят контакт; умение да се показват и приемат знаци на внимание; умение да се оказва и приема съчувствие и подкрепа; умение да се реагира на критика и на провокативно поведение; умение да се отправя към някого молба и да се реагира на чужда молба.

Комуникативните умения се оценяват чрез поставяне на въпроси за реакциите на изследваните лица в хипотетични житейски ситуации.

Проблемите във взаимоотношенията водят до повишена тревожност и натрупване на нервно-психично напрежение. В изследването е показано как са свързани напрежението и тревожността с описаните конструкти.

Изследването на взаимното влияние между описаните конструкти обяснява много от възникващите проблеми в отношенията на двойките и семействата. На тази база могат да се правят предположения за динамиката на възникване и установяване на устойчиви модели на поведение на партньорите, както и за тяхното осъзнаване.

3.1.2 Обект, предмет, цел и задачи на изследването.

Обект на изследването – хетеросексуални двойки или индивиди, живеещи в брак или на семейни начала, или са били обвързани в семейни или емоционални, партньорски взаимоотношения минимум пет години.

Предмет на изследването – фактори, които характеризират взаимовръзките, установени в семейството и оказват влияние върху качеството на взаимоотношенията – удовлетвореност от партньорското взаимоотношение, комуникативни умения на партньорите,

степен емоционална зависимост и адаптивност /семејна адаптация/, тревожност и нервно-психично напрежение.

Цел на изследването - Да се установи взаимното влияние между конструктите: удовлетвореност от партньорското взаимоотношение, комуникативни умения на партньорите, степен на емоционална зависимост и адаптивност /семејна адаптация/, тревожност и нервно-психично напрежение на партньорите. Да се покаже степента, в която тези конструкти се влияят един от друг. Да се изследва как удовлетвореността от връзката се влияе от комуникативните умения на партньорите и степента им на емоционална зависимост.

Задачи - Избиране на подходящи методики за изследване конструктите.

- Проверка на психометричните свойства на въпросниците по отношение на валидност и надеждност.

- Обработка и анализ на резултатите от изследването.

- Интерпретиране на резултатите.

- На базата на резултатите от изследването - предлагане на стратегии за подобряване, укрепване и стабилизиране на връзката като цяло.

3.1.3. Хипотези на изследването

На базата на теоретичния обзор в първа и втора и глава и формулираните по-горе конструкции са формулирани за проверка следните хипотези:

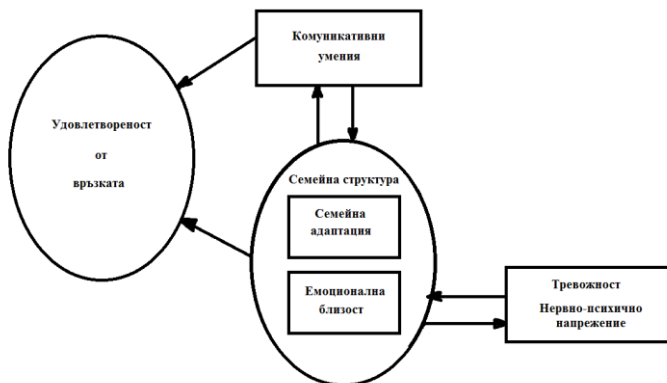
Хипотеза 1: Общата удовлетвореност от връзката се влияе от емоционалната зависимост на партньорите и от техните комуникативни умения.

Хипотеза 2: Развитието на комуникативните умения на партньорите повишава общата удовлетвореност от връзката.

Хипотеза 3: Степента на емоционална зависимост на партньорите е свързана с нивото на нервно-психичното напрежение на всеки от тях и нивото на тревожност. Колкото по-емоционално зависими са един от друг, толкова по-големи са напрежението и тревожността им (т.е. нарушението на семейната структура води до увеличаване на тревожността и напрежението на партньорите).

Хипотеза 4: Между комуникативните умения и семейната адаптация съществува взаимно влияние.

