

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ КАЗАХСТАНСКОЙ СЕМЬИ

ПОНИМАНИЕ СУПРУЖЕСТВА

ГЛАВНЫЕ
СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

РЕЦЕПТЫ
СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ
В СЕМЬЕ

ОПЫТ
СЧАСТЛИВЫХ СЕМЕЙ

СОВЕТЫ
МОЛОДЫМ ПАРАМ



Ónege



УДК 37.0
ББК 74.90
А 67

Рекомендовано

Общественным фондом Центр комплексной поддержки семьи «Семейная академия»

Проект реализован в рамках государственного гранта НАО «Центр поддержки гражданских инициатив» Министерства информации и общественного развития РК.

Рецензент: Нуркатова Л.Т., доктор социологических наук, профессор, член-корреспондент НАН РК, директор Национального ресурсного центра по социальной работе.

А67 Алимбекова Г., Шабденова А., Ткаченко Н., Ценностные ориентиры казахстанской семьи. Понимание супружества. – Алматы, 2019. – 76 с.

ISBN 978-9965-28-527-3

В книге авторы попытались разобраться и понять, какие ценностные ориентиры сплачивают наш народ, раскрыть такие важные понятия, как главные семейные ценности и что такое счастливая семья в понимании женщин и мужчин. Исходя из опыта различных семей в книге даются советы о том, как сохранить счастливые семейные отношения на долгие годы, приводятся примеры из жизни реальных семей и их рекомендации. Книга рекомендована широкому кругу читателей.

Книга подготовлена Алимбековой Г. Т. (кандидат социологических наук, сертифицированный коуч EURO COACH School, директор ЦИОМ), Шабденовой А. Б., (ст. преподаватель Кафедры социологии и социальной работы КазНУ имени Аль-Фараби, зам. директора ЦИОМ), Ткаченко Н.М., (семейный психолог, бизнес-тренер) на основе результатов исследования – опроса семейных пар в 9 регионах Казахстана, проведенного Центром изучения общественного мнения (ЦИОМ).

Публикуется при поддержке государственного гранта НАО «Центр поддержки гражданских инициатив» Министерства информации и общественного развития РК.

ОФ «Центр комплексной поддержки семьи «Семейная академия» несет ответственность за содержание публикации, которое не обязательно отражает позицию НАО «Центр поддержки гражданских инициатив». Точка зрения авторов, отраженная в настоящем сборнике, может не совпадать с точкой зрения НАО «Центр поддержки гражданских инициатив».

ISBN 978-9965-28-527-3

УДК 37.0
ББК 74.90

© ОФ «Семейная академия», 2019
© Алимбекова Г., Шабденова А.,
Ткаченко Н., 2019



Ónege

СОДЕРЖАНИЕ



| | |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 4 |
| Глава I | |
| ГЛАВНЫЕ СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ КАЗАХСТАНЦЕВ | 9 |
| Дети | 11 |
| Традиционный уклад жизни | 15 |
| Родители и родственники | 21 |
| Глава II | |
| РЕЦЕПТЫ СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ | 25 |
| Взаимопонимание и доверие | 27 |
| Поддержка и дружба | 29 |
| Уважение | 31 |
| Любовь | 33 |
| Здоровье | 35 |
| Достаток и свой дом | 37 |
| Досуг и развитие | 39 |
| Глава III | |
| ВЗАИМООТНОШЕНИЯ В КАЗАХСТАНСКОЙ СЕМЬЕ | 42 |
| Взаимоотношения внутри семьи. | |
| Рольевые позиции супругов | 44 |
| Воспитание детей | 48 |
| Внутрисемейные конфликты | 50 |
| Конфликт поколений | 53 |
| Глава IV | |
| ОПЫТ СЧАСТЛИВЫХ СЕМЕЙ. | |
| СОВЕТЫ МОЛОДЫМ ПАРАМ | 55 |
| Создание пары. Как выбрать супруга (-у)? | 57 |
| Какие качества развивать в себе? | 61 |
| Идти ли на уступки? | 62 |
| Как сохранить интерес друг к другу? | 63 |
| Что делает нас счастливыми в семейных отношениях? | 65 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 72 |
| Используемые источники и литература | 74 |



Ónege

ВВЕДЕНИЕ



Как огромна наша страна! Какие просторы! Как много у нас проживает людей разных национальностей! Мы живем на бескрайних степных просторах и в тесных городах; в юртах, развернутых руками кочевников, и домах, построенных руками строителей. Кто-то укладывает детей спать в колыбель поближе к земле, а у кого-то – кровать под крышей высотки. Мы с утра бежим на учебу, чтобы получить образование, на работу, чтобы реализовать свои способности и заработать денег, или на ближайший терренкур, чтобы сохранить себя в хорошей физической форме. И все мы в течение дня что-то делаем – производим необходимые людям вещи, готовим еду, шьем одежду, лечим больных, принимаем решения, решаем насущные задачи, учим других, учимся сами и еще много-много всего, что необходимо нам, людям!





**И к вечеру, наступает время,
которое объединяет
практически всех нас, —
это время ежедневного
возвращения домой.
Это время, когда все, кто
в течение дня был занят
важными делами, стремятся
к своей пристани, где есть
очаг, пусть даже
символический, где нас ждут
наши близкие —
мамы и папы, бабушки
и дедушки, братья и сестры,
жены и мужа.
И наши дети.**

И к вечеру, наступает время, которое объединяет практически всех нас – это время ежедневного возвращения домой. Это время когда все, кто в течение дня был занят важными делами, стремятся к своей пристани, где есть очаг, пусть даже символический, где нас ждут наши близкие – мамы и папы, бабушки и дедушки, братья и сестры, жены и мужа. И наши дети.

Какой бы интересной не была работа, какой бы увлекательной не была учеба, как здорово не было бы рядом с друзьями – мы стремимся домой, к близким. Чем мы так похожи, что независимо от уровня образования, наличия разных статусов, принадлежности к разным культурам мы создаем семьи, в которых тепло и комфортно? Что нас объединяет и дает возможность понимать друг друга? Ответ на этот вопрос уже давно дали философы – людей объединяют **общие ценности**. Культурные, духовные, социальные ценности обуславливают значимость, важность тех или иных явлений, предметов, событий, сопровождающих жизнь человека. Ценности имеют уровень **потребностей** и определяют **мотивацию** поступков людей.

В рамках проекта «ÓNEGE», мы попробуем разобраться и понять, какие ценностные ориентиры сплавляют наш народ и дают возможность сохранить традиционные семьи, в которых растут талантливые, красивые и жизнерадостные дети.

Наши специалисты из проекта «ÓNEGE» взяли интервью у 90 семей в 9 городах Казахстана, от Туркестана и Кызылорды до Петропавловска и Павлодара



Мы задали супругам по 20 блоков вопросов, для понимания их видения семьи и семейных ценностей:

Ценности счастливых, успешных семей, подскажут, какие качества необходимо развивать у молодых людей, на какие потребности ориентироваться и какие традиции возрождать и сохранять, чтобы семья по-прежнему оставалась для людей самой желанной пристанью в современном беспокойном мире.

1. Какой вы видите счастливую семью?
2. Что нужно делать, чтобы быть хорошим мужем/женой? Какие качества являются наиболее важными в семейных отношениях?
3. Что в вашей семье считается самым важным: совместное времяпрепровождение, дети, любовь, зарабатывание денег, порядок в доме и т.п.?
4. Назовите ваши основные права и обязанности как супруги (-а)? Как вы распределяете домашние дела? На ком в вашей семье, как правило, лежат заботы о воспитании ребенка (детей), а кто зарабатывает деньги?
5. Что, чаще всего, является причиной конфликтов в семье? Как вы реагируете на конфликты и неудачи? Какие способы разрешения конфликтов в вашей семье?
6. Какие есть способы для укрепления хороших отношений и взаимопонимания в вашей семье?
7. Как вы проводите свой досуг? Как можно оптимизировать свое время, чтобы его хватало и на развлечения, и на отдых?
8. Существует ли в вашем доме семейный совет? Насколько важен и ценен взгляд каждого из членов семьи?
9. Как сохранять хорошие отношения с родителями супругов? Как помочь супругу/супруге выстроить отношения с вашей семьей?
10. Какое воздействие оказывает на вашу пару окружение? Какие традиции, обычаи объединяют вашу семью?
11. Насколько важны для вас родственные узы? Как вы поддерживаете отношения с родственниками?
12. Как вы планируете семейный бюджет? Кто в семье этим занимается? Как на ваш взгляд наиболее эффективно управлять семейными финансами?
13. С какого рода трудностями сталкивается ваша семья, и как вы решаете сложные ситуации? Рассказываете ли вы друг другу о переживаниях, пережитых впечатлениях?

14. Ваш совет молодым людям. Как выбрать супруга (-у)? На какие качества нужно обращать внимание в первую очередь?
15. На какие уступки и условия нужно быть готовым в семейных отношениях?
16. Как не потерять интерес друг к другу через годы? Что нужно делать, чтобы этого добиться?
17. Как воспитать хороших детей? Назовите ваши основные права и обязанности родителя? Кем бы вы хотели видеть своего ребенка (детей) в будущем?
18. Какие ценности являются наиболее важные для вас в семье?
19. Что делает вас счастливым в семейных отношениях? Назовите пять причин, которые помогают сохранить теплые отношения в семье?
20. Что, по вашему мнению, необходимо для создания комфортных семейно-бытовых отношений и улучшения отношений в вашей семье?



Нам было интересно, как на эти вопросы ответят супруги, у которых первый брак, и как думают те, которые во втором браке. Ведь, имея первый неудачный опыт супружества, они, возможно, стали мудрее.

Особенно ценным, является то, что большинство наших супругов перешагнули 10-летний рубеж семейной жизни и имеют взрослых детей. У некоторых семей серьезный стаж – более 25 лет супружества. Это дает им право дать ответ на последний вопрос, который можно воспринимать как совет молодым.

Также важно отметить тот факт, что опрошенные семьи, как правило, имеют 2-х и более детей. В южном регионе республики, среди респондентов есть супруги, которые вырастили пятеро и семеро детей!

Разумеется, среди опрошенных есть люди самых разных специальностей и разного образования. Есть инженеры, рабочие, военнослужащие, предприниматели, госслужащие и домохозяйки. У всех свое видение счастливой семьи, свое понимание счастья и свой взгляд на воспитание детей. Но есть нечто, что их объединяет – это семейные ценности. Об этом наша книга.



Глава I

ГЛАВНЫЕ СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ КАЗАХСТАНЦЕВ

Для понимания уклада жизни современных казахстанских семей, вспомним, что такое семейные ценности. По определению – это совокупность представлений о семье, влияющая на выбор семейных целей, способов организации жизнедеятельности и взаимодействия. В семье ценности каждого отдельного человека складываются в систему, которая определяет способы совместного проживания и общения. У каждого человека свои ценности. Именно благодаря им, мы способны отличить плохое от хорошего, важное от второстепенного. Ценности задают направленность личности, которая определяет стиль нашей жизни и деятельности. В зависимости от ценностных ориентиров мы принимаем решения – не обязательно самые важные, но и повседневные – бытовые. Например, что для человека важнее – почитать книгу в свободное время или поиграть в Интернете? Те, для кого развитие или поиск нового, интересного, в приоритете – тот выберет книгу, а для кого важнее отдохнуть и получить удовольствие – игру.

В семейной жизни ценности каждого человека будут формировать модель поведения, определять цели и способы их достижения. В молодой супружеской паре, ценности совпадают крайне редко. Это может быть похожее отношение к некоторым вещам, которые и позволили молодым людям обратить внимание друг на друга. Например, интерес к активному образу жизни – походы, путешествия, спорт или любовь к искусству.

Создавая семью, молодым супругам необходимо найти точки соприкосновения своих ценностных ориентиров и, при необходимости, создать новые. Это серьезный труд, не все молодые пары с этим справляются, но если получится – то семья, со временем, будет спланиваться и развиваться.

Именно поэтому, нас интересовали семейные ценности, которые присутствуют у супругов со стажем. Что же позволило им создать и сохранить семью, вырастить и воспитать детей? Первый вопрос, который мы задали супругам, мужчинам и женщинам из разных регионов нашей республики: «Опишите, пожалуйста, ваш образ счастливой семьи». Ответы, которые мы получили, сначала нас удивили: настолько они были различны – короткие и развернутые, стандартные и неожиданные. По ответам можно было судить о том, как и в каких условиях, живут семьи, в чем их проблемы и радости.

Наш вопрос достиг цели – мы смогли понять, какие ценности сохраняют семью и что является самым важным в жизни. Ответы и рассуждения людей доказывают: мы, люди, которые готовы хранить и приумножать традиционный уклад жизни, растить детей и почитать родителей. Мы сохранили извечные духовные общечеловеческие ценности и сможем передать их своим детям.

Итак, что же является для нас самым важным в семье? Давайте разберемся, какие это ценности и почему они важны для нас, казахстанцев.

Если у отца
шесть сыновей,
то сердце его
покрыто золотом
счастья.

А если только
один ребенок,
то холодно
его сердцу
от одиночества.

Казахский акын
Актамберди

ДЕТИ

Счастливая семья, в понимании женщин и мужчин, невозможна без детей. Каждый человек независимо от возраста и статуса видит идеальную семью непременно с детьми. В каждом из регионов Казахстана, дети – это основная составляющая счастливой жизни. В семьях, как правило, не менее двух детей, но часто встречаются трое и более. В традиции казахского народа – семья с большим количеством детей. В сознании людей дети – это показатель благосостояния. Чем больше детей, тем выше благосостояние. В большой семье существовало разделение труда: каждый ребенок оказывал посильную помощь родителям. Кроме того, для родителей, дети – это уверенность в будущем, гарантия благополучной старости. Немаловажную роль играл тот факт, что большая семья имела больший авторитет среди соплеменников. То есть, для обладания влиянием и весом в обществе, необходимо было обзавестись большим количеством потомков.



Детей берегли и никогда не наказывали физически, даже подростков, которые, как известно, не склонны подчиняться родителям. У казахов дети всегда были ценностью, это не оспаривается. «Бала үйдің патшасы» – «Ребенок – царь семьи». В этой пословице отражается отношение к детям в казахских семьях. Поэтому «дети – наше все», является подкреплением еще одной семейной ценности – традиционному укладу жизни, который мы исследуем позже. В семьях русских, украинцев, корейцев и других

народов, тоже прослеживается особое отношение к подрастающему поколению. Для нас, казахстанцев любой национальности, детская тема понятна и близка. Несмотря на быстро меняющийся образ жизни, наши соотечественники, вступая в брак, всегда мечтают о большой семье.

В приоритете – забота о детях. Их здоровье и воспитание. Казахстанцы видят в этом смысл жизни. Хорошо ли это? Было бы удивительно ответить отрицательно – конечно, дети – самое главное! Если бы не одно обстоятельство: потребность и желание родителей опекать детей сохраняется на долгие годы, даже если дети уже стали взрослыми и имеют свои семьи! Может быть, мы зачастую отказываемся признать, что они уже выросли, стали взрослыми? И продолжаем видеть в них малышей, которые нуждаются в заботе? Не эта ли установка делает молодых людей инфантильными и отодвигает взросление на десяток лет? Зачастую можно наблюдать, как родители помогают своим взрослым детям материально, делясь с ними своей пенсией. Казалось бы, должно быть наоборот. Но сами дети не задумываются о возможных трудностях родителей и с удовольствием принимают помощь. Так проявляется в реальной жизни родительская установка – живем для детей!

Традиционный уклад определяет стиль семейной жизни, в котором дети – активные участники всех семейных событий. Действительно, редкий праздник в казахстанских семьях проходит без детей. На любом тое – свадьбе, юбилее или новоселье можно встретить много детей разного возраста. Гости приводят их с собой, тем самым приобщая к традиции – собирать на торжество всю большую семью, где старшие могут увидеть своих племянников и внуков, а дети познакомиться с родней. Еще одна особенность казахстанцев – уважение к старшим, которое поощряется и демонстрируется. Эту традицию соблюдают люди всех национальностей, проживающих в республике, и приучают этому детей с самого раннего возраста. Частое посещение бабушек и дедушек воспитывает в детях ответственность и заботу.

И все-таки, многое начинает меняться. Интересен тот факт, что современные молодые супруги, говорят о детях, не отдавая им главенствующей роли. Для молодых родителей ребенок – не царь (как в пословице), а равноправный член семьи: с ними советуются, спрашивают его мнение, привлекают к бытовым делам. Та-





Ónege

Марат и Гульдана в браке уже 13 лет, 3 детей. Старшей дочери 10 лет. Младшему сыну – 5. Рассказывает Гульдана:

– Когда мы собирались с Маратом пожениться, то мечтали о большой семье – о детях. Мне хотелось троих. А Марат из многодетной семьи, он говорил, что можно и больше!

Сейчас, когда младшему уже пять лет, я задумываюсь о четвертом ребенке. С детьми весело, но приходится преодолевать немало трудностей. Сейчас я еще не могу работать, ведь дети и муж требуют заботы и внимания, и Марату приходится брать дополнительную работу, чтобы заработать побольше. Мы сейчас серьезно задумались об образовании детей. Старшая дочка очень талантлива, и как было бы хорошо, чтобы она поступила в университет. У нее большое будущее! Да и младшим обязательно нужно получить высшее образование – они очень сообразительные!

Марат слушает жену с улыбкой и добавляет:

– Моя Гульдана все время беспокоится о будущем! А я думаю, что все будет хорошо, надо просто работать и любить детей. Я очень люблю своих. Мне нравится возиться с младшими или беседовать с дочкой. Чтобы дети выросли честными и достойными людьми не нужно их специально воспитывать. В народе говорят: «Сын растет, глядя на отца, а дочь – на мать». А еще говорят: «Отец – опора, мать – сердце». Нужно вести достойную жизнь и наши дети будут нас радовать!



кая тенденция, когда ребенок – член семьи со своими правами и обязанностями, все чаще встречается в наших семьях. Следует знать, что дети, выросшие в «демократической» обстановке, намного раньше становятся самостоятельными людьми – они уверены в себе и активны.

Уходит в прошлое давний казахский обычай передачи старшего ребенка в семью родителей отца. Этот обычай решал несколько задач: от помощи, в будущем, старшим родственникам до поддержки своих младших братьев и сестер. В современных семьях эта традиция не поддерживается. Отчасти, потому что супруги хотя бы сами воспитывать своего первенца, и отчасти, потому что зрелым людям бывает сложно подготовить ребенка к новым требованиям школы. К тому же, с появлением первого внука современные дедушки и бабушки еще ведут активный образ жизни – работают, делают карьеру или посвящают свое время любимым интересным занятиям.

Современное образование и новые ценности постепенно внедряются в традиционные семьи. Редко можно встретить три поколения семьи, проживающие в одном доме. Дети с раннего возраста посещают детские сады, вместо того, чтобы жить под присмотром бабушек и дедушек. Следует признать, что это не лучшим образом сказывается на всех членах семьи: родители непрестанно беспокоятся о малышах, о детях-школьниках. Тревожатся об их безопасности и здоровье. Позже – переживают по поводу дальнейшего образования и выбора будущей профессии.

