системообразующие связи

Системообразующие связи любых форм отношений (в том числе и супружеских) представлены двумя категориями психологических феноменов: потребностями и межличностной коммуникацией. Первые, согласно представленному выше определению брака, являются психологической основой супружеских взаимоотношений. Общение же традиционно рассматривается как способ реализации актуальных отношений.

Таким образом, одним из важнейших факторов, способствующих успешности брака является продуктивная супружеская коммуникация. Опираясь на этот тезис, мы задались целью выявить те особенности супружеской коммуникации, которые способствуют успешной организации брачных отношений. К настоящему моменту мы располагаем данными теоретического анализа относительно интересующего нас вопроса. Перечень параметров продуктивной супружеской коммуникации приводится ниже.

К таким параметрам чаще всего относят глубину самораскрытия партнеров, точность невербальной коммуникации, наличие у супругов общих символов, общность ожиданий, частоту успешного общения в паре, сходство восприятия супружеских ролей, взаимопонимание и эмпатию в общении.

Анализ специальной литературы позволил нам теоретически выявить и ряд реже упоминаемых особенностей. Сюда входят доверие друг к другу без опасений взаимного неприятия и осуждения; сходство в отношениях к окружающему миру, людям; существование семейных обрядов, традиций; частые душевные разговоры; частая демонстрация схождения в понимании семейных ролей, ролевых ожиданий, повседневных функций, обязанностей; безоценочное взаимное принятие друг друга; высокий уровень сочувствия, сопереживания; проявления поддержки друг друга в трудных ситуациях.

Продуктивность супружеской коммуникации может быть проанализирована и с позиции проблемы супружеских конфликтов. Как известно, есть только один способ разрешения семейных проблем, конфликтных ситуаций, избавления от обиды – это общение супругов, умение разговаривать друг с другом и слышать друг друга. За затяжным, неразрешенным конфликтом, ссорой, как правило, скрывается неумение общаться, игнорирование «правил честной игры». Список этих правил прост. Для того, чтобы общение в браке было конструктивным, не нужно обвинять, требовать, насмехаться, господствовать, выражать обиду, прибегать к примерам из прошлого и неопределённым обобщениям, быть педантичным и повторять одно и то же. Отдельного упоминания заслуживает владение супругами рядом психотехник, таких как техники приемлемости различий, эффективного слушания, регулирования эмоционального напряжения, конструктивной ссоры и пр.

Обобщая данный материал, можно сделать вывод о том, что теоретически выявленная совокупность особенностей успешной супружеской коммуникации крайне велика и разнообразна. Соответствовать всем выявленным параметрам в реальной жизни практически невозможно. Однако, логично предположить, что среди всего этого многообразия наибольшим «весом» обладает ограниченное количество коммуникативных характеристик. Наши дальнейшие планы сводятся к тому, чтобы эмпирически выделить таковые.