Допусканията за взаимовръзката между изследваните конструкции могат да се представят графично със следната схема:



Фиг. 3.1

3.1.4. Описание на извадката

Изследването е проведено сред хетеросексуални двойки и индивиди от различен пол и възраст, живеещи на територията на Република България. Всички изследвани лица живеят или са живели в брак, или в емоционални партньорски отношения минимум пет години. Изследваните лица, след получаване на необходимите инструкции са попълнили собственоръчно специално изготвени за настоящото изследване анкетни карти.

Статистическата обработка на резултатите е извършена с програмата за статистическа обработка на данни „R”, версия R 3.3.2. Резултатите са изведени чрез извършване на корелационен и регресионен анализ.

Извадката на изследването се състои от 180 изследвани лица, 81 от които са мъже и 99 – жени. (45% мъже и 55% жени). Те са на възраст между 25 и 55 години. Всички те са изследвани и по трите избрани методики.

3.1.5. Инструментариум

За целта на изследването са избрани следните методики за изследване на отделните конструкции:

1.Методика за установяване на общата удовлетвореност от брачната връзка (Ейдемилер).

2.Методика за установяване нивото на семейна адаптация и сплотеност (FACES-3, Олсън). За изследването е използвана версия, стандартизирана от Ейдемилер.

3.Методика за установяване на комуникативните умения на партньорите (Михелсон).

Първата методика представлява въпросник, който се състои от 12 айтема. Те се оценяват по 7 бална, Ликертова скала от 1 до 7, отговаряща на състоянията от много изразено до много малко изразено. Айтемите са групирани в три скали – удовлетвореност от връзката, нервно-психично напрежение и тревожност.

Методиката оценява субективното усещане на партньорите за удовлетвореност от връзката посредством преценката на редица показатели, по които може да се

съди за качеството на живота им. Чрез нея се установяват и субективните оценки на изследваните лица за степента на нервно-психичното напрежение и нивото на тревожност, които изпитват.

Методиката за изследване на семейната адаптация и сплотеност дава възможност да се изследва структурата на семейната система – нейните граници и йерархия.

Методиката представлява списък с утвърждения (от 1 до 20). Задачата на изследваното лице е да оцени всяко утвърждение по степента на неговата изразеност по петбална скала: почти никога – 1; рядко – 2; от време на време – 3; често – 4; почти винаги – 5. Утвържденията са групирани в две скали – семейна адаптация и емоционална зависимост.

Изследването на комуникативните умения е направено чрез въпросник, съдържащ 27 айтема. Всеки от тях представя житейска ситуация, чието решение е свързано с определено комуникативно умение. Изследваните избират този от четири възможни отговора, който описва най-точно тяхната реакция в описаната ситуация. Айтемите са групирани в десет скали, съответстващи на десет групи комуникативни умения - умение да се осъществява контакт с непознати; реакция на опити от страна на други хора да осъществят контакт ;

умение да се показват и приемат знаци на внимание; умение да се окаже съчувствие и подкрепа; умение да се приема съчувствие и подкрепа; умение да се реагира на справедлива критика; умение да се реагира на несправедлива критика; умение да се реагира на провокативно поведение; умение да се обърнеш към някого с молба; умение да се откаже на чужда молба. Изборът на конкретен вариант за реакция на конкретна ситуация насочва към определен тип комуникация – агресивен, зависим или компетентен.

Разпределенията на изследваните лица по всички скали са близки до нормалното разпределение.

3.2. Проверка на хипотезите и анализ на резултатите

3.2.1.Проверка на първата хипотеза

Чрез корелационен анализ е изследвано взаимното влияние между удовлетвореността от връзката и комуникативните умения и между удовлетвореността от връзката и емоционалната зависимост между партньорите.

	Удовлетвор.	Комуник.ум	Емоц.зав.
Удовлетвореност	1	,736	,481
Комуник.умения	,736	1	,322
Емоц.зависимост	,481	,322	1

Таблица 3.1.

Получените резултати показват, че съществува взаимно влияние между разглежданите параметри. Корелационният коефициент за взаимното влияние на удовлетвореността от връзката и комуникативните умения е ,736 (Табл. 3.5), което показва висока степен на взаимно влияние между изследваните конструкти. Корелацията е значима – коефициентът на значимост Sig. е ,000.