Еще одна особенность казахстанских родителей – это потребность дать своим детям хорошее образование. Супруги начинают задумываться об этом, когда их дети еще маленькие. Многие откладывают деньги на «продвинутую» школу или престижный университет. Пользуются услугами репетиторов, для подготовки своих детей к поступлению. Часто берут денежные кредиты. Тщательно изучают возможности получения образования за рубежом и не считают с трудностями, если появляется такая возможность. Возможно, в скором будущем, в казахстанских семьях появится еще одна традиционная ценность – образование.

Таковы реалии современного общества. И все-таки, в ценностном ряду казахстанцев наши дети – самое главное.



ТРАДИЦИОННЫЙ УКЛАД ЖИЗНИ

Следует отметить, что городскую казахскую семью нельзя отнести ни к восточной, ни к западной семье... Современный Казахстан, являясь переплетением восточной и западной культур, имеет во взглядах своих семей элементы ментальности обеих культур.

М.П. Кабакова
Монография «Психологические
особенности казахской семьи»



Является ли традиционный уклад функционирования семьи, залогом счастливой жизни? Скорее – да. Ведь традиции складывались веками и исходили из целесообразности тех или иных обычаев, действий, ритуалов. Несмотря на то, что нынешняя молодежь получает светское образование, ведет современный образ жизни и стремится к европейскому укладу, традиции сохраняются. Часто мы наблюдаем, что, готовясь к важным семейным мероприятиям, старшие стремятся провести их, соблюдая обычаи. В первую очередь это относится к торжествам, связанным со знаковыми, особенными событиями, такими как рождение детей, свадьба, юбилейные даты.

Вообще семейные торжества – это площадка для демонстрации и передачи традиционных ритуалов. В казахских семьях после рождения детей сохраняются многочисленные обряды, например «азан шақырып ат қою» (имянаречение) или «сундет тойы» (обряд обрезания), на которые обязательно приглашаются родственники и друзья. Как правило, родители малыша устраивают той. Похожие риту-

алы существуют в традиционных мусульманских семьях – татар, уйгуров, узбеков. В семьях христиан – русских, украинцев, немцев, корейцев и некоторых других рождение ребенка сопровождается особыми ритуалами, такими как «крещение», после которого также устраивается застолье, на которое созываются родные и близкие люди.

Стало уже всеобщей традицией казахстанцев, ежегодно отмечать дни рождения членов семьи, юбилеи и особенные даты – все это способ собрать семью, посидеть вместе, за одним столом. Отдельная тема – это свадьбы! Нельзя сказать, что современники жестко следуют традиционным свадебным обычаям, этническую обрядовую свадьбу, наверно, уже не встретишь, но появились новые традиции – привнесенные из других культур, а чаще всего из советского прошлого. Это не плохо – новые ритуалы тоже имеют свой смысл, главное, веселая свадьба – это повод собрать родных и друзей.

Какой же смысл в традиции широкого застолья, которая присутствует у всех народов Казахстана? Прежде всего – гостеприимство, хлебосольство – желание никак можно лучше угостить и принять своих близких и друзей. Ведь именно этим характеризуется отношение людей друг к другу: дать другому все лучшее, что есть, порадовать, поддержать и вселить уверенность в то, что мы вместе. И самое главное – пообщаться. Поделиться новостями. «На других посмотреть и себя показать!». Это ли не характеристика современных казахстанцев? Общительность, терпимость, сочувствие, гостеприимство, поддержка близких и дальних родственников. Наши семьи объединяют совместные торжества, праздники, традиционные обеды в кругу родных.

А поводов собраться вместе у казахстанцев более чем достаточно! Государственные, светские и национальные праздники – их много! Но в республике существует удивительный феномен переплетения национальных культур в жизни семей. Совместное проживание более полутора веков представителей разных народов, предполагает проникновение в жизнь каждой диаспоры обычаев и традиций других национальностей. Так, весной казахстанцы совместно встречают любимый праздник Наурыз, который символизирует обновление природы. Корни этого праздника уходят далеко – в домусульманскую эпоху, но он до сих пор является одним из главных восточных национальных праздников! В этот день за один стол садятся представители всех национальностей Казахстана, такого не встретишь ни в какой другой стране.

Удивительным образом в жизнь казахов входит исполнение ежегодного обряда купания в ледяной проруби в православный праздник Крещения! Казалось бы, к этой традиции сложно приобщиться, ведь она требует проявления достаточных усилий. Однако с каждым годом все большее число казахов, мужчин и женщин, выполняют древний ритуал. Когда видишь такое проникновение культур в жизнь разных сообществ, то не возникает вопроса о разобщенности – ведь традиции – это то, что сплавливает людей.

Особо показательным является тот факт, что при совместном проживании, люди обмениваются не только ритуалами, но традиционными блюдами, которые являются национальными. Казахстанцы уже давно не задумываются о том что, например, бешпармак – это блюдо казахской национальной кухни – его любят представители всех национальностей и умеют готовить в каждой семье. Также, как и в каждой казахской могут приготовить русские пельмени. Нет смысла перечислять национальные блюда и продукты, которые едят в семьях – все переплелось и сме-



Óнеге

– У нас удивительная семья! Мы с мужем живем уже 30 лет! И все еще не перестаем узнавать друг друга и удивляться! А удивляться есть чему: я – украинка. Муж у меня, Руستم, казах по отцу. Свекровь – немка. Мой брат женился на русской, а сестра вышла замуж за уйгура! – рассказывает Оксана.

– Когда мы собираемся вместе, то всегда готовим свои национальные блюда. Попробовать можно все: бешпармак и казы, окрошку и борщ, колбаски и рульку, лагман и манты. Мы всему научились друг у друга!

Мы совсем не разделяем праздники по национальному признаку. Отмечаем вместе все! И Наурыз, и Пасху, и Новый год. Для наших детей все традиции переплелись, ведь мы – казахстанцы!



шалось. Главное, что стало единым среди всех народов Казахстана – это традиция застолья – когда на стол выставляется все самое лучшее, когда гость – это «посланник от Бога» и друг.

Традиции гостеприимства соблюдаются во всех казахстанских семьях, независимо от национальности и вероисповедания. Мы рады всем, кто заглянул в наш дом, и готовы поделиться самым лучшим! По словам этнографов, гостеприимство в казахской степи было жизненно необходимо: гость приносил новости, знания – происходил обмен информацией. Кроме того, гостеприимство – это своеобразный закон выживания в жизни кочевников. Сейчас, в эпоху интернета и всевозможных гаджетов, когда обмениваться информацией можно практически мгновенно, эта традиция помогает сохранить личностное общение между людьми.

Конечно, во многих семьях есть свои, особые традиции, которые родились в браке и, возможно, будут передаваться по наследству. Есть семьи, которые на праздники (например, в Наурыз), уезжают в другой город насладиться весенним цветением. Некоторые отмечают годовщину своей свадьбы, даже после 10 – 15

лет супружества – это ли не показатель счастливой семьи? Кто-то, ежегодно устраивает семейную фотосессию, а кто-то, собирает родных на встречу Нового года.

Традиционные семейные ценности разнятся в регионах. Так, в южном регионе республики счастливая семья – это, прежде всего, большая семья, где живут три поколения родных. А вот на севере страны счастливая семья – это муж, жена, ребенок – для северных областей семья, живущая отдельно от родителей, тоже традиция.

Как же проявляются в семьях традиционные установки? В первую очередь, это отношения между мужем и женой, между родителями мужа и невесткой. В казахских семьях традиционно главенствующая роль принадлежит супругу. Женщина демонстрирует уважение к мужу и чтит старших родственников. При этом, жене отводится роль хранительницы очага и помощницы мужа.

В прошлом будущую невестку (келін) выбирали родители и родственники будущего мужа. Они знали о том, что для счастливого брака и здорового потомства необходимо брать девушку из здоровой, порядочной и воспитанной семьи. Ведь на невестку ложилась ответственность не только по устройству



Қонақ келсе, құт келер.

Гость придет –
счастье в дом войдет

Казахская пословица



быта семьи, но и сохранения и приумножения авторитета мужа. Отголоски этой традиции присутствуют в современных семьях: старшие родственники принимают участие в выборе невесты для своего сына или внука. Мужчины, как правило, прислушиваются к советам старших.

Современный уклад жизни казахстанских семей сохраняет традиционные черты – обязанности и права супругов распределены также, как было век назад. Это подтверждается ответами на вопросы анкеты: «Согласно мнению большинства супругов, на жене – обязанности по дому: приготовление еды, наведение порядка, мытье посуды и полов, стирка и т.п., при этом жена часто работает. Обязанности мужа – финансовое обеспечение. Любопытно, что довольно часто звучит слово «поровну», это значит: мужчина выполняет свои обязанности, женщина – свои. При этом, если жена работает, муж может помогать ей по дому. О правах упомянули меньшинство опрошенных. Отмечается право быть счастливым, право на внимание, на специальность. Мужчины отмечают право на уют и необходимость быть накормленным, женщины на личные деньги, встречи с подругами»¹.

Данные, полученные в рамках научно-исследовательского проекта «Институт семьи как фактор стабильности казахстанского общества», также говорят в пользу сохранения традиционного уклада семьи: «Изменения гендерных представлений о семейной жизни, подтверждают ответы на вопрос: «Кто должен быть главой семьи – муж или жена, или это не имеет значения?». На первый взгляд, все остается по-прежнему: 50,9% опрошенных (611) продолжают считать главой семьи мужчину, в ключе патриархатных традиций, и только ничтожный процент – 1,7 (20) называют главой женщину. Но весьма обнадеживающим фактором можно считать, что 31% респондентов дали ответы согласно нормам эгалитарной семьи: муж и жена главенствуют на равных, а 11,5% идут еще дальше: в принятии решений должны участвовать и дети. Напомним, что речь пока идет о ценностных предпочтениях, а не о реальных семейных ситуациях. Но ценностные трансформации – первое условие назревающих перемен и причина уже происходящих изменений»².

¹ Отчет по результатам анкетирования в рамках проекта «ОНЕГЕ».

² Соловьева Г. Статья «Казахстанская семья – оплот общества и государства». Институт философии, политологии и религиоведения Комитета науки Министерства образования и науки РК, 2013.

В сложившихся семьях, муж и жена – равноправные члены семьи, но, следуя традиции, демонстрируют ролевые позиции. Женщины, зачастую, именно демонстрируют почтительное отношение к мужу. При этом сами умело планируют жизнь семьи, бюджет, принимают решения. Мужчины, по большей части, сосредоточены на материальном обеспечении своих семей, что дает им право считаться главой семьи. В семьях славян ситуация во много схожая с казахским укладом жизни. Мужчины считаются главными в семье, но женщины, несмотря ни на что, принимают решения! Такое поведение целесообразно и психологически обосновано, потому что помогает удовлетворить базовые потребности, присущие людям: мужчинам – потребность в уважении и признании, а женщинам – потребность в принадлежности к сообществу родных и близких людей – семье.

Почему же казахстанское общество, несмотря на стремление к интеграции с западной культурой, стремится к сохранению традиционного уклада жизни? Ответ на этот вопрос дает Майра Кабакова в своей монографии «Психологические особенности казахской семьи»: «В конце двадцатого века наиболее четко проявились отрицательные последствия модернизации. Поэтому традиционная дихотомия между «традиционным» и «современным» уступила место пониманию того, что чем сильнее разрушаются традиции и традиционные устои общества, тем больше степень дезорганизации и хаоса, а не утверждение современного образа жизни. Существует много примеров вполне успешной модернизации, предпринимаемой под традиционной культурно-смысловой оболочкой. Это означает, что устойчивое функционирование современного общества в большей степени зависит от наличия соответствующих традиций, от их успешного воспроизводства и включения в современную систему». Таким образом, казахстанские семьи, сохраняя традиционный уклад жизни, способствуют стабильности и миру в республике. Возможно, интуитивно, мы понимаем, что не прошедшие проверку временем отношения, стиль жизни и способы коммуникаций, не смогут сделать нашу жизнь счастливее.



Туғаныңмен
сыйыспасаң,
кең дүниеге
сыймассаң.

Кто с родней
в мире не живет,
в просторном
мире места не
найдет.

Казахская пословица

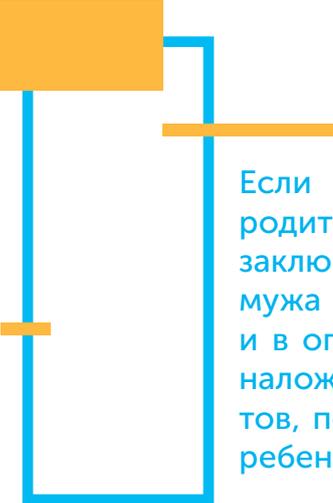
РОДИТЕЛИ И РОДСТВЕННИКИ

Традиции и обычаи, в первую очередь, определяют отношение к родственным связям и сказываются на общении с родными. При этом, существует и обратная связь – на восприятие и сохранение традиций в семьях казахстанцев влияют отношения с родственниками, в первую очередь, родительская семья.

Для нас, казахстанцев, поддержка отношений с родными – традиция, которая помогает сохранять семьи и воспитывать детей. При том, что взаимоотношения с родителями – вопрос непростой. Например, еще существуют отголоски традиционных отношений свекрови и невестки, когда молодая жена, придя в дом родителей мужа, находилась в зависимом положении и зачастую была перегружена

работой. Молодой жене предписывалось беспрекословно выполнять просьбы или приказы старших родственников, прежде всего – свекрови. Немногословие, услужливость, подчинение невестки поощрялись и считались добродетелью. Своим поведением почтение и уважение родным. Разумеется, молодая женщина достаточно быстро осваивалась в новой семье и привыкала к своему новому положению, тем более, что в родительской семье ее готовили к изменению статуса после замужества.





Если социальный статус девушки в семье родителей был достаточно высок, то после заключения брака статус женщины в семье мужа заметно понижался. Это выражается и в ограничении личной свободы женщины, наложении на нее ряда поведенческих запретов, по крайней мере, до рождения первого ребенка или до момента беременности.

Обычаи и традиции казахского народа

Часто свекрови молодых жен относились к ним с искренней теплотой и сочувствием. Помогали и проявляли дружелюбие. Но в сознании женщин закрепилось другое – строгость и требовательность. Поэтому зачастую отношения между свекровью и келин достаточно напряженные изначально. Хотя реальная ситуация может быть вполне терпимой или даже позитивной, молодые женщины воспринимая родителей своего мужа с предубеждением. Такое отношение откладывает отпечаток на общение в семье и может служить причиной напряжения в общении. Но как бы там ни было – большинство женщин старается выстраивать отношения с родными мужа, проявляя заботу и уважение. Это тоже дань древней традиции.

В современном обществе ситуации, когда от невестки требуют выполнения всех ритуалов, встречаются не часто, как правило, в отдаленной сельской местности, где эти обычаи сохранились и почитаются. В городах, традиционные отношения матери мужа и келин чаще становятся веселым сценарием для пьес и фильмов.

Современные родители супругов, стараются не только помогать своим детям и внукам, но стать им друзьями. Другое дело, что супруги, чаще – именно женщины, не готовы принимать помощь от родителей мужа. Вступая в брак, молодые люди, прежде всего, планируют отдельное проживание, убежденные в том, что жить лучше отдельно от родителей. А вот способ, чтобы разные поколения семьи чувствовали себя сопричастными друг другу – один: традиционные встречи! Именно так поступает большинство казахстанцев!

Интересен тот факт, что о сохранении близкого общения с родителями, больше тревожатся казахские мужчины! Наше исследование подтвердило – мужчины чаще вспоминали о почтении к родителям, о проявлении уважения к ним, о беспокойстве об их здоровье. Для них важно чувствовать любовь родителей! Выходит, мужчины более склонны к сохранению традиционных отношений в семье, основанных на почитании старших и родительской любви. При этом объяснимо отношение женщин, которые чаще стремятся жить отдельно от родителей, – для них семья



Ónege

Роза и ее муж Ерлан в браке уже более 25 лет. Вырастили троих детей. Они удивляются, как некоторые семьи могут прожить жизнь без помощи родных.



– Мы всегда на связи с моими сестрами и братом: а вдруг кому-нибудь понадобится помощь? Мало ли что может случиться. Когда я заболела, вся семья помогала – собрали деньги на операцию. А вот когда брат Ерлана решил строить дом, то все родственники помогли! И стройматериалы подвозили, и так, деньгами. И по выходным приезжали – строили.





мужа – дополнительный источник психологического напряжения, когда необходимо соответствовать ожиданиям старших: быть приветливой, хозяйственной, внимательной, не говорить о семейных неурядицах и не выражать недовольство. Для многих современных женщин это трудная задача.

В то же время сохранились семьи, в которых жены строго следуют традиционной модели поведения. Интересно рассуждение женщины, которая в браке более 12 лет: «...выйдя замуж, каждая женщина должна понимать, что остальная часть ее жизни пройдет в семье, в которую ее привела судьба, и члены этой семьи ее родственники, а родители мужа – главные почитаемые лица. Нас (казашек) этому учат с детства, например, в часто повторяемом выражении: «Ертен биреудин уйыне барасын, сол кезде олай истемп журме» говорится: Придет день, когда ты покинешь стены родного дома, и нельзя тебе ошибиться, поступить, как-нибудь некрасиво, не почтить старших, опозорив тем самым свой девичий род»³.

Поведение супругов в семье определяется воспитанием и родительскими установками, которые они получают в детстве и юности, наблюдая уклад жизни своих отцов и матерей. Дети в таких семьях обязательно будут следовать полученным установкам, передавая правила традиционной семьи своим детям.

Еще одна особенность казахстанцев – это глубокое участие в жизни своих родных. Интересы супругов не ограничиваются делами своей семьи: важно знать и участвовать в событиях родственников, близких и дальних. При этом женщины стараются сохранять и развивать отношения с представителями своей родной семьи – родителями, братьями и сестрами, тетями и дядями, племянниками. Они как бы сохраняют принадлежность к своей родительской семье. Зачастую родители взрослых женатых или замужних детей начинают считать себя членами их семей и полагают вполне возможным оказывать влияние на жизнь детей. Такое поведение всегда встречает сопротивление со стороны молодых супругов, но, как правило, их борьба не обречена на провал.

Среди родственников очень важна и приветствуется помощь, как материальная, так и социальная, психологическая. Для нас казахстанцев, мир не ограничен рамками собственной семьи и дома – он гораздо шире, в зависимости от количества наших родных!

Дети, традиционные взаимоотношения в семье, родители и родственники – вот главные составляющие семейного счастья, по мнению казахстанцев. Кроме того, эти семейные ценности, которые понятны всем, позволяют нам понимать друг друга, чувствовать сопричастность и единство. Главное – они позволяют нам сохранить самое важное для продолжения жизни – семью.

³ Отчет по результатам анкетирования в рамках проекта «ÖNEGE».



Глава II

РЕЦЕПТЫ СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ

Ради чего люди вступают в брак? Зачем создают семьи и рожают детей? В чем смысл совместного проживания? Банальные вопросы, которые часто задают молодые люди. Но приходит время любви и потребность в близости и доверии подталкивает их к созданию семьи. Только в семье можно ощутить взаимопонимание, уважение, полноценное родительство. Да и бытовая, и экономическая обустроенность не на последнем месте.

