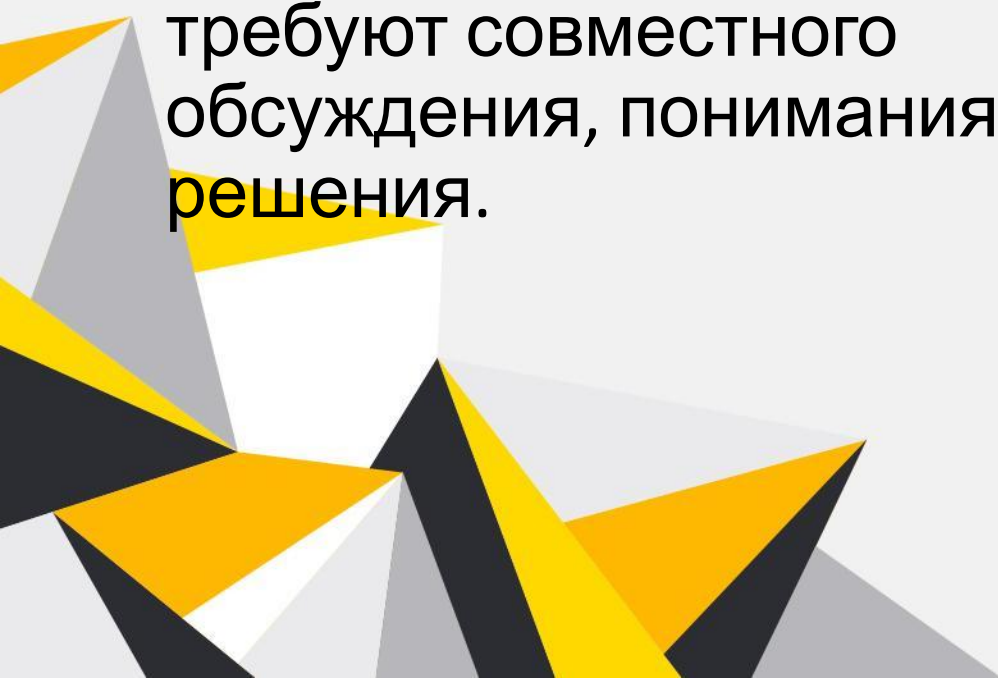


Особенности общения в супружеской паре.

Подготовила: Шаркевич Ксения



Именно в процессе общения определяется положение каждого из супругов в семье, только оно дает возможность проявиться одной из важнейших супружеских ролей — психотерапевтической. Любые внутрисемейные события требуют совместного обсуждения, понимания и решения.

Общение в семье протекает по определенным правилам, достаточно специфичным и обычно не осознаваемым супругами, во всяком случае, полностью. Правила определяют то, о чем партнеры говорят друг с другом, какие темы являются запретными, кто первый обращается к другому, кто чаще просит, а кто приказывает и т.д. Эти особенности межличностного общения обычно формируются в первый год совместной жизни и в дальнейшем с трудом поддаются изменениям и коррекции. Так, по некоторым данным, стиль общения супругов друг с другом в паре — характеристика даже более стабильная, чем индивидуальный стиль общения каждого из них

Для того чтобы внутрисемейное общение можно было назвать успешным, оно должно отвечать целому ряду требований. Американский психотерапевт П. Вацлавик, уделяющий много внимания проблеме внутрисемейного общения,

формулирует следующие условия успешности межличностного общения супругов:

- - *открытость*, т.е. отсутствие чего-либо, что супруги но каким-либо принципиальным соображениям утаивают друг от друга. (Сюда можно добавить безболезненное обсуждение различных тем. — *Примеч. авт.*)
- - *подтверждение самооценок друг друга в ходе общения*, т.е. межличностное общение в семье должно способствовать формированию более позитивного представления о себе у каждого из партнеров;
- - *активный трансактный обмен*, т.е. постоянное интенсивное обсуждение друг с другом того, что каждый думает и чувствует;
- - *ситуативная адекватность* — это значит, что супружеское общение должно иметь множество различных форм, но при этом то, как именно будут общаться супруги в данный момент, должно определяться конкретной ситуацией





К выделенным Вацлавиком условиям успешности общения супругов можно также добавить следующие характеристики общения, выявленные в благополучных парах:

- - *интимность* — значимость и глубина обсуждаемых тем;
- — *высокий уровень эмпатии у супругов* — умение чувствовать скрытый смысл высказывания, понимание невербальных аспектов коммуникации;
- — *доверие супругов друг другу и ожидание взаимного доверия*;
- — *конструктивность* — умение не одерживать победы, а находить взаимоприемлемые решения;
- — *рефлексивность* — в процессе общения супруги должны хорошо осознавать истинные чувства и переживания, которые сами по себе являются ценностью. При этом следует стараться избегать ярлыков и оценочных суждений в адрес друг друга.

Нарушения общения в супружеской паре может быть связано с различными факторами.

- — *факторы, дисквалифицирующие высказывания другого:* противоречия, неоконченные фразы или намеки, манерность при их произнесении, неполные предложения, приписывание партнеру мыслей и чувств и т.д.;
- — *утаивание некоторых важных сведений,* которые мешают проявлению взаимного доверия и искренности в паре;
- — *смешение причины и следствия,* которые возникают в ситуации, когда, например, супруги решили выяснить, кто из них первый начал ссору;
- — *наличие у супругов ригидных идеалов* по поводу того, что каждый из них должен говорить или делать;
- — *уверенность в том, что люди в своем поведении и высказываниях должны быть абсолютно логичны,* и поиски этой логики;
- — *постоянный анализ того, кто прав и кто виноват* в различных межличностных ситуациях.