Регресионен анализ на взаимното влияние на удовлетвореността от връзката и комуникативните умения на партньорите:

Модел	Коефициент на корелация	Коеф. на детерминация	Кориг. коеф. на детерм.	Станд. грешка
	.758	.543	.540	3.682

Таблица 3.2.

Коефициентът ,481 (Табл.3.1.), отразяващ взаимното влияние на удовлетвореността и емоционалната зависимост показва, че между тях съществува средна степен на корелация.

Регресионен анализ на взаимното влияние на удовлетвореността от връзката и емоционалната зависимост на партньорите:

Модел	Коефициент на корелация	Коеф. на детерминация	Кориг. коеф. на детерм.	Станд. грешка
	.481	.208	.204	4.846

Таблица 3.3.

Тези резултати напълно потвърждават първата хипотеза, за зависимостта на удовлетвореността от връзката от емоционалната зависимост на партньорите и от техните комуникативни умения.

Емоционална зависимост на партньорите един от друг, а и от други значими близки е коментирана в първа глава. Когато е на лице емоционална зависимост се наблюдава размиване на междуличностните граници, обсебване на личността на другия, свръх контрол над ситуациите и поведението на партньора или собственото поведение и реакции, невъзможност да се отличат собствените потребности, липса на спонтанност. Обикновено емоционалната зависимост е свързана с усещане за дълг, необходимост или амбиция да се отговори на очакванията на другия; необходимост непрекъснато да се доказва правота или позиция; убеждение, че любовта и приемането трябва да се заслужат по точно определен начин. Непрекъснатото съблюдаване на някакви стандарти на поведение създава напрежение и тревожност у партньорите. Вследствие на това субективното усещане за удовлетвореност от връзката намалява.

Притежаването на базови комуникативни умения от различните групи, описани в точка 3.1.1. е предпоставка за разбирателство и лесно съвместно съжителство между

хората по принцип и в частност в емоционалните отношения.

Естеството на ежедневието и индивидуалните различия между партньорите предполагат често възникване на ситуации, в които мненията, желанията и интересите не съвпадат. Начините, по които тези различия се приемат или преодоляват постепенно се превръщат в стандартни, устойчиви модели на комуникация за двойката – неадекватни, водещи до дисфункционалност в следствие или печеливши стратегии, подпомагащи жизнеспособността на семейството.

Степента на емоционалната зависимост и комуникативните умения са предпоставка за преобладаването на негативни или позитивни емоции във взаимодействието между партньорите, което засилва субективното усещане съответно за удовлетвореност или неудовлетвореност от взаимоотношението.

За установяване степента на влияние на комуникацията и емоционалната зависимост върху удовлетвореността от връзката е направен и регресионен анализ на данните, от който се вижда, че почти 60% от удовлетвореността от връзката би могла да се обясни с комуникативните умения на партньорите и степента на емоционална свързаност между тях (таблица 3.4).

Модел	Коефициент на корелация	Коеф. на детерминация	Кориг. коеф. на детерм.	Станд. грешка
	.780	.609	.605	3.682

Таблица 3.4.

3.2.1. Проверка на втората хипотеза

Корелационният анализ от таблица 3.1. показва че между удовлетвореността от връзката и комуникативните умения на партньорите съществува взаимно влияние.

От регресионния анализ (таблица 3.2) се вижда, че знакът пред коефициента на регресия показва положителна връзка между двете променливи т.е. развитието на комуникативните умения води до повишаване на удовлетвореността. При това почти 54% от изменението на удовлетвореността може да се дължи на промяната в начина на комуникация.

3.2.3 Проверка на третата хипотеза

За проверка на третата хипотеза е направен корелационен анализ (таблица 3.5) за установяване на взаимното влияние на емоционалната зависимост, нервно-психичното напрежение и нивото на тревожност в отношенията на двойката. Получените коефициенти на корелация показват наличие на средна степен на взаимно влияние. Това потвърждава третата хипотеза на

изследването, касаеща връзката между три важни за взаимоотношенията параметъра: степента на емоционална свързаност (зависимост) на партньорите, нивото на нервно-психичното напрежение в семейството и нивото на тревожност. Колкото са по-емоционално зависими членовете на семейството, толкова по-големи са напрежението и тревожността т.е. потвърждава се предположението, че нарушението на семейната структура води до увеличаване на напрежението, а от там и до неудовлетвореност от връзката.