Как сделать семью счастливой? Какие рецепты счастливой жизни предложили наши супруги, мужчины и женщины, живущие в браке? Какие семейные ценности помогают нам сохранять семьи? Предлагаем рассмотреть эти рекомендации в порядке значимости для супругов, ответивших на вопросы анкеты.



ВЗАИМОПОНИМАНИЕ И ДОВЕРИЕ

— Верьте и доверяйте друг другу, тогда возникнет полное взаимопонимание!

Это первый рецепт счастливой семьи!

В первую очередь – это взаимопонимание и доверие. Действительно, это базовые ценности, способные сплотить семью. Об этом часто говорят супруги со стажем семейной жизни. Возможно, это те качества, которые сохраняют и укрепляют семьи. Взаимопонимание и доверие – вот составляющие счастья!

Но понимаем ли мы друг друга? Доверяем ли? Большинство пар знают, что эти ценности важны, но предлагают их в качестве пожеланий: «Должно быть взаимопонимание». Возможно, этого не хватает в семьях? Для начала важно разобраться: что такое взаимопонимание? В первую очередь – это способность и готовность людей слушать и слышать друг друга, идти навстречу, умение говорить с партнером на «одном языке». Это, по большому счету, наука, область знаний и навыков, которой необходимо учиться. Но нас не учат пониманию и общению, и супругам, чтобы сохранить семью, приходится как-то «выкручиваться».

Чаще всего супруги говорят о том, что им приходится «уступать друг другу», то есть они не ищут компромисс, не отстаивают свою точку зрения – они уступают, чтобы сохранить мир. Взаимопонимание ли это? Конечно – да. Это знание другого человека: зачем спорить, если по-своему партнёр прав? Если есть доверие и уважение? Такая тенденция, которая прослеживается в ответах супружеских пар, подтверждает гипотезу, что, может быть, настоящего взаимопонимания недостаточно, но любовь, принятие, понимание и терпимость помогают находить возможности для выстраивания общения и принятия совместных решений.

Супруги с солидным стажем совместной жизни (более 10 лет), уже хорошо узнали друг друга и выработали совместный взгляд на некоторые вещи и области жизни. Отвечая на вопросы нашей анкеты, большинство пар со стажем, отвечали совершенно одинаково!

В одном вопросе между супругами редко наблюдается взаимопонимание – это вопрос: «Как воспитать хороших детей?». Взгляд на воспитание – традиционно различный у мужчин и женщин. Каждый из супругов видение модели воспитания приносит из своей родительской семьи. При этом, мужчины делают акцент на строгость, а матери – на общение и ласку, но не исключают такое понятие, как требовательность. Разумеется, различны методы воспитания дополняют друг друга. Но иногда на этих разногласиях случаются конфликты – об этом тоже упоминают супруги.

Взаимопонимание в семье всегда опирается на доверие. Если в семье нет доверия или оно не является полным, семья не будет счастливой. Если один из супругов не доверяет другому, вряд ли в семье будет понимание и покой. В Свободной энциклопедии есть определение: «Доверие – это положительные взаимоотношения между людьми, позволяющие каждой из сторон быть уверенной в порядочности, открытости, доброжелательности и честности другой стороны, с которой она находится в тех или иных отношениях». Или: «доверие – это непоколебимая убежденность в чьей-то честности, порядочности, добросовестности и верности».

Доверие, как стекло, через которое мы смотрим на близкого человека. Если степень доверия высока, мы видим только то, что видим. Если стекло запотело или испачкалось, людям свойственно додумывать, фантазировать относительно того, что не видно. Так возникает недоверие, ревность, обвинения во лжи. О каком взаимопонимании тут говорить!

Каким образом можно сохранить стекло чистым, а отношения прозрачными? Об этом мы поговорим в следующей главе.

К счастью, несмотря на то, что тема недоверия между супругами популярна в литературе, фильмах или бытовых историях, на деле – все наоборот. Проводя наше исследование среди казахстанских семей, мы не обнаружили серьезных признаков недоверия супругов друг другу! Несколько чаще о недоверии к своим женам упоминали мужчины. Но женщины, похоже, доверяют своим мужьям и рассчитывают на понимание.

Выходит, что семьи, с которыми мы познакомились, можно назвать счастливыми. Ведь в них царят взаимопонимание и доверие! Все не так просто. Составляющих счастливой семьи намного больше!

Общаясь с Розой и Ерланом, их друзья часто шутят (по-доброму), что Ерлан «подкаблучник». Какое бы решение они ни принимали в семье – у Ерлана всегда один ответ:

– Как жена скажет. Я согласен со своей женой!

На шутки своих друзей он не обижается, но оправдывается:

– Что тут смешного? Я действительно с ней согласен. Я думаю так же, как она. И вкусы у нас одинаковые. Ей даже говорить ничего не надо – я чувствую, какое у нее настроение.



ПОДДЕРЖКА И ДРУЖБА

Поддерживайте друг друга
и станьте друзьями!

Это второй рецепт
счастливой семьи!

Для супругов очень значима поддержка. Это понятие включает помощь, содействие, моральную опору. Люди не всегда бывают сильны – случаются минуты слабости, болезни, неприятности и горя. В таких случаях мы всегда стремимся домой, к близким. Потому что именно в семье можно получить необходимую помощь и поддержку. Как бы ни помогали нам друзья или коллеги, только поддержка семьи дает силы и надежду.

В казахстанских семьях существует традиция поддерживать друг друга в сложных ситуациях. Не обязательно когда случаются неприятные события – поддержка важна при принятии решений супругами или детьми, при выборе профессии, смене работы. Семья – это развивающаяся система, которая прочно связана с социумом, на который она неизбежно реагирует. Часто нам необходима помощь, если случаются неприятности на работе или конфликты с другими людьми. Близкий человек способен посочувствовать, убедить в своей любви, оказать помощь.

Поддержка близких друг друга – не только на словах, но и делом, сплачивает семью, делает ее цельной, способной противостоять невзгодам. Это характеристика семьи не всегда достойно оценивается. Большинство людей воспринимают поддержку близких как нечто само собой разумеющееся, а на самом деле – это фундамент семьи, на котором она держится.

Именно поддерживая друг друга, члены семьи становятся друзьями. Мы привыкли употреблять слово дружба, характеризуя отношения с неродными людьми, с товарищами, а на самом деле настоящая дружба возможна только в семье: «Дружба – это личные бескорыстные взаимоотношения, основанные на общности интересов и увлечений, взаимном уважении, взаимопонимании и взаимопомощи; предполагает личную симпатию, привязанность и затрагивает наиболее интимные,



Тату үйдің тамағы тәтті.

В дружном доме
вся еда вкусная.

Казахская пословица



Рассказывает Иван, 42-летний инженер:

– В прошлом году мне предложили новую работу с хорошей оплатой. Кроме того – это отличный карьерный рост. Но была проблема: новая работа связана с длительными командировками. Я очень сомневался. Супруга, Оля, тоже не хотела, чтобы я уезжал. Она видела, как я переживал. Потом сказала мне: «Знаешь, мы справимся. Если тебе нравится эта работа – надо соглашаться. Это же не навсегда. Я привыкну, зато мы решим наши финансовые проблемы».

На выходные приехали дети – они учатся в университете в другом городе, и тоже поддержали меня. Пообещали: когда я буду в командировке, обязательно будут приезжать домой в выходные.

душевные стороны человеческой жизни; одно из лучших нравственных чувств человека»⁴.

Друг – это тот, кто всегда рядом, кто может разделить с другим и радость и трудности. Этим отличаются дружеские отношения от приятельских. Еще – это бескорыстные отношения. В семье не может быть принципа: «ты – мне, я – тебе». Супруги готовы ради друг друга пожертвовать своим благополучием. В счастливой семье дружат не только муж с женой. Дружба связывает всех: детей и родителей, близких и дальних родственников, возможно, у семьи есть верные друзья, которые не состоят в кровном родстве. Так или иначе, но для казахстанской семьи дружба – понятие, которое имеет глубокий смысл и практическую составляющую.

О дружбе чаще упоминают женщины, возможно, они глубже понимают смысл этого слова. Но, при этом для них дружба – это не только абстрактное желание, это, прежде всего, способ для укрепления семейных отношений.

⁴ Википедия – свободная энциклопедия.

УВАЖЕНИЕ

Уважайте друг друга
и демонстрируйте
уважительное отношение.

Это третий рецепт
счастливой семьи!

Обязательно уважение! Это слово часто звучит в ответах наших супругов на вопросы анкеты. Уважение к старшим – родителям и родственникам. Уважение друг к другу. Следует отметить, что в казахстанском обществе, это разные виды проявления чувств! Относительно старших уважение – это скорее, почтение, – то есть глубокое уважение, почитание, преклонение, признание заслуг. Демонстрация уважения старшим – это часть традиции, составляющая и характеризующая менталитет казахстанцев. Она прививается детям с самого раннего возраста и неукоснительно соблюдается.

Можно говорить о культе уважения к старшим в казахстанском обществе. На торжествах или в семейных буднях, старшим – почетное место и знаки особого внимания. К словам старших прислушивается молодежь, спрашивает у них совета. Дурным тоном считается перебить или недослушать старшего по возрасту. Во многих семьях молодые, отправляясь в дорогу, просят у старших напутствия.

В семьях наших супругов уважение к старшим присутствует во всех регионах республики, независимо от национальной принадлежности. Об этом помнят и мужчины и женщины. Эта традиция сохранена и, скорее всего, не будет забыта.

Другой вид уважения – это уважение друг к другу, к близким или друзьям. Как в наших семьях понимается уважение? Это вопрос остается открытым – в ответах, опрашиваемые супруги не расшифровали, каким образом они проявляют уважение. Иногда они говорили о том, что «прислушиваются друг к другу» – значит, ценят мнение партнера, это составляющая уважения.

Что такое уважение? В свободной энциклопедии есть такое определение: «Уважение – позиция одного человека по отношению к другому, признание достоинств личности. Уважение предписывает не причинять другому человеку вреда, ни физического, ни морального. Уважение – одно из важнейших требований этики. В моральном сознании общества уважение предполагает справедливость,



Кого уважают,
того и слушают.

Турецкая пословица

равенство прав, внимание к интересу другого человека, его убеждениям. Уважение предполагает свободу, доверие. Однако смысл этих качеств, из которых складывается уважение, определяется характером общества и принятыми парадигмами».

Если следовать этому определению, то в казахстанских семьях супруги равны в правах, соблюдают интересы друг друга и уважают убеждения и мнения партнеров. При этом, доверяют, не ущемляя свободу. Конечно, в ответах на вопросы анкеты слово «уважение» чаще звучало как пожелание: – надо уважать друг друга. Скорее всего, интуитивно чувствуя значимость этого чувства, люди стремятся на его основе выстроить общение в семье, друг с другом. Потому что именно уважение диктует норму и форму взаимоотношений между людьми. В семьях, где супруги могут общаться только на повышенных тонах, не может быть взаимопонимания, потому что это неуважительное общение. Неуважение друг к другу провоцирует обидные насмешки над партнером, упреки и обидную критику. И чем ближе люди друг к другу, чем доверительнее отношения, а именно так бывает в семье, тем обиднее неуважительное отношение.

Люди, каждый из нас, нуждаются в уважении – ведь признание – это одна из высших потребностей человека! Поэтому единственный способ сохранить уважение – это демонстрировать уважительное отношение к близким. И помнить, что уважение – это важнейшая семейная ценность!

ЛЮБОВЬ

Сочувствуйте друг другу, понимаете и берегите друг друга. Эти качества – составляющие любви. Преумножайте любовь!

Это четвертый рецепт счастливой семьи!

О самом главном чувстве, которое сплачивает семью, говорят не часто – возможно редкое упоминание о любви как составляющей брака, связано с тем, что подавляющее большинство наших опрашиваемых супругов, проживают вместе более 10 лет. Яркие эмоции уже угасли и на смену сильному чувству пришли более спокойные, но надежные – доверие, взаимопонимание, поддержка, уважение. В некоторых регионах республики практически никто из опрашиваемых супругов не вспомнил о любви. Возможно, это связано с тем, что там образ счастливой семьи строился на традиции преемственности поколений, сохранения обычаев и рождения детей. И все-таки без любви невозможно создание и функционирование семьи. И если пара живет вместе более десяти лет, скорее всего, она была создана в любви.

Потребность человека в любви неиссякаема. Мы постоянно нуждаемся в привязанности, в необходимости знания того, что мы кому-то нужны. Когда эта потребность перестает удовлетворяться, многие люди начинают поиск новой любви, новой привязанности. Поэтому, в нашем исследовании 50% пар, находятся во втором браке.

Что позволяет сохраниться любви в брачных отношениях? В первую очередь – это взаимопонимание и доверие. Именно те качества, которым супруги отдали приоритет в списке семейных ценностей, необходимых для счастья. Ведь любовь уходит, когда исчезает взаимопонимание. Это качество как синоним понятию любви в семье – нет понимания, значит, люди перестали общаться эмоционально. Эту закономерность можно рассматривать как рецепт сохранения любви: доверять и стараться понять другого – залог долгосрочных отношений.

Алмас и Сауле прожили вместе почти 18 лет. Трое детей уже скоро вступят во взрослую жизнь. Последние пять лет между супругами возникло отчуждение – они не интересуются делами друг друга, практически не разговаривают. Их общение ограничено только бытовыми делами и проблемами. Алмас решил: ушла любовь. Но расставаться не хочется, это много хлопот, выяснения отношений, да и перед детьми стыдно.

Сауле, понимая, что семья находится на грани распада, попыталась наладить отношения. Она поговорила с мужем: рассказала о своих чувствах, о том, что совсем не хочет расставания. Надо просто разбудить угасшие чувства.

Супруги договорились о том, что каждый день будут рассказывать друг другу о том, как прошел день, общаться и вместе ходить гулять, в кино или в гости.

Алмас пригласил Сауле в ресторан, где они вспомнили свою свадьбу, рождение детей. Мужчина вдруг отметил, что его жена по-прежнему красива и весела. Наверное, любовь просто уснула на диване. Вместе с ним.

Мужчины и женщины любят по-разному. Для женщин на первом месте всегда дети. Далее, для многих – родители и родственники, забота о них и только потом – любовь к мужу. Но если говорить о счастливой семье, то женщины всегда упоминают любовь в списке ценностей счастливого брака.

По результатам исследования Майры Кабаковой⁵, в списке семейных ценностей у мужчин – городских жителей на первом месте – любовь к супруге. Сельские жители эмоциональную сферу семейной жизни отодвинули в списке приоритетов, что объяснимо с точки зрения особенностей проживания – трудности, связанные с отсутствием надежного места работы, и неуверенность в завтрашнем дне, сказываются на эмоциональном состоянии. И все же пары объединяет любовь – любовь к детям.

Интересно, что в исследовании Г. Соловьевой и Е. Буровой⁶ «любовь, хотя и признается важнейшим фактором, в количественном отношении немного уступает финансам, жилью и здоровью. Видимо, экономические обстоятельства становятся тяжелым испытанием для любви». Но самое главное, что несмотря ни на что, основная причина, по которой люди вступают в брак, – это любовь!

⁵ Кабакова М.П. Психологические особенности казахской семьи: монография. – Алматы, Казак университеті, 2018.

⁶ Соловьева Г., Бурова Е. Казахская семья как базовая ценность общества: состояние и тенденции развития. – Алматы: ҚР БҒМ ҒК ФСДИ, 2013.

ЗДОРОВЬЕ

**Заботьтесь о здоровье.
Укрепляйте свое здоровье
и здоровье детей!**

Это пятый рецепт
счастливой семьи!

Здоровье важно для казахстанцев. Но чаще всего его упоминают в связи с детьми. Родители желают здоровья и, в первую очередь, беспокоятся о здоровье детей. О своем здоровье вспоминают намного реже, всегда обобщая – чтобы все были здоровы! При этом здоровье – это составляющая счастливой семьи. И хотя в нашей анкете не было вопроса, связанного со здоровьем, о нем часто упоминали опрошенные пары.

Здоровье в приоритете и в исследовании Г. Соловьевой и Е. Буровой⁷. Оно в тройке лидеров. Это говорит о том, что людей беспокоит возможное нарушение привычного ритма жизни в связи с ухудшением самочувствия кого-нибудь из членов семьи. При этом редко кто из опрошенных супругов говорил о способах укрепления здоровья в семье. Про здоровый образ жизни, правильное питание или искоренение вредных привычек просто забыли. Похоже, что у нас, казахстанцев, укрепление здоровья не самая важная тема. Но иногда упоминалось право на получение лечения, в случае заболевания.

Следует помнить, что именно в семье закладываются основы здорового образа жизни детей. Родительское влияние определяет, как в будущем будет относиться к своему здоровью человек. Именно семейные ценности, к которым относится здоровье, будут определять его образ жизни. Поведение родителей, отношение к своему здоровью, привычки питания, способы организации свободного времени, станут для человека моделью, организующей его собственную жизнь и жизнь его детей.

⁷ Соловьева Г., Бурова Е. Указ. раб.



Тәні саудың
жаны сау.

Здоровый телом
и духом здоров.

Казахская пословица

Родители обязаны научить своих детей сохранять здоровье. Помнить о том, что сохранение репродуктивного здоровья мальчиков и девочек начинается с детского возраста. От состояния будущих родителей будет зависеть здоровье их будущих детей. Супруги обязаны знать, что на состояние здоровья влияют не только физиологические факторы, но и психологические, эмоциональные. По словам эксперта проекта «ONEGE» Светланы Булгаковой, «немаловажную роль играют такие факторы, как стресс, страхи, низкий уровень информативности, несформированное материнское или отцовское поведение, нарушение эмоциональной и сексуальной жизни, психологическая негибкость, наличие внутренних или внешних конфликтов, неприятие себя, отсутствие культуры деторождения»⁸. Все перечисленные особенности формируются в семье, поэтому супругам их важно знать и уметь корректировать. Важно обучить молодых людей бороться со стрессами, перенапряжением, противостоять негативному влиянию окружающей среды. Необходимо включить в жизнь всех членов семьи программы регулярного медицинского наблюдения – это должно стать привычной частью заботы о здоровье.

Ну и конечно, движение! Совместные походы, игры на свежем воздухе, путешествия не только укрепляют здоровье, но и способствуют сплочению семьи, делая ее счастливее.

⁸ 5 шагов к счастливому браку / Авт. колл. Под. общ. ред. Ткаченко Н.М. – Алматы, 2019. – 72 с.

ДОСТАТОК И СВОЙ ДОМ

Достигните
финансового благополучия
и обзаведитесь
собственным домом!

Это шестой рецепт
счастливой семьи!

Достаток, материальная обеспеченность – казалось бы, эта составляющая семьи должна быть на первом месте. Но о материальном благополучии наши супруги, отвечая вопросы анкеты, вспоминали не часто – только в контексте с рассуждениями на другие темы и на вопрос о трудностях, с которыми сталкивается семья. Видимо, для нас счастье – это не деньги, счастье – это что-то большее, что не измеришь деньгами. Значит в нас, казахстанцах, сохранились те глубинные чувства, которые не зависят от количества денег и являются общечеловеческими ценностями, которые помогают сохранить семью и сберечь детей.

И всё-таки достаток необходим. Ведь от него зависят уверенность в завтрашнем дне, возможность дать детям хорошее образование, способы проведения досуга. От достатка зависит, насколько комфортной и здоровой будет жизнь семьи. Достаток – это благополучие и процветание.

Разумеется, в каждой семье это понимают и, возможно, делают все, для того чтобы семья жила в достатке. Часто супруги работают в нескольких местах, чтобы обеспечить необходимый уровень жизни. Берут подработку или используют домашнее хозяйство, чтобы увеличить доход.

В исследовании, проведенном в 2013 году «Казахстанская семья как базовая ценность общества: состояние и тенденции развития»⁹, финансовый достаток и наличие собственного жилья в количественной иерархии «важности условий успешной жизнедеятельности семьи», оказались на первых местах. В настоящее время, практически ничего не изменилось, и у людей свой дом и материальная обеспеченность являются наиболее важной составляющей счастливой семьи.

⁹ Соловьева Г., Бурова Е. Указ. раб..

Так почему же в нашем исследовании, достаток оказался не на первом месте? Следует отметить, что именно от достатка семьи зависит уровень притязаний каждого из ее членов. Родители планируют будущее своих детей – образование и выбор профессии, исходя из уровня доходов, настоящих и будущих (планируемых). Это отражается не только на видении своего будущего у молодых казахстанцев, но и на отношении к семейным ценностям: если невозможно достичь желаемого материального благополучия, то можно обходиться тем, что доступно, а это – любовь, дети, семейные традиционные ценности. Таким образом, амбициозные притязания заменяются эмоциональными. И именно это помогает сохранить семью, в том виде, в каком она существует в настоящее время. Такой же факт установлен и в упомянутом выше исследовании: «С ростом доходов семьи значение любви убывает до 92,3%. А у самых богатых только 50% считают любовь ценностью семейной жизни, остальные 50% убеждены, что этот фактор не является важным для успешной семьи. ...Выявляется, что рост дохода до определённого уровня (от 100 000 тг. до 150 000 тг. на одного члена семьи) приводит к уменьшению значимости и материальных параметров (жилье, финансы) и духовных (любовь, отношение к детям). Но эти различия еще не несут качественного характера. Скачок наступает при переходе к категории самых состоятельных. Они превозносят материальные ценности и принижают духовные – любовь, отношение к детям. Таким образом, можно отметить, что высокий уровень дохода создает возможность варьировать семейные отношения, выдвигает на первые роли критерий богатства, а не чувства». Выходит, для того чтобы семья была счастлива, нужно, чтобы она была бедна? Конечно, нет! Более того, недостаток средств – это наиболее частый источник напряжения и конфликтов. Важно, чтобы мы сохранили свои извечные традиционные ценности, живя богато и достойно! Но это будет зависеть только от нас!

Еще одна безусловная ценность для казахстанцев – это свой собственный дом! Неважно, будет ли это действительно дом, построенный своими руками или квартира в многоэтажке – для людей это – пристань, где можно почувствовать себя спокойно и уверенно. Так считают люди, живущие в съемных квартирах и домах. Даже совместное проживание с собственными родителями не является решением проблемы. Отсутствие своего гнезда не дает супругам возможности ощутить всю полноту радостей семейной жизни. Несмотря на то, что современные тенденции обеспечения себя жильем включают долгосрочную аренду (которую использует большинство семей во всем мире), казахстанцы стремятся иметь собственное жилье. Это дает уверенность в своем будущем и будущем своих детей.

¹⁰ Соловьева Г., Бурова Е. Указ. раб.

ДОСУГ И РАЗВИТИЕ

Посвящайте свободное время общению с семьей, родными, друзьями и не забывайте о собственных увлечениях!

Это седьмой рецепт счастливой семьи!



«Зачем нужен семейный досуг? Во-первых, он позволяет снять напряжение, отвлечься от повседневных дел и забот, получить отдых. Во-вторых, мы обогащаем наши отношения совместными переживаниями нового общего опыта. У нас появляется общая история впечатлений. Нам есть что вспомнить и чем поделиться друг с другом. Ничто не может сравниться с переживаниями совместного уникального опыта. Когда мы вместе восхищаемся удивительным рассветом. Или вместе путешествуем и открываем для себя новые страны и новые культуры. Делясь друг с другом впечатлениями, разделяя радость и восторг. В-третьих, это профилактика эмоционального выгорания. В английском языке есть поговорка «Happy Wife Happy Life» («счастливая жена

– счастливая семья»). Это, конечно, относится не только к жене, но также и к мужу. Важно эмоционально наполнять друг друга. Как и отдых, совместный досуг является источником эмоционального восполнения. ...В-четвертых, совместный досуг позволяет развивать отношения и узнавать друг друга больше. Когда мы проводим время, увлеченные совместным времяпровождением, то глубже узнаем друг друга, каждый особенным образом раскрывается в такие моменты», – пишет эксперт проекта «ONEGE» Максим Мищенко¹¹.

¹¹ Моя будущая семья/Авт. колл. Под. общ. ред. Ткаченко Н.М. – Алматы, 2019. – 56 с.

Досуг – это одна из составляющих модели счастливой семьи. В понимании казахстанских семей совместно проводимое время – значимая часть жизни. В ответах на вопросы нашей анкеты, супруги были единодушны в выборе форм проведения досуга: совместные обеды или ужины с родными, отпуск, проводимый вместе, всей семьей, поездки, чтение книг или просмотр фильмов – все это присутствует в жизни казахстанцев. Особое место в описании семейного досуга занимают дети. Опрашиваемые пары говорят о том, что свободное время они проводят вместе с детьми.

Большинство семейных пар со стажем, когда уже дети выросли, и затянула семейная рутина, перестают испытывать интерес к новым видам деятельности. Сказывается усталость и привычка домашних посиделок, чаще всего перед телевизором. Такое времяпрепровождение не лучшим образом сказывается на отношениях и здоровье супругов. Необходимо приложить усилие, чтобы освежить свою жизнь и проводить свободное время с пользой.

Наши эксперты советуют разнообразить свободное время: не обязательно супругам проводить его вместе. Хорошо бы иметь возможность отдыхать друг от друга. Потребность людей проводить время в обществе соратников глубоко коренится как в мужской, так и в женской природе.

В современном обществе мужчина и женщина привязаны к дому, семье, работе, детям. Но для психического здоровья друг друга важно иметь время для уединения, возможность погрузиться в собственные мысли, переживания, подумать о чем-то своем. Мужчине необходима возможность проводить время вне семьи, отдельно от своей женщины. Это эмоционально восполняет его и повышает стрессоустойчивость. У него появляется внутренний запас прочности и силы любить и заботиться о своей семье. Выезд на рыбалку, охоту, экстремальные виды спорта восполняют мужскую энергию.

Также и женщина имеет потребность в своем уникальном круге общения. Женщинам необходимо проводить иногда время без мужа, желательно в кругу подруг, чтобы поделиться с ними переживаниями, эмоциями и мыслями. Для женщин – это тоже сильный эмоциональный ресурс.

Не стоит супругам бояться отдыхать друг от друга. Если в семье есть доверие и взаимопонимание – они только выиграют от такого отдыха. У супругов могут быть отдельные увлечения, например, садоводство у жены и исторические реконструкции у мужа. Это обогатит не только внутренний мир каждого, но и общий мир. Ведь рассказы о своих увлечениях – это отличная тема для общения.

Отвечая на вопросы анкеты, наши супруги иногда упоминали развитие. Не всегда можно понять, что они имели в виду. Возможно, это обучение чему-то новому, духовные практики или самообразование. Главное, что они включают это понятие в образ счастливой семьи! Посвящение свободного времени своему развитию – это лучшее, что можно придумать для пар со стажем. Таким образом, можно разнообразить свой досуг и внести свежие эмоции в жизнь. Кроме того, развивающие занятия способствуют не только физическому, но и эмоциональному здоровью. Развитие обогащает жизнь, делает ее насыщенной и интересной.

Что можно посоветовать супругам, для развивающего досуга? В первую очередь – изучение иностранных языков. Интересны занятия живописью или фотографией. Любая деятельность, связанная с изучением родного края, участие в познавательных экспедициях, могут принести не только новые знания, но и радость общения.



Óнеге

Татьяна и Сергей прожили вместе 28 лет! Дети уже давно живут отдельно со своими семьями. Радуется, что на праздники вся семья собирается вместе. Но наступают будни и жизнь супругов становится размеренной и тихой. Сергей продолжает работать, а Татьяна недавно вышла на пенсию.

Однажды подруга Татьяны пригласила ее на спектакль народного театра. Оказалось, что там можно заниматься творчеством всем желающим – есть курсы актерского мастерства, ораторского искусства, можно заниматься рукоделием и шить костюмы для актеров.

Женщины решили разнообразить свою жизнь и стали приходить в студии при театре несколько раз в неделю. Татьяна выбрала актерское мастерство. Через несколько месяцев ее пригласили сыграть роль бабушки в детском спектакле. У нее получилось! Теперь она востребованная актриса: ее амплуа – бабушки!

Увлечение Татьяны изменило жизнь семьи – теперь супругам есть, что обсудить по вечерам, они оба могут делиться новостями. На спектакли в театр приезжают дети с внуками – для них это всегда праздник. Так увлечение матери сплотило семью и сделало жизнь насыщенной!





Глава III

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ В КАЗАХСТАНСКОЙ СЕМЬЕ

Семья – это несоизмеримо больше, чем группа людей с общим бытом, интересами и проблемами. Семейное счастье – это то, к чему сознательно или подсознательно стремится каждый человек. Порой нам кажется, что нет ничего проще, чем жизнь семьи: муж, жена, родители, дети, завтраки, обеды, ужины. Всегда есть кто-то, кто может о тебе позаботиться. Есть место, которое мы называем домом. На самом деле, по словам американского психолога Вирджинии Сатир, семья – это загадочное место. А «...Семейная жизнь чем-то похожа на айсберг. Большинство людей в курсе приблизительно одной десятой части тех событий, которые происходят на самом деле, то есть того, что они видят и слышат, часто принимая за действительность. Некоторые подозревают, что, возможно, существует что-то еще, но не представляют, как об этом узнать. Незнание может довести семью до разрушения. Судьба матроса зависит от его знания, что у айсберга есть подводная часть, а судьба семьи – от понимания чувств, потребностей и структуры, которые стоят за повседневной жизнью этой семьи»¹².

Выявленные основные семейные ценности казахстанцев – это та самая подводная часть айсберга и то же время, прочный фундамент, на который опирается институт семьи в Республике. Ценностные ориентиры являются основой менталитета соотечественников, тем, что отличает нас от других народов. Но есть важная особенность, которая способствует сохранению семейных ценностей и о которой следует помнить всегда – это взаимоотношения в наших семьях. От того, как люди общаются, что чувствуют по отношению друг к другу, как относятся к близким, зависит не только развитие или процветание семьи, но и психологическое состояние каждого отдельного человека. А это уже влечет за собой и способность работать, справляться с трудностями, и состояние здоровья, которое влияет на продолжительность жизни, и эмоциональную стабильность, которая является основой ощущения уверенности, покоя и, в конечном итоге, счастья.

Взаимоотношения в семье формируются не только под влиянием внутренних факторов. Каждая семья чутко реагирует на изменения в обществе: появление новых законов, норм или правил, может серьезно изменить основу и стиль жизни членов семьи. В предыдущих главах описано, как изменились обычаи и ритуалы в семьях – люди реагируют на современный ритм жизни, новые экономические реалии, на моду, наконец! Современность влияет на традиционный уклад жизни. В то же время, общественная, социальная жизнь зависит от каждого из нас: от нашего отношения к тем или иным изменениям – мы можем, принимать их или не принимать. Все будет зависеть от тех ценностных ориентиров, которые мы получаем в семье. Это действительно так: основа и причина всего, что происходит в социальной среде, – семья.

Понимание функционирования казахстанских семей возможно через исследование ответов на вопросы нашей анкеты. Структуру общения, отношения и способность справляться с конфликтными ситуациями, можно увидеть, анализируя рассуждения супругов. *Эта глава не претендует на статус социологического или психологического исследования: ниже приводится качественный анализ высказываний семейных пар, подкрепленный работами ученых и специалистов в области семейных отношений.*

¹² Сатир В. Вы и ваша семья, руководство по личностному росту. – М.: Апрель Пресс. Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ВНУТРИ СЕМЬИ. РОЛЕВЫЕ ПОЗИЦИИ СУПРУГОВ

Отношения мужчин и женщин строятся на взаимосвязи эмоциональных и поведенческих проявлений. Мы знаем как себя вести, как правильно, с нашей точки зрения, общаться, как воспитывать детей. Но человек так устроен, что может действовать совершенно противоположным образом по отношению к собственным знаниям. Поэтому у наших супругов прослеживается некоторая двойственность: с одной стороны, все говорят о желательном поведении, своем и партнера, а с другой – констатируют факты действительных поступков.

Исследовать истинные мотивы подобных моделей поведения удобно с точки зрения ролевых позиций, занимаемых членами семьи, при общении друг с другом. В семьях, обязательно присутствует ролевая структура, которая обеспечивает выполнение задач и функций семьи. Содержание ролей и их наполнение соответствуют нормам, принятым в обществе, то есть, членам семьи следует выполнять определенные правила, для того, чтобы семья была жизнеспособна. Невыполнение ролевых правил или обязанностей, может провоцировать ролевые конфликты.

Так, следуя правилам функционирования традиционной казахстанской семьи, утверждается четкое распределение ролей: мужчина – добытчик, а женщина – хозяйка в доме. Но на деле, чаще происходит совсем другое: работают оба, и муж, и жена. Не секрет, во многих казахстанских семьях, женщина является единственным кормильцем в семье. Это результат социальных изменений: сложности у мужчин с поиском подходящей работы, а в некоторых регионах, отсутствие достаточного количества рабочих мест, вынуждают женщин выполнять несвойственную им роль главы семьи. Так же следует отметить, что «мужчины уже не справляются в одиночку с традиционной ролью кормильца, а в некоторых семьях эту роль полностью выполняет женщина. При этом распределение домашних обязанностей



Семейные роли – это устойчивые функции семейной системы, закрепленные за каждым из ее членов. Ролевая структура семьи предписывает членам семьи, что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, вступая друг с другом в отношения. В понятие «роль» включаются желания, цели, убеждения, чувства, социальные установки, ценности и действия, которые ожидаются или приписываются человеку.

Национальная психологическая энциклопедия.

не поспевают за темпами социальных гендерных трансформаций. Мужчина, сдавая позиции в публичной сфере, не входит на равных в домашнюю среду, а женщина, стремясь к успешной карьере и заработку, в семье предпочитает оставаться на прежних патриархатных позициях, взваливая на себя двойной груз: чтобы сохранить семью и мужа. Суперсовременная на работе, она часто остается суперпатриархатной в семье – таков парадокс её жизни»¹³.

Сказывается ли это на взаимоотношениях – конечно, да. Результатом усталости и длительного напряжения работающих женщин становятся раздражительность или, наоборот, апатия, физиологические заболевания. Но при этом семьи продолжают функционировать и развиваться! Это происходит благодаря усвоенным с детства семейным ролевым позициям. Женщины помнят, что они – хранительницы очага, на них лежит ответственность за эмоциональное состояние всех членов семьи, за их хорошее самочувствие. В нашем анкетировании, именно женщины чаще вспоминали о настроении детей, мужа и родных. Женщинам свойственно приписывать мужу деятельность, которой он, обычно, не придает значения, или выполняет нерегулярно. Но для жен любая помощь со стороны мужа воспринимается как проявление любви и заботы, то есть становится эмоциональным ресурсом. Они с благодарностью вспоминают, что муж помогает по хозяйству, при том что мужчины в своих ответах чаще ограничиваются признанием своей роли добытчика.

Семейные взаимоотношения строятся на доминирующей в семье ценности. Чаще всего – это доверие и взаимопонимание, и авторитет мужа (традиционная ценность). Там, где отношения построены на мужском авторитете, женщины демонстрируют зависимое положение и принимают это. В то же время мужчины гордятся своей ролью кормильца. В таких семьях супруги знают границы своей территории – женщина не позволяет себе вмешиваться в дела

¹³ Соловьева Г., Бутова Е. Указ. раб.

мужа и это дает ему чувство свободы, гордость и, самое главное, ответственность за жизнь семьи. Так же, как и право требовать от жены выполнения предписанной ей роли зависимой женщины.

В ответах наших опрашиваемых супругов прослеживается интересная деталь: главенство мужчины в семье зачастую формальное, не фактическое. Жены демонстрируют требовательность – часто употребляется слово «должен»: «муж должен обеспечивать», «ребенок должен получать отцовское воспитание», «роль отца должна быть на первом месте». При этом между супругами не возникает ролевой конфликт – принятие традиционного уклада жизни помогает избежать его. Ролевые позиции: «доминирование – подчинение» в отношениях супругов проявляются в основном в патриархальных семьях и, как правило, встречается в южных регионах республики. Там традиционные семейные роли помогают супругам сохранять в семье гармонию и мир.

Совсем другая картина взаимоотношений в семьях, построенных по демократическому принципу, где отношения – «на равных». В таких семьях ролевые позиции супругов как бы размыты, смешаны – нет четкого разделения ролей, а значит, и нет строгих правил. Супруги декларируют слова: «совместно» и «поровну». Но, при этом уточняют свой вклад в функционирование семьи: «Мы все делаем вместе, вместе зарабатываем и вместе воспитываем детей. Уборка, готовка и т. д. на мне» или: «У нас равноправие, обязанности равные. Домашние дела веду я сама, детей тоже сама воспитываю. Папа работает». Выходит, опять несоответствие – то, что декларируется, не совпадает с тем, что на деле происходит в семьях. Даже в совре-



**Брак –
это отношения
между мужчиной
и женщиной,
где независимость
обеих сторон
одинакова,
зависимость
обоюдна,
а обязательства
взаимны.**

Луис Анспахер,
американский поэт,
драматург



менных, демократичных отношениях, супруги тяготеют к традиционным ролевым обязанностям. Без этого, семья обречена на хаос – в ней необходимо поддерживать иерархию отношений. Если супруги не могут договориться о разделении сфер мужского и женского труда, то вполне вероятно, что между ними могут возникать ролевые конфликты.

Как же выходят из этого положения семейные пары? «Смешанный» тип отношений проявляется в сочетании традиционных и современных установок, представлений, моделей поведения. При этом в сфере родительско-детских отношений и отношений с родственниками из расширенной семьи выявлено преобладание и одобрение моделей поведения, соответствующих обычаям и традициям, а в сфере супружеских отношений – более современных установок, согласно которым ценность имеют, прежде всего, личностные качества партнера» – пишет М. Кабакова в своей монографии «Психологические особенности казахской семьи». В нашем исследовании этот вывод подтверждается высказываниями супругов на вопросы анкеты. Это действительно так: семейные пары разделили сферы семейной жизни, где используют различные модели взаимоотношений. И, судя по всему, этот подход работает!