	Нервно напреж.	Емоц.зависимост	Тревожност
Нервно напреж.	1	.457	.395
Емоц.зависимост	.457	1	.378
Тревожност	.395	.378	1

Таблица 3.5.

Регресионен анализ на данните за емоционална зависимост и тревожност (Таблица 3.6):

Зависима променлива – тревожност, независима променлива – емоционална зависимост.

Модел	Коефициент на корелация	Коеф. на детерминация	Кориг. коеф. на детерм.	Станд. грешка
	.378	.121	.116	5.777

Таблица 3.6.

Емоционална зависимост е налице когато емоциите на индивида зависят от оценката на значими за него хора.

Той не е в състояние да се отдиференцира като автономен индивид със собствени потребности, значими лично за него и носещи му собствено удовлетворение. Това го принуждава да предприема действия и да взема решения, които често не го удовлетворяват; да поддържа взаимоотношения, в които не се чувства комфортно, но се чувства длъжен да го прави; да поддържа стандарт на поведение, което не му е присъщо. Това кара партньора непрекъснато да се съобразява с нещо или с някого, което е източник на напрежение за него. Ако успява – то е с цената на голямо напрежение, а ако пък не успее преживява тревогата от това, че разочарова близките си. Допълнително се явява и личното разочарование от неуспехите, а също и възможността да започне да гледа на себе си като неудачник.

Регресионният анализ на данните за емоционална зависимост и нервно-психично напрежение е представен в таблица 3.7. Независима променлива – емоционална зависимост, зависима променлива – нервно-психично напрежение.

Модел	Коефициент на корелация	Коеф. на детерминация	Кориг. коеф. на детерм.	Станд. грешка
	.457	.133	.128	3.5

Таблица 3.7.

3.2.4 Проверка на четвъртата хипотеза

Наличието на взаимно влияние между семейната адаптация и комуникативните умения на партньорите е потвърдено чрез корелационен и регресионен анализ.

Коефициентът ,418 на корелация между семейната адаптация и комуникативните умения на партньорите показва средна степен на взаимно влияние между изследваните променливи (таблица 3.8). Това доказва и четвъртата хипотеза за наличието на връзка между нарушенията на семейната структура и комуникативните умения.

	Семейна адаптация	Комуникативни умения
Семейна адаптация	1	.418
Комуникативни умения	.418	1

Таблица 3.8.

От направения регресионен анализ (табл. 3.9) се вижда, че коефициентът на детерминация е с положителен знак, което показва, че комуникацията влияе върху семейната адаптация. Следователно семейната структура може да бъде повлиявана посредством повишаване на комуникативните умения на партньорите.

Модел	Коеф.корелация	Коеф.детерминация	Кориг.коэф.	Стнд.грешка
	.418	.175	.170	7.846

Таблица 3.9.

При нарушена семейна адаптация са налице нарушения в структурата на семейната система и се наблюдава размиване или прекалена твърдост на границите между отделните подсистеми; размяна или смесване на различни социални роли; нарушаване на йерархията на семейната структура; нарушения в контакта на членовете на системата с външната среда. Всяко от тези нарушения може да бъде следствие от нарушение на взаимоотношенията между членовете на системата.

Нарушената комуникация между подсистемите или между отделните членове насочват към проблеми при разпределението на близостта. В следствие на това се възприемат и укрепват модели на общуване, при които търсенето и получаването на подкрепа са не от структурните звена, които би следвало да я предоставят, а от други, чиято роля в системата не предполага това. Укрепването на тези модели на комуникация постепенно води до изменение на структурата на семейната система. Друг вариант на нарушение на семейната адаптация е нарушението на йерархията на системата. Йерархията засяга разпределението на властта в семейството. От гледна точка на структурата нарушенията са обръщане на йерархията, въвличане на членовете на семейството в коалиции или триангулации, в търсене на

подкрепа. Участието в подобни структури е свързано с властта да се вземат решения и да се носи отговорност за случващото се в последствие. Лишаването от власт или неправомерното овластяване /по смисъла на социалната роля, в която е партньорът/ в много случаи е следствие от неадекватна комуникация с останалите в системата.