Интересен тот факт, что приверженность ролевым позициям супруги декларируют в названиях своих ролей: они говорят о себе «муж» и «жена», часто избегая местоимения «Я», тем самым обозначая свои семейные установки и убеждения. Чаще к такому способу самоидентификации прибегают женщины. Также они относятся и к близким людям: женщины чаще видят родителей (своих и мужа) в качестве выполняемой ими роли: «бабушка, дедушка». Это интересное явление, возможно, связано с тем, что женщины в семье более функциональны. Они принимают на себя роли жены, хозяйки, матери и воспринимают близких, тоже согласно их ролевым позициям в семье. Мужчинам же свойственно быть более свободными, и они не принимают жесткого распределения ролей и намного чаще ограничиваются словом «Я!». Об этом интересном явлении упоминает и профессор Майра Кабакова: «60% городских женщин-казашек не использует местоимение «Я». Вместо этого используют ролевые характеристики «муж и жена» или «папа и мама»¹⁴.

В идеале, в гармоничной, счастливой семье, должен сформироваться адекватный образ «Мы», включающий четкое определение супружеских отношений, согласованное ролевое поведение и стиль жизни семьи. Источником формирования образа «Мы» является совместная деятельность, доверительное внутрисемейное общение и равный вклад супругов в жизнь семьи. То есть, те самые семейные ценности, которые мы рассматривали в предыдущих главах.

¹⁴ Кабакова М.П. Указ. раб.

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ

Воспитание детей – наиболее оптимистичная область семейной жизни. Мужчины практически не уклоняются от обязанностей по воспитанию. Более того, находят в этом определённые преимущества и способы для реализации. «Самая трудная и самая ответственная из всех форм деятельности – воспитание детей – традиционно считалась женским уделом. Но сегодня эта установка становится архаикой. Устранение мужчины из самого главного социального действия наносит ущерб и детям, и самим отцам, и всему обществу в целом. Сегодняшний гендерный поворот, когда мужчины охотно появляются с колясками, играют с детьми, присутствуют на собраниях в школе и т. д. и не стесняются быть ласковыми и нежными, нарушая принятые нормы маскулинности»¹⁵ – это подтверждают наши супруги во всех регионах Казахстана.

При этом у казахстанских мужчин существуют четкие установки по поводу того, как воспитывать детей, – они стремятся научить их ответственности и самостоятельности, привить любовь к образованию и труду. Женщины склонны к более мягкому воспитанию – для них важнее видеть детей здоровыми и веселыми, уделять им больше времени и вырастить счастливыми людьми. Супруги солидарны в одном: они знают, что дети воспринимают стиль жизни и поведение своих родителей и поэтому говорят о собственном «положительном примере». Такая установка формирует требовательное отношение, прежде всего, к самим себе.

Несмотря на явные противоречия к подходу воспитания детей, среди пар редко упоминаются конфликты по этой причине. В семьях казахстанцев, разные стили воспитания дополняют друг друга, и это помогает детям получить примеры не только любви и нежности, но и почувствовать строгость и требовательность. В целом, супруги строят взаимоотношения со своими детьми «на равных»: «они уважают индивидуальность своих детей, симпатизируют им. Родители, особенно отцы, стремятся проводить больше времени с детьми, одобряют их интересы и планы. Родители достаточно высоко оценивают интеллектуальные и творческие способности своих детей, испытывают чувство гордости за них. Они поощряют инициативу и самостоятельность ребенка»¹⁶. Но, как уже упоминалось, зачастую казахстанские матери склонны к инфантилизации детей, когда стремятся оградить их от трудностей жизни.

Интересно видение казахстанцев будущего своих детей: все хотят их видеть хорошими семьянинами – мамами и папами, честными людьми с хорошей специальностью. «Самые желанные профессии, в которых родители хотят видеть детей: врач, программист, юрист и спортсмен»¹⁷. То есть, не самые высокооплачиваемые, но самые нужные, востребованные профессии. Это еще раз подтверждает тот факт, что у наших соотечественников не произошло подмены прежних социальных ценностей на обогащение. Опять же возникает вопрос: хорошо ли это? Каждый должен ответить сам, помня о том, что речь идет о будущем наших детей – будущем республики.

¹⁶ Кабакова М.П. Указ. раб.

¹⁷ Отчет о результатах анкетирования в рамках проекта «ONEGE».



Óнеге

Дети – наше будущее, и нас не может не волновать наше будущее.

Поэтому, воспитывая наших детей, мы стараемся вкладывать в них больше добра, сострадания, человечности, нежели агрессивной и абсолютной усталости на успех, которая, как известно, ведет к эмоциональному срыву и внутреннему дискомфорту. Мы, как родители, ответственны за их здоровье, поэтому готовы принять тот факт, что возможно, наши дети не будут великими... Кем бы ни были в будущем мои дети, какую бы специальность ни выбрали, я и папа поддержим их выбор, так как на первом месте стоят не наши нереализованные детские амбиции, а их счастье!

Мать четверых детей из Кызылорды.



ВНУТРИСЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ

Может ли современная семья избежать напряжения в отношениях или конфликтов? Скорее всего – нет. Длительное совместное проживание уже само по себе – конфликтоген. Человеку трудно, а порой невозможно постоянно подстраиваться под другого или учитывать особенности его характера и предпочтения. Рано или поздно наступает разрядка – когда один из супругов высказывает недовольство. Семейный конфликт – это не просто столкновение двух людей, это противостояние, куда могут быть втянуты другие члены семьи – дети или родственники. Кроме того, конфликт в семье – самая тяжелая ситуация: ведь родные люди эмоционально привязаны друг к другу, это серьезный стресс для всей семьи.

Причиной конфликтов могут быть различные убеждения, ценности, взгляды супругов или членов семьи. Очень часто причина – это неправильное понимание друг друга, домыслы и интерпретации: когда люди неправильно понимают друг друга и делают неверные выводы. При этом, мы все разные, у кого-то сильный характер, у кого-то слабый и ему непросто справиться с собой, со своими эмоциями, тогда нет возможности управлять своим поведением, и возникают обидчивость, агрессивность, эмоциональные срывы. Неспособность контролировать эмоции вызывает ответную реакцию у другого человека, в итоге – ссоры, крики, случается насилие. Наверняка, большинство людей знакомы с этим явлением.

Семейные конфликты являются индикатором не только благополучия в семье, но и состояния социальной жизни. Поэтому анализ ответов наших семей на вопросы анкеты по поводу причин конфликтов, очень информативен. Супруги, в качестве «причины конфликтов указали следующее, в порядке убывания: фи-



нансовые проблемы – нехватка денег, разность взглядов на воспитание детей, проблемы на работе или отсутствие работы, неустроенность в быту, проблемы со съемным жильем, ревность, отношения с родственниками, муж «допоздна с друзьями», раздражение. В качестве первоначальной причины часто указывается – недопонимание между супругами¹⁸. Разумеется – недопонимание это и есть основная причина. Все остальное – это поводы для начала конфликтного общения. Как правило, супруги предъявляют друг другу претензии или высказывают упреки. Так возникает напряжение, которое, в большинстве случаев, перерастает в конфликт.

Как видим, основной повод для конфликта – это нехватка денег. Действительно, отсутствие средств на ежедневные нужды раздражает. Если нет возможности организовать досуг или порадовать друг друга обновкой, то обиды могут накапливаться и выплескиваться в претензиях. Это очень осложняет жизнь и может провоцировать конфликты. Но есть смысл посмотреть на возникновение конфликтных ситуаций по-другому. Дело в том, что многие исследователи и специалисты по семейным отношениям дают очень противоречивые сведения о причинах семейных конфликтов.

Например, М. Кабакова в монографии «Психологические особенности казахской семьи» приводит такие данные: «Наиболее конфликтными для городских мужчин-казахов оказались сферы: 1) отношения с родственниками и друзьями; 2) проявление доминирования одним из супругов; 3) воспитание детей; 4) проявление ревности и разногласия в отношении денег. Для жен городских казахов наиболее конфликтными являются вопросы: 1) отношение к родственникам и друзьям; 2) проявления ревности; 3) проявления доминирования одним из супругов; 4) разногласия в отношении денег». Учитывая то, что казахстанская семья остаётся быть приверженной традиционным ценностям, где в числе основных – родственники, то это первенство по числу разногласий между супругами оправданно. «Для любого казаха его родители, родственники, друзья всегда имели большое значение. Поэтому вопрос о построении и поддержании с ними каких-либо отношений в современных

– Когда младшему сыну исполнилось 2 годика, я решила вернуться на работу, – рассказывает Асем, мама троих детей.

Но Азамат был категорически против. Он не хотел, чтобы младший ходил в садик, а старшие остались без присмотра. Мы начали ссориться каждый вечер. Но я чувствовала, что находясь дома, с детьми, теряю себя как специалиста и как личность. Мой мир сжался до размеров нашего дома. Я твердо решила серьезно поговорить с Азаматом. Вечером мы сели «за стол переговоров». Я предъявила мужу свои аргументы и рассказала что чувствую, ухаживая за детьми. Азамат сопротивлялся – сказал, что будет искать более высокооплачиваемую работу. Но ведь дело не в деньгах, а во мне! Мы спорили еще несколько дней. Наконец, муж согласился с моими доводами. Теперь я работаю. Стало легче с деньгами, но времени на хозяйство не хватает. Справляемся вместе!

¹⁸ Отчет о результатах анкетирования в рамках проекта «ONEGE».

городских условиях жизни со стороны другого супруга вызывает некоторые затруднения, как и когда-то прежде»¹⁹. В семьях сельской местности ситуация несколько другая – там наиболее сильными конфликтогенами являются проявления доминирования и ревность одного из супругов.

Как правило, финансовые проблемы являются причиной конфликтов только в семьях, где эти проблемы существуют. В таком, случае, имеет смысл говорить о том, что большинство семей, которые отвечали на вопросы нашей анкеты, с низким уровнем дохода. Но тем значимее становятся те семейные ценности, о которых мы рассуждали раньше! Ведь наши супруги

сумели сохранить взаимопонимание и любовь, прожив вместе не менее десяти лет!

Кроме того, следует помнить о том, что значимость конфликтогенных ситуаций зависит не только от благосостояния семьи, но и от образования, возраста и социального статуса семейных пар. Поэтому важнее посмотреть на то, как казахстанцы выходят из конфликтных ситуаций или гасят их. А в этом, похоже, нет равных нашим супругам! Мужья и жены со стажем уже давно изучили стиль поведения своих половинок и знают, как избегать напряженных ситуаций. В нашем исследовании мужчины и женщины делятся своими способами сглаживания конфликтов: это и юмор, и умение промолчать, и обсуждение «на холодную голову», и подарки, и секс, и вкусные ужины.

Удивляет и радует, как остроумно и весело вспоминают о прошедших конфликтах мужья и жены! «Не успели приготовить ужин – легко выходим из ситуации: идем в кафе. Стол переговоров!» – чем не рецепт разрешения конфликта. Главное, о чем говорят наши супруги – это об умении понимать и прощать, слушать и слышать, разговаривать и «остывать». Это самые надежные способы снижения напряжения в общении.

В каждой семье есть свой сценарий начала и окончания конфликта. Важно помнить, что семейные конфликты неизбежны и при этом нужны! Они помогают каждому искать и находить решения своих задач, отстаивать свою точку зрения и приоритеты, находить компромиссы и удовлетворять свои потребности. В конечном итоге, оставаться самим собой!



¹⁹ Кабакова М. Указ. раб.

КОНФЛИКТ ПОКОЛЕНИЙ

Существует важная составляющая семейных конфликтов, о которых напрямую не упомянули супруги в нашем исследовании. Но эта тема звучала в развернутых ответах о взаимоотношениях с родными. **Это конфликт поколений.**



Конфликт поколений – это проявление разногласий между представителями разных возрастных групп: между родителями и детьми, внуками и бабушками, дедушками.

Это сложный тип конфликта, который зачастую протекает скрыто, без бурного выяснения отношений, но при этом очень влияет на самочувствие членов семьи. Зачастую, эти конфликты не связаны конкретно с кем-то из родных, а напряжение вызывают стереотипы, присущие другому поколению.

В ответах на вопросы анкеты часто встречаются фразы: «Надо научиться молчать!», «Выслушивать их наставления», адресованные старшим родственникам, как правило, родителям мужа или жены. Сколько терпения и раздражения в этих коротких фразах! Несложно представить, какое напряжение царит при общении членов семьи друг с другом! Конечно, супруги сразу предлагают рецепт решения проблемы – жить отдельно. К сожалению, это не всегда приемлемо. При этом люди забывают простую истину: как ты относишься к своим родителям, так и твои дети будут относиться к тебе. Но супруги нацелены на кардинальное решение проблемы – а это удаление родных на расстояние.

Существуют причины, которые провоцируют конфликты между представителями разных поколений: отношения к учебе, работе, отдыху; требования к ритму жизни; взгляды на воспитание детей; предвзятые отношения и стереотипы. Похоже, что современным казахстанцам, несмотря на традиционные ценности, сложно уживаться вместе со старшими родственниками. Супруги говорят о терпимости и принятии –

Мне кажется все же, что старость – просто часть жизни. Не менее важная, чем и предыдущая. И пока мы живы и дееспособны, мы должны отвечать за то, каким будет этот жизненный этап. Не наши дети, а мы сами.

Ирина Млодик,
психотерапевт



это помогает им избегать открытых конфликтов. Но напряжение, которое чувствуется в отношениях, обязательно находит выход: и время от времени случаются бурные выяснения отношений.

Специалисты по семейным коммуникациям предлагают в общении с членами семьи разных поколений, использовать метод уступок: согласиться с оппонентом, отказавшись доказывать свою точку зрения. «Худой мир, лучше доброй ссоры» - мир в семье важнее выяснения того, кто прав – кто не прав.

Конфликт поколений можно превратить в обмен опытом. Дети могут прислушаться к старшим и взять для себя много полезного, опираясь на опыт и традиции. А старшее поколение может научиться у детей новому, прогрессивному способу жизни, приспособиться к современным реалиям. Важно супругам научить детей взаимодействовать со старшим поколением: зачастую именно внуки помогают бабушкам и дедушкам адаптироваться в меняющемся современном мире и стать самыми значимыми членами семьи.



Глава IV

ОПЫТ СЧАСТЛИВЫХ СЕМЕЙ.
СОВЕТЫ МОЛОДЫМ ПАРАМ



Специалисты проекта «ÓNEGE» попытались не просто узнать ценности счастливой семейной жизни у пар со стажем, но и получить конкретные практические советы для молодых людей, как создать и сохранить семью. С этой целью были сформулированы вопросы, отвечая на которые, супруги поделились своим опытом. Кроме того, они размышляли о том, каких знаний не хватало им, когда они были молоды и только начинали свою семейную жизнь. Поэтому, имеет смысл подкрепить практический опыт семейных пар рекомендациями специалистов – экспертов по семейным отношениям.



СОЗДАНИЕ ПАРЫ. КАК ВЫБРАТЬ СУПРУГА (-У)?

Конечно же, первый вопрос, который может интересовать молодых это: «Ваш совет молодым людям: Как выбрать супруга (-у)? На какие качества нужно обращать внимание в первую очередь?». Для большинства юношей и девушек, на этот вопрос есть ответ – жениться надо по любви! Молодые не задумываются о качествах избранника, как правило, в любимом человеке все нравится. Даже недостатки характера воспринимаются с пониманием и терпением. Для влюбленного человека эмоциональная нестабильность партнера – это милая слабость или капризность, откровенная жадность расценивается как хозяйственность или расчетливость, а нежелание работать – как поиск себя. Но время идет и все становится на свои места: жадность не дает возможности удовлетворять потребности семьи и радовать друг друга, нежелание работать оказывается обыкновенной ленью, а «милая слабость» проявляется в частых ссорах.

Поэтому наши опытные семейные пары перечисляют качества, на которые важно обращать внимание при выборе партнера. Это, прежде всего: доброта, хозяйственность, трудолюбие, сочувствие, честность, искренность и умение сопереживать, умение идти на компромисс и терпение. Конечно, когда молодые люди выстраивают отношения, этим качествам, возможно, нет времени раскрыться. Тогда, супруги со стажем предлагают мудрые советы: присмотреться, из какой семьи любимый человек, как ведет себя с близкими, в кругу семьи. Для мужчин актуально наблюдение: посмотри на мать невесты – жена будет такой же! Действительно ли стоит прислушаться к этим советам или это заблуждение? На самом деле, об этом стоит подумать, планируя совместную жизнь.

Расхожее утверждение, что дочери становятся повторением своих мам – справедливо лишь отчасти. Дочка, конечно же, может быть похожа на маму внешне (а как иначе!), а вот ее характер вряд ли повторится. В семьях дети и родители обладают различными типами темперамента и психики, но именно от них зависит формирование характера. Избранница молодого человека может познакомить любимого со своей мамой, которая удивит его кулинарным талантом, но это не значит, что ее дочь будет такой же хозяйкой! Вполне возможно, что она не будет способна пожарить яичницу. Не стоит переживать по этому поводу – присмотритесь, может быть, у девушки есть другие таланты?

Кроме того, многое зависит от воспитания: если девочку в семье баловали, относились как к «принцессе», оберегали от всех домашних дел, то как она смогла бы научиться готовить? В этом случае все не безнадежно – когда молодая женщина начнет заниматься хозяйством, может «включиться» материнский сценарий и проснется кулинарный талант.



Если вы стремитесь решить какую-нибудь проблему, делайте это с любовью. Вы поймете, что причина вашей проблемы в недостатке любви, ибо такова причина всех проблем.

Кен Кэри,
американский писатель

«Дочь с годами станет похожа на мать только в том случае, если обе женщины обладают одинаковым типом психики», – утверждает психолог Юрий Бурлан. А вот на что следует особо обратить внимание, так это на то, как мама девушки реагирует на сложные, напряженные ситуации, как радуется, как относится к ошибкам других. Эмоциональным реакциям мы учимся у своих родителей. Вероятность того, что у сдержанной, спокойной мамы будет такая же дочка, очень высока. А у веселой мамы будет смешливая девочка. И наоборот: раздражительности и угрюмости дети тоже учатся у родителей.

Совет «посмотреть на семью избранника», тоже имеет смысл. Дети как губка впитывают в себя стиль родительского поведения. Способ общения, привычки времяпрепровождения, питания, отношения с близкими – и многое другое, мы, люди, выносим из своей родительской семьи. Следует признать, по-другому мы просто не умеем. Нас не научили. А ведь именно это и является камнем преткновения в молодых семьях. Когда двое, со своими привычками, со своим видением семейных отношений, пытаются создать новую семью, у них не сразу это может получиться. Поэтому и говорят наши опытные супруги, что главное – это терпение.

Как узнать, увидеть при знакомстве с семьей избранника, стиль общения родных? Можно воспользоваться опытом признанного психолога Вирджинии Сатир. Вот как она описывает счастливую семью: «В этих жизнеутверждающих семьях такая модель:

- высокая самооценка;
- прямое, ясное, честное, конкретное общение;
- гибкие, гуманные, соответствующие обстоятельствам правила;
- открытые, доверительные социальные связи»²⁰.

Войдя в такой дом, можно почувствовать легкую атмосферу общения, радости, уюта. Члены семьи улыбаются друг другу. Встречают и провожают близких, обнимая их.

Также, легко обнаружить конфликтную или «тяжелую» семью: «В проблемных семьях тела и лица говорят о своем состоянии. Тела либо напряженные и неуклю-

²⁰ Сатир В. Указ. раб.



Óнеге

Саша женился на девушке, которая была похожа на принцессу.

Оксана практически не занималась домашними делами – объясняла это своей слабостью и ... ма-никюром.

– После рождения сына с Оксаной произошли кардинальные перемены, – рассказывает Саша. – Она мало спала, но при этом, не только ухаживала за ребенком, но и успевала готовить ужины и убираться в доме. Сейчас сыночку уже 5 лет, Оксана вышла на работу. Но по вечерам, пока все не перемоеет – не успокаивается. А недавно она удивила меня по-настоящему! Принесла сумку овощей и замариновала помидоры! Когда я спросил: «Зачем?» Она ответила, что это на зиму, все так делают.

На самом деле так делает ее мама. И она всегда угощала нас своими консервами. Зачем нужно было делать это жене – не понимаю!



жие, либо сутулые. Лица угрюмые, печальные и пустые, как маски. Глаза смотрят вниз или мимо людей. Уши, очевидно, не слышат. Голоса или неприятные и резкие, или едва различимы. Можно отыскать лишь крошечную долю радости от общения друг с другом или свидетельства дружелюбия между членами такой семьи. Кажется, что эти люди проводят время вместе по принуждению и лишь пытаются переносить друг друга. Иногда в проблемных семьях находится человек, который пытается что-то изменить, но его попытки пропадают впустую»²¹. Как видите, понять, какой стиль взаимоотношений принесет юноша или девушка в молодую семью не трудно, и это даст возможность подготовиться к будущему, найти возможности для коррекции нежелательных семейных установок. Это важно: дело в том, что негативный пример взаимоотношений в семье влияет на судьбу детей. Уже будучи взрослыми, люди склонны повторять ошибки своих родителей, не осознавая, что поведение можно поменять и улучшить свою жизненную ситуацию. Поэтому необходимо иногда обращаться за профессиональной помощью к специалистам по семейным отношениям.

Узнать наверняка до начала совместной жизни, насколько молодые люди подходят друг другу, практически невозможно. Даже если юноше и девушке кажется, что они идеальная пара – это, скорее всего, ошибочное мнение. На начальном этапе отношений, когда людей привлекает друг в друге внешность и проявления чувств, им комфортно друг с другом. Но следует помнить, что с развитием отношений, личности раскрываются и обнажаются черты, которые могут не совпадать с ожиданиями партнера. Это раздражает и иногда становится невыносимым. Тогда пара распадается. Российский психолог Катерина Сафронова предлагает молодым людям посмотреть друг к другу и понять, совпадают ли партнеры по базовым, статическим параметрам. Их всего три:

>>> Быт >>> Интимные отношения >>> Мировоззрение

Быт – важнейшая составляющая семейной жизни. Дома мы расслабляемся, позволяем себе быть самими собой. И если каждый день уговаривать себя не замечать разбросанные носки или делать вид, что не видишь невымытую посуду, то рано или поздно недовольство проявится в раздражении или эмоциональном взрыве. Интимные отношения в браке тоже чрезвычайно важны. Надо научиться говорить о своих чувствах, желаниях и предпочтениях. Замалчивание и ложная скромность, могут привести к неудовлетворённости или насилию над собой. Это частая причина разводов. Мировоззрение – это видение будущего каждым из партнеров. Если видение не совпадает, то пара не сможет не только договариваться о чем-либо, но идти на компромисс. Например, муж не хочет обзаводиться детьми до достижения материального благополучия, а жена, наоборот, торопится. Если каждый убежден в своей правоте, то диалога не получится.

На помощь молодым приходят и традиции. Если юноша и девушка выросли в традиционных семьях, они знают, как надо выстраивать отношения – их понимание семьи совпадает. Им легче подстраиваться друг к другу – ведь их роли четко прописаны, определены правила и обязанности. В этом преимущество традиционных семей.

И все-таки основная причина, которая приводит молодых людей к браку, – это любовь! А любовь не оглядывается на недостатки характера избранников, статус семей и общение внутри них не оценивает родителей и забывает про традиции. Поэтому имеет смысл довериться этому удивительному чувству.

²¹ Сатир В. Указ. раб.



КАКИЕ КАЧЕСТВА РАЗВИВАТЬ В СЕБЕ?

Второй вопрос, который мы задали супругам со стажем семейной жизни, это: «Что нужно делать, чтобы быть хорошим мужем/женой? Какие качества являются наиболее важными в семейных отношениях?». Наверняка, этот вопрос заставил задуматься мужчин и женщин, ведь четкого определения, какой должна быть хорошая жена или хороший муж, не существует. Только в паре супруги могут дать оценку своей половинке. Ведь что хорошо для одного человека, может быть неприемлемо для другого.

Конечно, важно быть внимательными и понимающими, заботливыми и верными. Уважать своего партнера, слушать, поддерживать, уметь идти на компромиссы, любить, наконец. Женщины видят идеального мужа главой семьи, решающим все трудности. А для мужчин идеальная жена – мудрая женщина, хорошая хозяйка и заботливая мать. То есть супруги говорят все о тех же семейных ценностях, которые мы исследовали выше! Обладая этими замечательными качествами и способностями, мужчины и женщины обязательно должны стать хорошими супругами! Возможно ли это? Скорее всего – да, ведь ценности – это то, что уже проверено многими поколениями!



ИДТИ ЛИ НА УСТУПКИ?



А вот вопрос: «На какие уступки и условия нужно быть готовым в семейных отношениях?» имеет смысл рассмотреть с нескольких сторон. Конечно, опрашиваемые семейные пары ответили на него в обычном ключе: надо уступать, идти на компромиссы, быть готовым ко всему, молчать или терпеть. Но эта глава посвящена передаче позитивного, полезного опыта молодым парам. А уступки не всегда могут оказаться полезными.

Что об этом думают современные психологи? Разумеется, в паре, супруги должны идти на уступки. Уступка – это действие, при котором человек подавляет свои желания и на первое место ставит потребности партнера, т.е. жертвует своими интересами и желаниями. Это помогает избегать конфликтов и напряжения. Сохраняет в семье мир.



А вот исследование психологов из Денверского университета²² доказало, что чем больше супруги отодвигают на второй план свои потребности ради партнера, тем больше у них портятся отношения. Более того, супруги могут погрузиться в депрессию. Почему это происходит? Когда мы отказываемся от своих желаний, то теряем личностные ресурсы – а это всегда стресс. Чтобы пережить стресс, необходима поддержка партнера, она помогает справиться с чувством уязвимости, связанным с принесенной жертвой. Супругам важно договориться отмечать уступки друг друга и благодарить за это: «Я вижу, что ты очень устал, и все-таки помоги мне пожалуйста!» или «Я знаю, что ты делаешь это ради меня, благодарю тебя за это». Так партнер показывает свое понимание, поддерживает и заботится о другом – а это меняет природу стресса.



Если не оказать поддержку партнеру, который идет на уступки, недовольство будет накапливаться и рано или поздно прорвется в эмоциональных высказываниях или конфликте. А если уступающий партнер чувствует любовь и заботу, то жертва будет больше похожа на проявление доброты. В будущем муж или жена обязательно ответят тем же.



²² Частный исследовательский университет в г. Денвер, Колорадо, США.



КАК СОХРАНИТЬ ИНТЕРЕС ДРУГ К ДРУГУ?

Этот вопрос актуален не только для молодых пар, но и для супругов со стажем. В нашей анкете вопрос был сформулирован следующим образом: «Как не потерять интерес друг к другу через года? Что нужно делать, чтобы этого добиться?». Мы получили множество рецептов: от «удивлять» своего партнера – до «заниматься саморазвитием». Супруги предлагают ходить в кафе и делать подарки, устраивать праздники и сюрпризы. Но интерес друг к другу это нечто другое – это внимание, связанное с любопытством, желание узнать нечто такое, что еще не знакомо или непонятно. В психологическом словаре – интерес «высокотонусная эмоция, показатель душевного здоровья». Если пара сохраняет интерес друг к другу – это люди уверенные, самодостаточные и молодые, в любом возрасте.

В каком случае люди могут быть интересны друг другу долгие годы? Только в случае влюбленности. Интерес к близкому человеку всегда основан на любви. Так же, как и любовь основана на интересе. Психолог Александр Шахов предлагает такую «формулу любви»:

Любовь = доверие + близость + интерес

Доверие

позволяет чувствовать безопасность, уверенность, надежность рядом с партнером.

Близость –

это эмоциональная открытость, доверительный физический контакт, откровенность и принятие в отношениях.

Интерес –

это увлеченность внутренним миром партнера. Восхищение его внешними и эмоциональными проявлениями.

Без интереса любовь превращается в доверительные близкие связи – это может быть секс или партнерские отношения. Исчезает самая захватывающая часть любви – бесконечное узнавание другого человека.

Как же можно добиться сохранения интереса? Прежде всего, любить самому – радоваться успехам и поддерживать в горестях, смотреть на своего партнера, видеть его. Человек все время меняется – меняется внешность, увлечения, мысли. Это очень интересно! Надо попробовать научиться улавливать нюансы изменений, которые происходят практически каждый день! И удивляться! Ваш супруг сделал что-то новое, чего раньше не делал – удивитесь этому! Поинтересуйтесь, где он мог этому научиться или придумал сам? Заметили первый седой волосок у любимой – отметьте это! Это вовсе не признак старости – это, возможно ее переживания за ребенка, когда он болел, или перенесенный стресс на работе. Поговорите с ней об этом. Время идет, никто не останется двадцатилетним, помогите подруге принять свой возраст. Женщины всегда замечают, как муж из молодого парня превращается в зрелого мужчину. Они иногда смеются над этим, но всегда восхищаются! Важно говорить ему о своем восхищении, это очень чувственный момент в отношениях.

Важно научиться и самим удивлять партнера: придумывать новые развлечения, вкусные блюда, создавать новые образы. В анкете семейные пары говорят об этом: «Надо устраивать мини-праздники и сюрпризы, заниматься спортом, быть в форме, оставаться интересным, следить за внешним видом и языком!»²³

И конечно, развиваться самим! Освоение новых знаний, хобби, чтение – это всегда вызывает неподдельный интерес у других людей. Ведь получая новые знания или эмоции, человек меняется внутренне. Для близких появляется загадка – что нового он узнал? Как это новое изменило его? Что интересного он может рассказать мне? Для нас, людей, узнавание нового – это мотивирующая потребность. Почему бы не использовать это в семейной жизни?

²³ Отчет по результатам анкетирования в рамках проекта «ÖNEGE».

ЧТО ДЕЛАЕТ НАС СЧАСТЛИВЫМИ В СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ?

Вопрос, который исследователи сформулировали в анкете: «Что делает вас счастливым в семейных отношениях? Назовите пять причин, которые помогают сохранить теплые отношения в семье», не позволил найти те самые пять причин. Ведь каждая семейная пара, каждый из супругов по-своему видел формулу счастья. Для кого-то это: «Совместные выходы в свет. Совместные поездки в отпуск. Уважение. Воспитание детей. Взаимопонимание», а для кого-то «Умение слышать, чувствовать, понимать, вдохновлять, доверять».

«Счастливыми наших респондентов делает: отсутствие проблем; чувство юмора и умение закрывать глаза на недостатки; умение сдерживать себя; благосостояние, радость; поддержка в трудную минуту; веселая жена, веселые дети, чтоб никто никогда не болел; совместное времяпрепровождение; уметь веселиться; чистота и уют в доме; когда дети доверяют свои тайны; похвала и комплименты мужа; секс; наличие вкусного стола; знать, что тебя любят и ценят. ... – Какая разнообразная палитра важных и теплых слов, за которыми скрывается то самое семейное счастье»²⁴.

Возможно ли найти, определить самое главное, что может сделать супругов счастливыми? Исходя из размышлений наших семейных пар, довольно сложно. К счастью, поисками рецептов семейного благополучия занимались ученые – психологи и исследователи. У них есть ответы, которые позволяют найти опору, для построения счастливой семьи.

Профессор психологии в Вашингтонском университете, известный во всем мире психолог, завоевавший признание работами о стабильности в браке и вероятности разводов, Джон Готтман вместе с Джули Шварц-Готтман основали Институт Готтман и Центр исследования семейных отношений в Сиэтле. Сорок лет (!) он изучал тысячи супружеских пар и сделал множество значительных открытий в области семейных отношений. Своими открытиями он поделился в книге «7 принципов счастливого брака, или Эмоциональный интеллект в любви».

Как утверждает Джон Готтман, в семейной жизни, эмоциональный интеллект важнее романтики. Потому что позволяет глубже понимать друг друга, мотивировать партнера к проявлениям любви и заботы, эффективно решать конфликты. Его составляющие изложены в 7 принципах, которые делают брак счастливым.

²⁴ Отчет о результатах анкетирования в рамках проекта «ОНЕГЕ».

ПРИНЦИП 1

ДРУЖБА. ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ ЖИЗНЬЮ ДРУГ ДРУГА. СОЗДАЙТЕ И ПОПОЛНЯЙТЕ КАРТУ ЛЮБВИ



Что такое «карта любви»? Это наши знания о любимом человеке. Любящие супруги помнят основные события в жизни друг друга, предпочтения супруга (-и), слабости, увлечения. Знают и могут предсказать его мнение по поводу того или иного события. Они хранят эту информацию и продолжают обновлять ее по мере того, как меняются факты и ощущения в мире супруга.

В некоторых семьях супруги не интересуются жизнью своих половинок, не беспокоятся о переживаниях другого, не знают, что его (ее) радует, какие проблемы он (она) переживает. При этом, супруги спокойно относятся к тому, что партнер не уделяет особого внимания к его жизни. Они как бы идут параллельными берегами – видят друг друга, но не пересекаются.

Случается, что муж или жена не знают, чем именно занимается супруг на работе, какие функции выполняет. Бывает, удивляются, когда узнают, что супруг любит классическую музыку или является поклонником современной группы. Муж и жена не ориентируются во внутреннем мире партнера, не знают его и не хотят знать.

В счастливых семьях или, как их называет Готтман, в эмоционально-интеллектуальных браках, супруги хорошо знакомы с мирами друг друга. Каждый из супругов имеет подробную «карту любви». Муж и жена знают, о чем мечтают партнеры, к чему стремятся. Знают их режим жизни, ориентируются на желания и особенности.

Таким образом, «карты любви» защищают браки от помех, недоразумений, взаимных обид и ссор. Супруги выстраивают взаимоотношения, ориентируясь по «картам любви», сверяя маршруты и прокладывая тропинки, к сердцам друг друга.

Джон Готтман предлагает парам составлять «карту любви», чтобы лучше узнавать друг друга. Один из практических способов – это ответить на вопросы о внутреннем мире друг друга. Заполнение опросника можно организовать, как игру, когда супруги отвечают на вопросы, задавая их партнеру – выигрывает тот, кто ответит на большее количество вопросов.

1. Назови двух моих ближайших друзей.
2. Моя любимая группа, композитор или инструмент?
3. Что на мне было надето, когда мы встретились первый раз?
4. Назови одно из моих увлечений.
5. Где я родился?
6. Какие у меня сейчас трудности?
7. Подробно опиши, что я делал сегодня или вчера.
8. Когда у меня день рождения?
9. Сколько лет мы женаты?
10. Кто мой любимый родственник?
11. Моя самая большая нереализованная мечта?
12. Мой любимый цветок?
13. Чего я больше всего боюсь?
14. В какое время суток я предпочитаю заниматься любовью?
15. В какой области я чувствую себя наиболее компетентным?
16. Что меня сексуально возбуждает?
17. Мое любимое блюдо?
18. Как я предпочитаю проводить вечер?
19. Мой любимый цвет?
20. Какие личные качества я хочу приобрести?
21. Какой подарок мне понравился бы больше всего?
22. Лучшее событие моего детства?
23. Как я предпочитаю проводить отпуск?
24. Назови один из моих любимых способов утешения.
25. Кто оказывает мне самую большую поддержку (кроме тебя)?
26. Мой любимый вид спорта?
27. Чем я, скорее всего, займусь, если есть свободное время?
28. Назови одно из дел, которыми я люблю заниматься по выходным.
29. Какие страны мы посетили вместе?

30. Мой любимый фильм?
31. Какие важные события мне предстоят в жизни? Как я к ним отношусь?
32. Как я предпочитаю решать проблемы?
33. Мой лучший друг в детстве?
34. Назови одного из моих соперников или врагов

Список можно продолжить. Эти вопросы помогут супругам лучше понять себя и разработать более подробную карту жизни и мира друг друга. «Узнавание внутреннего мира другого – постоянный процесс. По сути, он длится всю жизнь», – говорит Джон Готтман.



ПРИНЦИП 2

БОЛЬШЕ НЕЖНОСТИ И ВОСХИЩЕНИЯ



Нежность и восхищение помогут сохранить романтические отношения в браке. Важно осознать, что проявления чувств – это подтверждение любви. Когда пара утрачивает эти романтические чувства, их место может занять неуважение к другому. «Неуважение – это коррозия, которая со временем разрывает связь между мужем и женой».

Старайтесь оказывать своей половинке знаки внимания, дарить подарки и делать приятные сюрпризы. Открыто, не стесняясь других, говорите комплименты, восхищайтесь внешностью и внутренними качествами друг друга. Нет ничего проще, чем сказать жене, что она очаровательна, а мужу, что он – неотразим. Но именно это и нужно чтобы отношения расцвели.



Через полгода, как Асем вышла на работу, Азамат понял, что отношения между ними стали прохладнее. Сказывалась усталость жены: работа, а дома трое детей. При этом он видел, что Асем похорошела – она успевала следить за своей внешностью.

– Я задумался, как можно сделать наши отношения прежними, – делится Азамат. – Потом понял, что ничего не надо придумывать. Я просто стал чаще говорить жене комплименты – и это правда: она действительно стала красивее. Чаще приношу домой цветы и радую ее маленькими подарками. Асем вдруг изменилась – она стала мягче, приветливее. Часто обнимает меня и говорит, что любит.

ПРИНЦИП 3 **ПОДДЕРЖКА. ЕЖЕДНЕВНАЯ ЗАБОТА**

Для стабильного и эмоционального брака необходима ежедневная забота друг о друге. Самые простые дела, можно превратить в ритуалы, в которых проявлять заботу и нежность. Например, утренний кофе или совместное приготовление ужина, прогулки по выходным, праздники, проводимые с родственниками, – все это счастливые моменты повседневной жизни, которые сплавляют семью. И конечно, поддержка. Нет ничего важнее, чем поддержка, одобрение или помощь в трудные минуты жизни.

ПРИНЦИП 4 **ОТНОШЕНИЯ НА РАВНЫХ**

Конфликты в семьях часто происходят из-за желания доминировать одним из супругов. Но никто не хочет подчиняться! Супруги должны помнить – они равноправные партнеры. Это правило уважения, о котором так часто вспоминали наши опрошиваемые семейные пары.

При этом психолог дает очень интересный совет: позвольте партнеру влиять на вас! Исследования Готтмана показали, что мужчины, которые позволяют женщинам оказывать на них влияние, живут в более удачных браках. В обратном случае существует 81% вероятности, что отношения погубят себя. Необходимо научиться уступать, идти на компромисс, прислушиваться к просьбам партнера.



ПРИНЦИП 5 ПРАВИЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ

Как ни была счастлива семья, всегда найдется проблема, которую придется решать. Конфликтные ситуации бывают в любой семье, даже самой удачной. Как правильно говорить о проблеме, чтобы не возник пожар конфликта, который бывает трудно погасить?