3.2.5 Изводи

1. Удовлетвореността от връзката е зависима от множество фактори, като много силно влияние върху нея оказва комуникацията между партньорите. Следователно за повишаване на удовлетвореността може да се работи чрез подобряване на комуникацията между двамата в двойката и комуникативните умения на всеки от тях.

2. Тревожността и нервно-психичното напрежение на двамата в двойката може да се дължат на нарушения на структурата на семейната система (граница, йерархия).

3.Нарушената семейна структура е знак за неадекватна комуникация, а комуникацията влияе върху удовлетвореността. Следователно нарушенията в семейната структура могат да доведат до неудовлетвореност от партньорството.

4. За успеха на връзката по-голямо значение има начинът на взаимодействие между партньорите, отколкото техните индивидуални особености.

5. Всички разглеждани фактори, повлияващи качеството на връзката си влияят взаимно, следователно промяна в който и да е от тях ще повлияе както на всички останали, така и на взаимоотношението като цяло. Това дава възможност при терапевтична интервенция да не се спазва задължително определена последователност, а да се започне от ниво, което е най-достъпно за работа в конкретния момент.

3.3 Насоки за бъдещи изследвания

Настоящото емпирично изследване показва връзката и взаимното влияние между основни фактори в живота на семействата и тяхното отражение върху качеството и функционалността на семейните отношения. Вижда се, че комуникативните умения обясняват голям процент от удовлетвореността или неудовлетвореността от връзката. За постигане на по-голяма дълбочина на изследването и яснота по този въпрос би могло да се изследва влиянието на комуникативните умения по групи. Например умението да се създават нови контакти, умението да се приема подкрепа или да се предлага подкрепа и т.н. Би могло да се работи в посока да се установи дали има групи комуникативни умения, които оказват по-голямо влияние върху общата удовлетвореност от връзката от други. Ако

се установи, че има такива - да се види коя, в каква степен влияе и да се подредят по приоритет. Подобни резултати биха дали възможност да се изграждат приоритетно конкретни комуникативни умения.

По същия начин може да се задълбочи изследването на влиянието на семейната структура и семейната адаптация върху общата удовлетвореност от връзката. Би могло да се детайлизира изследването в посока на това да се провери има ли определени нарушения на структурата, които с по-голяма тежест влияят върху успеха на връзката.

По отношение на семейната адаптация и граници може да се търси информация за това точно кои взаимоотношения в семейството най-много се отразяват на ригидността на системата (лидерството, липсата или прекалената строгост на правилата). Би могло да се потърси дали има разлика в адаптацията при прекалено размитите граници и при прекалено твърдите граници.

Би било интересно също да се направи изследване дали двамата партньори имат сходно чувство за удовлетвореност от връзката, дали оценяват по един и същи начин съвместния си опит.

Това, което може да се яви като сериозно ограничение е липсата на адаптирани методики за изследване на семейните взаимоотношения. Това насочва

и към възможност за бъдеща работа в посока създаване и апробиране на методики за изследване на взаимодействията в семейството.

Глава 4

Терапевтичен модел за преодоляване на конфликти и проблеми в семейството, на основата на подобряване на комуникацията и взаимоотношенията

Предлаганият терапевтичен модел представлява комбинация между системния и когнитивно-поведенческият подход във фамилната терапия. Работата по системния подход се налага заради доказаното влияние на средата за развитието и проявлението на индивидуалните качества на всеки човек. Възможността на всеки индивид за промяна и развитие може да бъде мощно подпомогната от гъвкава и балансирана семейна среда или напротив – дълбоко подтисната, ако средата е недружелюбна и ригидна. От своя страна индивидуалната промяна на един член на семейството постепенно може да доведе до промяна и развитие на цялата система. Моделът е насочен към преодоляването на конкретен проблем във взаимоотношенията или конкретен симптом на отделен индивид, на базата на промяна едновременно на цялостната структура на системата и на

индивидуалното поведение и реакции на отделните членове.