Во-первых, помнить, что супруги идут вместе против проблемы, а не против друг друга! Во-вторых, ни в коем случае нельзя проявлять агрессию! Если почувствовали – надо сделать паузу и успокоиться. В-третьих – не допускать оскорблений! Говорить только о проблеме, не молчать, отгораживаясь стеной и не защищаться, оправдывая себя или свои поступки. Важно слышать не себя, а партнера, объяснить свои эмоции и говорить только по существу.

ПРИНЦИП 6 ПОМНИТЬ О СЕБЕ, О СВОЕЙ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

Если следовать предыдущим принципам, то напрашивается вывод о том, что в браке сосуществуют две уникальные личности, которые достойны восхищения и любви. Важно не потерять себя, свою индивидуальность. Не раствориться в партнере, а развиваться, находясь рядом с ним.

Если у супругов есть цели, надо стремиться их достигнуть, ведь каждый человек проживает свою уникальную жизнь. Вместе с тем необходимо уважать желания и мечты партнера и, по возможности, помогать ему в их осуществлении. Супружество должно способствовать раскрытию личностей двух людей, а не быть этому помехой. «Когда вы приспосабливаетесь к браку, скрывая свою личную мечту, она снова появляется на поверхности в замаскированной форме конфликта, зашедшего в тупик».





Счастливые пары, прежде всего, видят позитивное друг в друге, то, за что можно сказать «спасибо», обнять и просто порадоваться, что жизнь свела с таким замечательным человеком. Они целенаправленно строят отношения на уважении и благодарности. Несчастливые пары, наоборот, все время ищут, к чему бы придраться в партнере, ловят каждую его или ее ошибку.

Джон Готтман

ПРИНЦИП 7 СОЗДАНИЕ ОБЩЕГО СМЫСЛА

Этот принцип самый главный! Если двое хотят быть вместе – нужны общие цели. Это фундамент отношений. Цели сплачивают семью, придают смысл союзу двоих. Общий смысл совместной жизни рождает уникальную культуру семейных отношений, со своими ритуалами, мифами, историями. Это делает семью особенной, отличающейся от остальных. Когда двое связаны общими целями, они всегда смогут интегрировать свои желания и цели в жизнь семьи, но чаще бывает наоборот: желания и цели двоих создают общий смысл жизни пары.



Ónege

ЗАКЛЮЧЕНИЕ



Итак, что же такое счастливая семья, как ее создать и сохранить? Исследования ученых и наше исследование семейных пар в рамках проекта «ÓNEGE», подтверждают известную истину: когда двое любят друг друга и готовы остаться вместе на всю жизнь, нужно потрудиться. Необходим труд, и физический, и душевный – эмоциональный. Важна ежедневная работа – для обеспечения семьи, для создания дома и уюта в нем, работа по узнаванию и принятию друг друга, развитие себя и помощь в развитии любимого человека. Наши семейные пары рассказали о своем опыте, и этот опыт во многом совпадает с выводами ученых, которые занимаются изучением семьи. Это доказывает, что семья жизнеспособна в современном мире и необходима каждому человеку для любви и продолжения жизни. Надо только немного поработать – приложить усилия для создания крепкого и гармоничного союза.





Только брак может даровать человеку полноту познания другого человека – это чудо ощущать, осознать, видеть другую личность так же неповторимо и единственно, как и познание Бога. По этой причине можно сказать, что до брака человек как бы скользит над жизнью, наблюдая ее со стороны, и только в браке погружается в самую жизнь, входя в нее через другую личность.

Это наслаждение истинным познанием и истинной жизнью рождает то чувство завершенной полноты и удовлетворенности, которое делает нас богаче и мудрее.

Александр Ельчанинов

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ИСТОЧНИКИ И ЛИТЕРАТУРА



1. Меербург И. Отчет о результатах анкетирования в рамках проекта «ONEGE». 2019.
2. Кабакова М.П. Психологические особенности казахской семьи: монография. – Алматы, Казак университеті, 2018.
3. Готтман Дж. 7 принципов счастливого брака, или эмоциональный интеллект в любви. ЛитМир (электронная библиотека).
4. Созончук Е. Секреты счастливой семьи. Из опыта семейного психолога. – М.: Ridero, 2018.
5. Сатир В. Вы и ваша семья, руководство по личностному росту. – М.: Апрель Пресс. Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
6. Сафронова Е. Гарантия счастья: как выбрать супруга и не ошибиться. Psychologies, 2017.
7. Гиппенрейтер Ю. Следовать за ребенком и помогать ему расти. Psychologies, 2018.
8. Соловьева Г., Бурова Е. Казахстанская семья как базовая ценность общества: состояние и тенденции развития. – Алматы: ҚР БҒМ ҒК ФСДИ, 2013.
9. Соловьева Г. Статья «Казахстанская семья – оплот общества и государства». Институт философии, политологии и религиоведения Комитета науки Министерства образования и науки РК, 2013.
10. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. – М.: Гардарики, 2005.
11. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – Питер, 2019.
12. Елизаров А.Н. Психологическое консультирование семьи. Учебное пособие. – М.: Ось, 2009.
13. Абай. Книга слов. – Алматы: Ел, 1993. С. 176.
14. www.bilu.kz/vospitanye.php. Обычаи и традиции казахского народа.
15. www.proza.ru. Традиции казахов.
16. www.vocabulary.ru. Национальная психологическая энциклопедия.
17. www.psychologies.ru. Электронный журнал.

В КНИГЕ ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТОГРАФИИ СЕМЕЙ:

Калдыбаевой Слушаш и Мухтарова Алтая
(Павлодар)

Лукьяновых-Сундетовых (Уральск)

Дюсекеевых (Петропавловск)

Геннадия и Жанары Франк (Уральск)

Кожаметовых (Петропавловск)

Толеубаевых (Павлодар)

Байжигитовых (Кызылорда)

Мусаевых (Кызылорда)

Калдыбаевых (Акмолинская область)

Модиных (Кызылорда)

Данияра и Рано Досымбековых (Шымкент)

Кошорова Бағлана и Турмаханбетовой Камшат
(Шымкент)



Редактор Спиридонова Н.В.
Дизайн и верстка Шипилова Т.

Подписано в печать 16.10.19. Формат 60x81 1/16. Бумага мелованная.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,25. Тираж _____ экз. Заказ № _____.
Отпечатано в типографии ТОО «Print House Gerona». г. Алматы, ул. Сатпаева, 30а/3, оф. 124.
Тел.: 7(727)399 94 59, 399 94 60, 399 94 61, 399 94 62

Редакторы Спиридонова Н.В.

Суретшісі Адильбекова К.

Дизайн жасаған және беттерген Шипилова Т.А.

Баспаға жіберілген күні: 06.09.19, Форматы 60x81 1/16.

«Ұлттық баспа, Цифрлық баспа, Шарттық баспа, Табақ 2, Тираж _____ дана, Тапсырыс № _____
«Print House Geron» ЖШС баспаханасында басылды. Алматы қ., Сатбаев көш., 30а/3, 124-көңсе.
Тел.: 7(727)599 94 59, 599 94 60, 599 94 61, 599 94 62.

1. Мербуыр Инесса, «ONEGE» жобасы аясында жүргізілген сау-алнама нәтижелері бойынша есептеме, 2019
2. Кабакова М.П., Қазақ отбасының психологиялық ерекшеліктері: монография - Алматы, Қазақ университеті, 2018.
3. Джон Готтман, Бақытты некенің 7 қағидаласы немесе Махаббаттағы эмоционалдық интеллект, ЛитМир-Электрондық кітапхана
4. Созончук Елена, Бақытты отбасы құпиялары. Отбасы психологиясы кітапхана
5. Сатир Вирджиния, Сіз және сіздің отбасыңыз, Тұғалық өсу нұсқаулығы, М. Сайір Пресс. ЭКСМО-Пресс баспасы, 2000
6. Сафонова Елена, Бақыт кенілігі: жарды қалай таңдай керек және қателеспей жолдары, Psychology, 2017
7. Гипенрейтер Юлия, Баланың артынан жүріп, оған өсуге көмектесу, Psychology, 2018.
8. Соловьева Грета және Бурова Елена, Қазақстандық отбасы қоғамның негізгі құндылығы ретінде: ахуалы мен даму үрдісі-тері, Алматы: ҚР БҒМ ҒК ФСДІИ, 2013.
9. Соловьева Грета, «Қазақстандық отбасы – қоғам мен мемлекеттің тірегі» мақаласы, ҚР Білім және ғылым министрлігі ғылым комитетінің Философия, саясаттану және дінтану институты, 2013
10. Карабанова О.А., «Отбасылық қарым-қатынас психологиясы және отбасылық кенес беру негіздері», М. Гардарики, 2005
11. Эйдемиллер Эдмонд, Юстицкий В., Психология және отбасы психотерапиясы, Питер, 2019
12. Елизаров А. Н., Отбасына психологиялық кенес беру. Оқу құрамы, М. Ось, 2009
13. Абай. Сөз кітабы. Алматы: Ел, 1993, 176 б.
14. www.bili.kz/vospitanie.php Қазақ халқының әдет-ғұрыптары мен салт-дәстүрлері
15. www.proza.ru Қазақ дәстүрлері
16. www.vocabulary.ru Ұлттық психологиялық энциклопедия
17. www.psychologies.ru Электрондық журнал

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕР МЕН ӘДБИЕТТЕР



КІТАПТА ТӨМӨНДІ ОТБАСЫЛАРДЫҢ СҮРЕТТЕРІ ПАЙДАЛАНЫЛДЫ:

Мұхтаров Алтай мен Қалдыбаева Слущаш
(Лавлодар)

Лукьяновых пен Сундетовых (Орал)

Дюсекеевтер (Петропавл)

Франк Геннадий мен Жанара (Орал)

Қожахметовтар (Петропавл)

Төлеубаевтар (Лавлодар)

Байжігітовтар (Қызылорда)

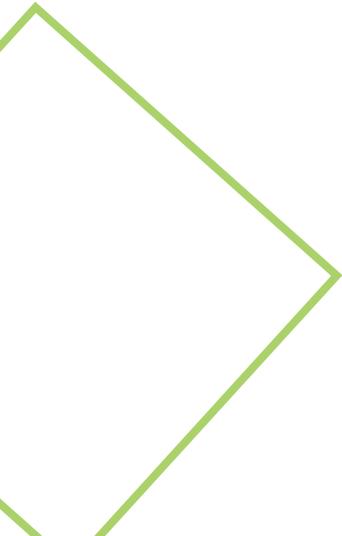
Мұсаевтар (Қызылорда)

Қалдыбаевтар (Ақмола облысы)

Моліновтар (Қызылорда)

Дәнияр мен Рано Досымбековтар (Шымкент)

Кошеров Бағлан мен Тұрмаханбетова Камшат
(Шымкент)





Сонымен, бақытты отбасы дегеніміз не, оны қалай құруға және сақтауға болады? Ғалымдардың зерттеулері мен біздің «ONEGE» жобасы арасындағы отбасылық жұптарды зерттеуіміз белгілі шындықты растап отыр: екі адам бір-бірінің сүйген-де және өмір бойы бірге болуға дайын болғанда, еңбектену керек. Бұл жерде физикалық және рухани – эмпатионалдық еңбек кәжет. Отбасын қамтамасыз ету үшін, үлді жасау және оның ішін жайлан-дыру үшін күн сабын еңбектену керек, сондай-ақ бір-бірін тану және қабылдау бағытында жамық істеу, өзін дамыту және сүйікті адамның дамуына көмек көрсету маңызды. Біздің отбасылық жұптар өз-дерінің тажрибесі туралы айтып берді және бұл тажрибеге көп жағдайда отбасын зерттеумен айналысатын ғалымдардың отбасына кәзіргі әлемде өмір сүруге қала-білетті екенін көруге болады және отбасы-арба адамға сүй және өмірді жалғасты-ру үшін кәжет. Берік және үйлесімді одақ құру үшін тек сапана еңбектену керек.



ҚОРЫТЫНДЫ





Тек неке ғана адамға басқа

адамды толық тану мүмкіндігін

бере алады – бұл құдайды тану

кереметі сияқты, басқа адамды

қайталанбастай және ерекше

сезінудің, түйсінудің, көрудің

кереметі. Осы себепті,

адам неке құрғанша өмірді

сыртынан бақылап, оның

бетімен сырғып жүргендей күй

көшеді, тек некеге

тұрғаннан кейін өмірдің ішіне

басқа адам арқылы еніп, нақты

өмірді суреті деп айтуға болады.

Осы шынайы таным мен шынайы

өмірден ләззат алу

мүмкіндігі толық сәйкестік пен

қанатат сезімін тудырады, одан

біз бай ері дана бола түсеміз.

Александр Ельчанинов

Егер алдыңғы кәсіпкерлердің ұстанса, онда некеде танғаныс пен махаббатқа лайықты екі бірегей тұлға өмір сүреді деген тұжырым жа- салады. Өзін, өз дарауының жоғалтып алмай қасында болып даму керек.

Егер ерлі-зайыптылардың мақсаты болса, онарға қол жеткізуге тырысу керек, өйткені олар адам өзінің бірегей өмірін сүреді. Со- нымен қатар жарының тіпегі мен армандарының қызығуына оларды жүзеге асыруға мүмкіндік- тіңше көмектесуі қажет. Ерлі-зайыптылық бұл екі адамның тұлғасын ашуға ықпал етуі тиіс. «Сіз өзіңіздің жеке арманыңызды жасырып, некеге бейімделгенде, ол тығыздыққа тірелген қарқынды жасырына түрінде қайталан- жанжалды бөтіне шығады».

6-КАФИДА ӨЗІН, ӨЗ ДАРАУЫҢИ ЕСТЕ САҚТАУ



Отбасы қандай бақытты болса да, әрқашан шешуді талап ететін мәселе туындайды. Шешілетіннен жатқайлар кез келген отбасында, тіпті бақытты отбасында да болады. Проблема ту- ралы бақытты қиын қарқынды тудырып алмай қалай дұрыс жеткізу керек?

Біріншіден, ерлі-зайыптылар бір-бірімен күресу үшін емес, проблемалармен күресу үшін бірге бәра жатқанын есте сақтау керек! Екіншіден, ешқандай жағдайда агрессия танытуға бол- майды! Егер сезгеніз – үзіліс жасап, сабырға келу керек. Үшін- шіден-қорлауға жол беруге болмайды! Тек қана мәселе туралы айту керек, үнсіз қалып, қабырғаның артына тығылып, қорған- бай керек, өзін немесе өз іс-әрекеттерің ақтамау керек. Со- нымен бірге өзін емес, серіктесің тыңдап, өз эмоцияларың түсіндіру және тек нақты айту маңызды.

5-КАФИДА МӘСЕЛЕРДІ ДҰРЫС ШЕШУ

Бақытты жұптар бір-бірінің тек жақсы жақтарын көреді, күшқатпа тұрып, тағдырдың осындай та-маша адаммен кездестір-геніне қуанып «ракет» деп айтуға болатын тұста-рын көреді. Олар күрмет пен алғысқа негізделген қарым-қатынас мақсатты түрде жасайды. Бақытсыз жұптар, кәсіпінше, барлық уақытта сәбітесінің сын айтуға болатын кез келген кем тұстарына тіміскілен, бір-бірінің ербір қатесін шығып айтып отырады.

Джон Готман



7-КАФИДА

ЖАЛПЫ МЕНДІ ЖАСАУ

Бұл ең негізгі қағида! Егер екі адам бірге болғысы келсе – ортақ мақсат керек. Бұл – қатынастардың іргетасы. Мақсат отбасын біріктіреді, ерлі-зайыптылардың одағын манді етеді. Бірлескен өмірдің ортақ мән-өзіндік сәлт-жоралғылары, аңыздары, тарихтары бар отбасылық қарым-қатынастың бірегей мәдениетін туғызады. Бұл отбасын басқасынан өзгешелен тұратындай айрықша етеді. Екі адам ортақ мақсатпен байланысты болса, олар ердайым өз ниеттері мен мақсаттары отбасы өміріне біріктіре алады, бірақ көбінесе кәсіпінше сәлт жатып жатады: екі адамның тілелі мен мақсаты жыбайлаптың өміріндегі жалпы мәннің қырады.

Нәзіктік пен таңдағыс некеде романтикалық қатынастар-ды қысқартып көрсетеді. Сөзімі білдіру – махаббаттың дәлелі екенін түсіну маңызды. Ерлі-зайыптылар осы романтикалық сезімдерден айырылса, олардың орнына бір-бірін күйметтемеу сезімі бауы мүмкін. «Күйметтемеу – бұл уақыт өте келе күйеуі мен әйелі арасындағы байланысты үзетін коррозия».

Өз жарыңызға көңіл бөліп, сыйлықтар беріп, қуанышты то-сынсыңдар жасауға тырысыңыз. Басқалардан ұялмай, ашық түрде комплимент айтыңыз, бір-біріннің сырты келбетіңіз бен ішкі қасиеттеріңізге тандананыңыздар. Әйеліңе – көз ала алмай-тындай сүйкімдісін, ал күйеуіңе – сен күштісің деп айтудан онай ештеңе жоқ. Қарым-қатынасты гүлдендіру дәл осы сөз-дер қажет.

Әсем жұмысқа шыққан соң жарты жыл-дан кейін Азамат өздерінің апарларындағы қарым-қатынастың салқындай түскенін түсінді. Әйелінің шаршағаны әсер еткен: жұмыс, ал үйде ұш бала күтіп отыр. Бұл кезде ол Әсемнің құлпырып кеткенін бай-қады – ол өзінің сыртық келбетінің күтімін жасап үлгеріп жүрген.

– Мен арамыздағы қарым-қатынас бұрынғыдай болуы үшін қалай жасау ке-ректің ойландым, – дейді Азамат. Содан кейін ештеңе ойлап табудың қажеті жоқ екенін түсіндім. Мен әйеліме жай ғана жиі-жиі мақтау айта бастадым – бұл шындық: ол шынымен әдемі болып кеткен. Үйге гүл-дерді жиі әкеліп, кішкентай сыйлықтармен қуантамын. Әсем кенеттен өзгеріп кетті, ол жұмыссыздық, мейірімді болса бастады. Мені жиі күшқатпа, сүйетінін айтады.



3-ҚАҒИДА

ҚОЛДАУ

КҮН САЙЫНҒЫ ҚАМҚОРЛЫҚ

Тұрақты және эмоциялық неке үшін бір-біріне деген күнделікті қамқорлық қажет. Ең қарапайым істерді жоралғыларға айналдырып жіберіп, қамқорлық пен назіктік білдіруге болады. Мысалы, таңғы кофе әзірлеу немесе кешкі асты бірге дайындау, демалыс күндері сеп-руендеу, туыстар жиналатын мерекелер – осының бәрлығы отбасын жұмылдыратын күнделікті өмірдің бақытты сәттері. Әрине, мақұлдау көрсету керек. Өмірде қиын сәттерде қолдау көрсетуден, мақұлдау немесе қиын жағдайда көмектесуден артық ештеңе жоқ.