Прилагането на модела изисква изпълнението на следните стъпки:

4.1. Провеждане на първоначално интервю и изграждане на хипотези.

4.2. Диагностика на състоянието на системата (структура, динамика, функции, ресурс). Проверка на хипотезите.

4.3. Преформулиране на проблема или вероятните причини за симптоматиката.

4.4. Мероприятия за промяна на базовата структура (промяна от първи ред).

4.5. Мероприятия към уточняване на комуникацията между звената и между двамата в двойката.

4.6. Действия в посока промяната на индивидуалното поведение (промяна от втори ред) на партньорите или други членове на семейството.

4.1. Провеждането на интервюто и събирането на първоначална информация започва още с приемането на заявката. По този начин се преценя кои членове на семейството е добре да бъдат поканени на първата среща. При срещата продължава събирането на информация, сравняването на различните гледни точки върху проблема,

изработване на генограми, с цел по-ясното структуриране и онагледяване на информацията.

4.2. Изграждане на хипотези за възможните модели на мислене и поведение, станали причини за симптоматиката, която клиентите съобщават.

Прави се на базата на съществуващи изследвания и закономерности за връзката между определено поведение/мислене/ и конкретни, предвидими следствия от това. Вземат се предвид травматични събития или обстоятелства, биографиите на участниците в процеса и съответния контекст, в който събитията се развиват (или контекста, в който за първи път проблема се е изявил). Насочва се вниманието към определено взаимоотношение или обстоятелства. Взема се предвид възрастта на членовете на семейството, в кой период на развитие се намират, на какъв етап от развитието си се намира семейната система и какви промени са настъпили в живота на семейството, към които то е трябвало да се приспособи, какви стратегии са използвани за адаптиране към новите условия.

4.2.Диагностика на системата и успоредно с това проверка на хипотезите.

Установяването на състоянието, в което системата се намира в момента, в който семейството или негов член

търси помощ от терапевт може да стане по различни начини. Една от най-добрите възможности е опитен терапевт да наблюдава семейството директно и в хода на консултацията да се ориентира как е организирана семейната структура, как са установени границите и йерархията, до колко структурата е гъвкава и адаптивна. Следи се невербалната комуникация между членовете на семейството, начина и реда, в който сядат в кабинета, как се включват в дискутирането на проблема, какво описание дават на ситуацията, къде поставят локуса на контрола. Внимателното и подробно наблюдение на поведението и неговите последици е решаващо за разбирането на семейната динамика.

Освен прякото наблюдение могат да бъдат използвани въпросници, проверяващи удовлетвореността от връзката, сплотеност и адаптивност на семейството, диагностика на междуличностните отношения, арт-техники, синалактика, различни проективни методики и такива, ориентирани към процеса.

Друг важен аспект за изследване в тази фаза е оценката на мотивацията за промяна. Това е добър прогностичен белег за успеха на терапията.

Ако посредством наличната информация не може да се обясни разглеждания проблем и да се изградят

работни хипотези се прибъгва до разширяване на наблюдавания контекст.

3.1. Преформулиране на проблема. Обикновено семейството се обръща към терапевт по повод поведение или симптом, изявени от един негов член. Той се проявява (или се схваща от останалите) като носител на симптома (идентифициран пациент). Преформулирането представлява изместване на фокуса на внимание от идентифицирания пациент към взаимоотношенията в семейството и взаимодействието на системата с външния свят, формулиране на проблема на идентифицирания пациент в проблем на системата като цяло.

Наред с преформулирането се определят приоритетите за промяна, а също и възможни интервенции, които биха могли да облекчат проблемите.

Обсъждането на тези въпроси с клиентите дава възможност на терапевта да установи потенциални пречки пред терапията (като страхове от промяната) и да намери оптимални варианти, които биха намалили стреса. Преформулирането се извършва така, че да не оставя у членовете на системата усещане за вина за ситуацията, а по-скоро да дава идеята, че те са в състояние да помогнат, включвайки се осъзнато в процеса на работа.

2.4. Мероприятия за промяна на базовата структура

Промяната на базовата структура представлява промяна на определящи за системата характеристики като нейните граници, йерархия, правила. Промяна от този тип се постига трудно, с оглед на стремежа на системата да запази статуквото и страха от промените. Допълнително затруднява процеса и фактът, че констатираните нарушения в ординарната структура, възможните триангулации и коалиции са играли (до момента) известна роля на стабилизатори за системата и са използвани, макар и несъзнателно, за намаляване на напрежението на структурата като цяло.

За регулиране на външните граници може да се стимулират хората да променят средата около себе си, да се включват в обществено полезни дейности и мероприятия, доброволни организации. Да разширяват контактите си или обратно – ограничаване на част от контактите в зависимост от установената необходимост.

Укрепването на границите между подсистемите включва изясняване на ролите, задълженията и функциите на всеки член на семейството спрямо останалите, стимулиране на отделните подсистеми да създават собствени вътрешни взаимоотношения на подкрепа, подкрепа на авторитета на средното поколение като родители, ограничаване влиянието на възрастното

поколение. Предприемат се стъпки за разкриване и разрушаване на коалиции и триангулации между представители на различни поколения. /Могат да се използват директни предписания – размяна на отговорности, поети задължения/.

2.5. Мероприятия към уточняване на комуникацията между звената и между двамата в двойката

Използват се конкретни ситуации и случки, които семейството споделя за да се покаже как се получават грешките в комуникацията и как една и съща реалност може да се тълкува различно според индивидуалните възприятия на различните индивиди. Стимулират се мероприятия, насочени към по-добро познаване на партньора и на неговия вътрешен свят. Постепенно се въвежда метакомуникацията и се приучават участниците в общуването да държат сметка за посланията, които отправят към другите на метакомуникационното ниво. Двойката може да се стимулира да участва заедно в различни тренинги или да опитва да изгради собствени стратегии за преодоляване на грешките в общуването.

2.6. Действия в посока на промяна на индивидуалното поведение

Налагат се, защото дори при промяна на базовата структура на системата отделни нейни членове запазват

ригидни модели на поведение, затвърдени с времето и превърнати в защитни реакции на определени интеракции. Обръща се внимание на реакции и поведения, автоматизирани с времето и били адекватни на друг, неактуален вече контекст. Предписват се конкретни поведенчески техники за актуалната ситуация на членовете на семейството. Биха могли да се използват техники от различни подходи в терапията, стига да са подходящи за конкретната ситуация.

Когнитивно-поведенческият подход може да се прилага на всеки от изброените етапи на работа в зависимост от актуалната цел. Това би помогнало на членовете на семейството по-бързо да усвоят нови, по-адаптивни начини на поведение, по-адекватни на променения контекст.

По преценка на терапевта могат да се изтъкнат специфичните, неадаптивни поведенчески модели, които водят до дисфункционалните взаимоотношения.

Дори успешното прилагане на терапевтичния модел не гарантира установяване на удовлетворителна за партньорите връзка, защото на практика връзката е непрекъснат процес, който се развива във времето и поддържането му изисква адаптивност, гъвкавост и готовност за личностова промяна и развитие.

Успехът на терапевтичната намеса се измерва по това как семейството се научава да се адаптира към житейските обстоятелства самостоятелно, като при това се удовлетворяват потребностите и се осигуряват условия за развитие на неговите членове.

Предимствата на представения терапевтичен модел са заложи в интегративния подход към семейството и неговите членове, и същевременно зачитането на индивидуалните особености и потребности на всеки един. Моделът е насочен е към подобряване на средата за проявление и развитие на отделните индивиди, част от която неизбежно е семейството. Емоционално близката, подкрепяща и приемаща среда за проявление е най-сериозната предпоставка за изграждане и развитие на здрави и успешни личности.

Приноси

1. На базата на обзор на литературни източници е направен анализ на структурата на семейната система и са изведени някои фундаментални причини за конфликтите и разделите в двойките. Те засягат метанивото на комуникация, (нивото на взаимоотношението) и стоят в основата на всички „видими“ причини за разводите (финансови причини, зависимости, агресия, несходство в характерите), но често не се осъзнават от партньорите.

2. Изведени са конструкти, изследването на взаимното влияние на които внася яснота върху моделите на взаимодействие между партньорите в двойката, причините за тяхното възникване и устойчивост и влиянието им върху емоционалните отношения.

3. Проведено е комбинирано емпирично изследване на взаимното влияние на изведените конструкти. Показано е по какъв начин удовлетвореността от партньорството зависи от базовата структура на семейната система и комуникацията в семейството.

Чрез анализа на резултатите от изследването е показана връзката между структурата на семейната система и нейната динамика.

4. Описани са успешни стратегии за подобряване на комуникацията между партньорите и укрепване на връзката, включващи както промени на базовата структура на семейството, така и поведенчески техники, водещи до функционални промени в поведението.

5. Предложен е терапевтичен модел за подобряване на взаимоотношенията в семейството на базата на подобряване на семейната структура и комуникацията между членовете. Моделът очертава основни пунктове и последователност при работата със семейства, съобразени с принципите и закономерностите в семейната динамика.

В същото време той оставя пространство на ползващият го за индивидуален, творчески подход, креативни решения и гъвкавост при прилагането му към всеки отделен случай. Дава и голяма свобода при избора на конкретни техники за работа.

Дисертационният труд би могъл да представлява интерес за обучаващи се в областта на психологията и социалните дейности, за практикуващи психолози и терапевти от различни направления, за работещи в социални домове, училища и детски заведения, за неправителствени организации с фокус върху проблемите на децата и семейството, за медицински работници, за неспециалисти, проявяващи интерес към темата.

Заклучение

Стъпвайки на разбирането на системния подход за семейството, като жива система, в непрекъснат процес на развитие, настоящият дисертационен труд очертава някои от дълбоките причини, водещи до конфликти в семейството, а от там и до разпадането му. Емпиричното изследване доказва ролята на комуникацията и структурата на семейството за неговата стабилност и функционалност. Вижда се, че индивидуалността на партньорите и техният минал опит оказват съществено влияние върху начина на взаимодействие, но в същото

време решаващо за успеха на връзката е осъзнаването на себе си като участник и създаващ това взаимодействие, а не като потерпевш. Определящо за стабилността на отношенията е съзнателното решение на двойката да търси форми и начини за креативно решение на проблемите, които нормативно присъстват в съвместния живот.

Във всеки момент поведението на всеки от партньорите е съчетание от много фактори – неговата самооценка, физическото му състояние, взаимодействието с другите, неговото място във времето, пространството и конкретната ситуация. Всички аспекти на семейството – самооценката, комуникациите, системата и правилата се поддават на промяна по всяко време. Успешните промени в тези аспекти са плод на съзнателен избор от страна на всеки член на семейството, на проява на решението му и желанието му за личностно израстване и развитие.

Организацията на съвременното общество предоставя сложен контекст за разгръщане на семейните взаимоотношения и поставя двойките пред сериозни предизвикателства. Непрекъснатото развитие на социалните процеси внася динамика, която не позволява да се правят генерални обобщения и окончателни изводи за това, кое би било правилно и адекватно във

взаимоотношенията и в поведението, валидни за всички. Това поставя съвременните изследователи и работещите в областта на фамилната терапия пред необходимостта непрекъснато да търсят нови, работещи модели и стратегии, съответстващи на актуалната ситуация и осигуряващи баланс между индивидуалните и социалните потребности.

Публикации

1.Тодорова Г.,Семейството като система, нормалнофункциониращи и дисфункционални семейства според структурния подход в системната терапия // Тринадесета международна научна конференция по психология, Университетско издателство ВСУ „Черноризец Храбър”, Варна, 2014

2. Тодорова Г., Влияние на комуникацията върху общата удовлетвореност от семейната връзка // Четиринадесета международна научна конференция по психология, Университетско издателство ВСУ „Черноризец Храбър”, Варна, 2015

3.Тодорова Г., Терапевтичен модел за оценка и подобряване на комуникацията в семейството // Четиринадесета международна научна конференция по психология, Университетско издателство ВСУ „Черноризец Храбър”, Варна, 2015

4.Тодорова Г., Взаимно влияние между структурата на семейството и нервно-психичното напрежение и тревожността // Годишник на ВСУ „Черноризец Храбър”, Варна, 2015