Отбасындағы жанжалдар көбінесе Ерлі-зайыптардың біреуі екіншісіне ұстамдық еткісі келетініне байланысты туындайды. Бірақ ешқайсысы бағынғы-сы келмейді! Ерлі-зайыптар өздерінің қықыртары тән екенін есте сақтауы керек. Біздің сұпаққа жауап берген отбасылық жаппар осы құрметтеу ережесін жиі еске алған.

Бұл ретте психолог өте қызықты кенес береді: жұптасыңызға сізге асер етуіне рұқсат етіңіз! Готман зерттеулерінде күйеу әйелінің сөзіне күлак аса-тын некедегі еркектер анағұрлым бақытты некеде өмір сүретінін көрсеткен. Көрі жағдайда, қарым-қатынастың үзілу ықтималдығы 81%. Айтқанымен келісін, ымыраға келді, серіктестің өтінішін тындауды үйрену қажет.

ТЕҢ ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС

4-ҚАҒИДА



ДОСТЫҚ, БІР-БІРІҢІЗДІҢ ӨМІРІҢІЗ ТУРАЛЫ СұРАҢЫЗДАР, МАХАБАТ КАРТАСЫН ЖАСАҢЫЗ ЖӘНЕ ТОЛЫҚТЫРЫҢЫЗ

«Махабат картасы» дегеніміз не? Бұл біздің сүйікті адам туралы біліміміз. Сүйетін ерлі-зайыптылар бір-біріннің өміріндегі негізгі оқиғаларды, оның қалауын, арасыздігін, әуестігін естерінде сақтайды. Оның қандай да бір оқиғата байланысты пікірін білді және болжай алады. Олар бұл ақпаратты сақтап, жұбайының әлеміндегі фактілер мен сезімнің өзгеруіне қарай оны жаңартып отырады.

Кейбір отбасыларында ерлі-зайыптылар өз жарының өмірінде не қызығушылық танытпайды, өзі тұрағы олайтынанын алаңдатамайды, оны не қуантатыны, оның қандай пробогемаларға ұайымдайтынның білмейді. Бұл ретте ерлі-зайыптылар жарының өз өмірінде ерекше назар аудармайтынны байыпты қарайды. Олар екі жағдайда жүргендей – бір-бірін көпін тұрды, бірақ кездеспейді.

Күйеуі немесе әйелі күйеуі жұмыста не істей жатқанын, қандай функцияларды атқаратынын білмейді. Күйеуі қлассикалық музыканы жақсы көретінін немесе қазір топтың табынушысы екенін білген кезде тан қалады. Күйеуі мен әйелі бір-біріннің әлемінде аласып кетеді, оны білмейді және білісі келмейді.

Бақты отбасыларда немесе топта ана атайтындай, эмпатиялық-зияткер әжұбайлар бір-біріннің әлемінде нәжәжәксі таныс. Ерлі-зайыптылардың ерқайсысының толық «махабат картасы» бар. Күйеуі мен әйелі бір-біріннің нә армандайтынның біледі. Олардың өмір тәртібі біледі, қалаулары нә ерекшеліктеріне бейімделеді.

Осылайша, «махабат карталары» некелерді келерлерден, түсінбеген, өзара реніштен нәжәжәкнәлай қорғайды. Ерлі-зайыптылар «махабат карталарының» жәрдеміне қарай жол салып, өзара қарым-қатынас қалыптастырады.

Джон Готман бір-біріннің жақсы білу үшін «махабат картасын» жасауға кенес береді. Практикалық тәсілдердің бір – бір-бірінің ішкі әлемі туралы сұрақтарға жауап беруді. Сауланаманы толыпды оның ішкі әлемін ұйымдастыру керек, ол кезге ерлі-зайыптылар бір-бірін сұрақ қойып, оған жауап беруді керек, көп сұраққа жауап бергені ұтады.



31. Өмірде мені қандай манызды оқиғалар күттің түр? Мен оларға қалай қараймын?
 32. Мен проблемаларды қалай шешкенді жөн көремін?
 33. Менің балалық шақтағы ең жақын досым?
 34. Менің қарсыластарымның немесе жауларымның бірін ата
- Тізімді жалғастыра беруге болады. Бұл мәселелер ерлі-зайыптарға өздерінің жақсы түсінуге және бір-біріннің өмірі мен әлемінің анағұрлым толық картасын жауапқа көмектеседі. «Басқаның ішкі әлемін тану – тұрақты процесс. Шыын мәнінде, ол өмір бойына созылады» – дейді Джон Готман.



1. Менің жақын достарымды ата.
2. Менің сүйікті тобым, композитор немесе музыкалық аспабым?
3. Біз бірінші рет кездескен кезде мен не киіп жүрдім?
4. Менің әуестігімнің бірін ата.
5. Мен қайда тулдым?
6. Қазір менде қандай қиындықтар бар?
7. Мен бүгін не кеше не істегімді талқылап сипатта.
8. Менің туған күнім қашан?
9. Біз үйленгенімізге қанша жыл?
10. Менің сүйікті туысым кім?
11. Менің іске асырылған ең үлкен арманым қандай?
12. Менің сүйікті гүлім?
13. Мен неден қорқамын?
14. Мен таулықтың қай уақытында тән ләззатымен айналысуды ұнатамын?
15. Қай салада өзімді білікті сезінемін?
16. Мені жыныстық қатынасқа түсуге не қоздырады?
17. Менің сүйікті тағамым?
18. Кешті қалай өткізгенді ұнатамын?
19. Менің сүйікті түсім қандай?
20. Қандай жеке қасиеттерді иергім көрмейсің?
21. Маған қандай сыйлық қатты ұнайды?
22. Менің балалық шағымдағы ең жақсы оқиғасы?
23. Еңбек демалысымды қалай өткізуді қалаймын?
24. Мені жұбататын сүйікті әдістердің бірін ата.
25. Маған ең үлкен қолдау көрсететін адам кім (сені қоспағанда)?
26. Менің сүйікті спорт түрім?
27. Бос уақытым болса, мен немен айналысамын?
28. Демалыс күндері айналысуды ұнататын істерімнің бірін ата.
29. Біз бірге қандай елдерге бардық?
30. Менің сүйікті фильмім?

Отбасылық тәжірибесі бар жұбайларға қоятын екінші сұрақ: «Жақсы күйеу/әйел болу үшін не істеу керек? Отбасылық қарым-қатынаста қандай қасиеттер маңызды?» Әрине, бұл мәселе әрлер мен әйелдерді ойландыруға мажбүрледі, өйткені жақсы әйел немесе жақсы күйеу болудың нақты анықтамасы жоқ. Тек біреу болғанда ғана ерлі-зайыптылар өз жарына баға береді алады. Өйткені, бір адам үшін жақсы басқа адам үшін қолайсыз болуы мүмкін.

Әрине, мүмкін емес түсініктің, қамқор және адал болу шарт. Өз жарын құрметтеу, тыңдау, қолдау, ымыраға келе білу, жақсы көру. Әйелдер мінсіз күйеуін барлық қиындықтарды шешетін отбасы басшысы ретінде көреді. Ал ерлер үшін мінсіз әйел – дана әйел, пысық әйел және қамқор ана ретінде көреді. Яғни, ерлі-зайыптылар біз жоғарыда зерттеген отбасылық құндылықтар туралы айтады! Осы тамаша қасиеттер мен қабілеттерді иеленіп отырып, ерлер мен әйелдер міндетті түрде үлгі ерлі-зайыптылар болуға тиіс! Бұл мүмкін бе? Мүмкін, әрине, өйткені құндылықтар, бұл көптеген ұрақтармен тексеріліп келген нерселі

ӨЗ БОЙЫҢЫЗДА ҚАНДАЙ ҚАСИЕТТЕРДІ ДАМУЫҢЫЗ КЕРЕК?



ген, қайғылы және масқалар сияқты бос. Көздері төмен қарайды немесе адамдарға нәрі не тырысып қалған әрі ебейсіз не бүкірейген. Бет жүзінде қабақтары түнер-отбасыларда адамның мән беттері өз жағдайы туралы айтпн тұрады. Дүне-Сонымен бірге жанжалды немесе «ауыр» отбасында байқау оңай: «Проблемалы қарсы алады және шығарып салады.

Тұрады. Отбасы мүшелері бір-бірінге күлімсіреп қарайды. Жақындарын күшәктап Ондай үйге кіргенде қарым-қатынас, қуаныш, жайлылық атмосферасы сайрап

- ашық, сенімді әлеуметтік байланыстар;
- икемді, адамгершілікті, жағдайларға сәйкес келетін ережелер;
- тікелей, айқын, адал, нақты қарым-қатынас;
- өзін-өзі жоғары бағалау;

үлгісі мынадай:

лана аласыз. Ол бақытты отбасын былай сипаттайды: «Осы жасампаз отбасылардың білуге, көруге болады? Сіз танымал психолог Вирджиния Сатир тәжірибесін пайда-Жарының отбасымен танысу кезінде тұғандардың қарым-қатынас стилін қалай тәжірибелі ерлі-зайыптылар: ең бастысы, бұл шыдамдылық деп бекер айтпайды.

отбасын құрға тырысқанда, оларда бәрі бірден бола салмайды. Сондықтан да біздің Екі адам өз әдеттерімен, отбасылық қарым-қатынас туралы өз түсініктерімен жана керек. Бізді отан үйретпеді. Өйткені бұл жас отбасылардағы кәдері болып табылады. отбасымыздан алып шығамыз. Біз басқаша істей алмайтынмызды мойнындауымаз мактану, жақындарымен араласу әдеті және т.б. қасиеттерді біз, адамдар, тұған сияқты ата-ананың мінез-құқықын сіндіріп алады. Сөйлесу тәсілі, уақыт өткізу, та-«Жарының отбасына қару-көрек» деген кенестің де жаны бар. Балалар мақта анысан үйренеді:

қызы да күлгеш келді және керісінше – түнеруді және ызалануды да балалар ата-ананың қызы дәл арасы сияқты болу ықтималдығы өте жоғары. Ал кенілі! ананың Біз эмоционалдық реакцияларды өз ата-анамыздан үйренеміз. Салмақты, сабырлы

Кен Кэри,
американдық жазушы

Егер сіз қандай да бір мәселені шешуге тырыссаңыз, оны махабатпен орындаңыз. Сіз проблеманың өзіндік себебі махабат жетіспеушілігінде екенін түсінесіз, өйткені бұл барлық проблемалардың себебі.





Саша ханшайымға ұқсаған қызға үйленді.
 Оқсана үй шаруасымен мүлдем айналыспаған –
 мұны өзінің әлсіздігімен және ... маникюрімен түсін-
 дірді.
 – Ұлымыз туған соң, Оқсана түбегейлі өзгеріп
 шықты, – дейді Саша. Ол аз ұйықтайтын болды, бірақ
 баланың күтімімен қоса, кешкі ас дайындайтын және
 үй жинайтын. Қазір ұлымыз 5 жаста, Оқсана жұмысқа
 шықты. Бірақ кешке қарай, бәрін жуып-таазалап бол-
 майынша тыным таппайды. Жақында ол мені шы-
 нымен таңғалдырды! Бір сөмке көкөніс алып келіп,
 қызанақ тұздады! Мен одан: – Не үшін? – деп сұраға-
 нымда ол қысқа дабындық. Барлығы осылай істейді! –
 деп жауап берді.
 Шын мәнінде, бұларды оның анасы істейтін. Ол
 ардайым өзі дайындаған консервілерін бізге беретін.
 Әйеліме мұны істеу не үшін керек болды – түсінібей-



«ONEGE» жобасының мамандары тәжірибесі бар ерлі-зайыптылар-дан бақытты отбасылық өмірдің құндылықтарын біліп қана қоймай, сонымен қатар жас қыздар мен жігіттерге отбасын қалай құруға және сақтауға болатыны жөнінде нақты практикалық кеңестер алуға тырысты. Осы мақсатта ерлі-зайыптылар өз тәжірибесімен бөлісіп, сұрақтарға жауап берді. Оған қоса, олар жас болғанда және өзінің отбасылық өмірін енді бастағанда оларға қандай білім жетіспегені туралы ойланды. Сондықтан отбасылық жұптардың практикалық тәжірибесін отбасылық қатынастар жөніндегі сарапшы мамандардың ұсыныстарымен бекіткен жөн.



көмектеседі!

аға туыстарымен бірге сыйысу кивин сияқты. Ерлі – зайыптылар шымдылық пен қарым-қатынаста сезілетін шилелістің міндетті түрде шығатын жолы бар және уақыт өте келе, ашу үстінде қарым-қатынасты анықтауға тура келеді.

Отбасылық қатынастар жөніндегі мамандар әр түрлі буындағы отбасы мүшесімен қарым-қатынас жасауда көну әдісін пайдалануды ұсынады: оппононтпен келісіп, өз көзқарасын дағдарудың бас тарту керек. «Жақсы айдудың жаман бәтім-тігі» – отбасындағы татулық, кімдікі дұрыс, кімдікі бұрыс екендігін анықтауда маңызды. Ұрпақтар қатынасының тәжірибе алмасуға айналдырып жіберуге болады. Балалар үлкендерді тыныштан, тәжірибе мен дәстүрлерге сүйеніп, өзіне көп пайдалы нәрсені алады. Ал аға буын балалардан өмірдің жана, прогрессивті тәсілін үйреніп, заманның талаптарына бейімделе алады. Ерлі-зайыптыларға балаларды аға ұрпақпен еректеуді ұйрету маңызды: көбінесе нәмерелері ежелер мен аталарға қазіргі заманғы өзгермелі әлемде бейімделуге және отбасының ең маңызды мүшесі болуға көмектеседі!



Ирина Молодик,
психотерапевт

Менің ойымша, қарттық – бұл өмірдің жалғасын жатқан бір бөлігі. Ол да өткен өмірі сияқты маңызды. Ал біз тірі және еректе жасауға қабілетті бола тұра, біз өмірдің осы кезеңі қандай болатынына жауапты болуымыз керек. Біздің бала-лар емес, біз өзіміз.



IV Тарау
БАҚЫТТЫ ОТАБАСЫ
ТАЖИКИСТЌ.
ЖАС ҚҰБАЛЛАРА
АРНАЛҒАН КЕҢЕСТЕР



ескерсек, ерлі-зайыптылар арасындағы келіспеушіліктер саны жағынан бірінші болып тұратыны орынды. «Кез келген қазақ үшін оның ата-анасы, туыстары, достары ардайым үлкен манге ие болған. Сондықтан олармен қазіргі қала жағдайында қандай да бір қарым-қатынас құру және сақтау тұралы мәселелер ерлі-зайыптылардың екіншісі тарапынан бұрынғы-сыңша қиындықтар туғызады»¹⁹. Ауылдық жерлерде жағдай біршама өзгеше – онда ерлі-зайыптылардың бірінші үстемдік етуі мен қыз-ғаныш біндіруі анағұрлым күшті қактығыс түдірушы болып табылады.



лары бар отбасылардағы қактығыстардың себебі болады. Ендеше біздің сауалнама-мәзірдің сұрақтарына жауап берген отбасылардың көпшілігінде табыс деңгейі төмен екенін айтудың жөні бар. Бірақ біз бұрын талқылаған отбасылық құндылықтар соншалықты маңызды бола түспекі! Өйткені, біздің ерлі-зайыптылар он жылдан астам уақыт бірге тұрып, өзара түсіністік пен махаббатты сақтай алған!

Сонымен қатар қактығыс түдіратын жағдайлардың маңыздылығы тек отбасының ал-ауқатына ғана емес, сондай-ақ отбасылық жұптаардың біліміне, жасына және әлеуметтік мәртебесіне байланысты екенін есте сақтаған жөн. Сондықтан қазақстандықтардың ниет-шараларынан келіп шығатынын немесе оларды қалай басқаруының жөні бар күйеулер өздерінің жүйбәйлерінің мінез-құлқына Отбасының өтілі бар күйеулер мен әйелдер өздерінің жүйбәйлерінің алдына алу жолдарын бағытта зерттеп алған, сондықтан ниет-шаралардың алдына алу жолдарын біледі. Біздің зерттеуде ерлі-зайыптылар шешендікті жазуға қатысты өз тәсілдерімен бөліседі: ол – әзіл, үндемей қалу және парасатты оймен талқылау, сыйлықтар жасау, секс, дамді кешік ас.

Күйеулер мен әйелдердің өткен қактығыстары тұралы өте қызықты және көңілді еске алатыны таныдандырады. «Кешкі ас дайындауға үлгермей қалдым ба, тығырықтан оңай шығамыз: кафеге барамыз. Келіссөз жүргізетін жері!» – бұл да жанжалды шешу жолы емес пе. Ең бастысы, біздің жүйбәйлер түсініп, көшіре білу, тыңдау және есту, сөйлеу және басылу тұралы айтады. Бұл қарым-қатынастағы шешендікті жазудың ең сенімді тәсілдері!

Мәнінше, бұл қазіргі заманғы қазақстандықтарға дәстүрлі құндылықтарға қарамастан, жанарды тәрбиеленудегі көзқарастар. Түсінікті қарым-қатынастар мен стереотиптер, ба-жұмысқа, демалуға деген қарым-қатынас, өмір ұрпағына қойылатын талаптар, ба-Түрлі ұрпақ өкілдері арасындағы қатығыстарды тудыратын себептер бар: оқуға, тудырынан алмақтау.

естен шығарып отыр. Бірақ ерлі-зайыптылар мәселені түбегейлі шешуді көздейді, ол ата-анана қалай қарасан, балалардың да саған солай қарайтын қарапайым шындықты өмір сүру. Екіншіке қарай, ардайыым бұллай бола бермейді. Бұл ретте адамдар сен өз қиын емесі! Әрине, ерлі-зайыптылар бірден мәселені шешу жолының арасындағы ерлерінің бір-бірімен қарым-қатынасы көзінде қандай шиеленіс болғанын елестету қысқақарааларда қанша шыдамдылық пен наразылық бар десенші! Отбасы мүше-тарына, әдетте, қиынның немесе әйелінің ата-аналарына қатысты айтылған. Осы «лардың нұсқауларының тыңдау керек» деген сөздер жиі кездеседі, бұл ретте түсі-Саламанаманың сұрақтарына берген жауаптарда: «құлдемелді! Үйрену керек!»,

паққа таң стереотиптерді тудырады. қатығыстар тудытардың нақты бірдеймен байланысты емес, ал шиеленіс басқа ұр-мастан өтеді, алайда отбасы мүшелерінің көңіл-күйіне қатысы әсер етеді. Көбінесе, бұл бұл шиеленістің күрделі түрі, ол көбінесе жасырын, қарым-қатынасты анықта-

Қрпақтар қатығысы – бұл ер түрлі жастағы топ өкілдерінің арасында: ата-ана мен бала, немере мен әже, ата арасында көліспенушілік.

ҚАҚТЫҒЫСЫ.

жауаптарда айтылды. **Бұл ұрпақтар** қарым-қатынас туралы толық бөлігі бар. Бірақ бұл тақырын тудыста-қатығыстардың маңызды құрамдас лар тікелей көрсетпеген отбасылық-бірдің зерттеуде ерлі-зайыпты-

ҰРПАҚТАР ҚАҚТЫҒЫСЫ





Балалар біздің болшағымыз, ал бізді біздің болашағымызды анықтайтын қоймайды. Сондықтан да біз балаларымызды тәрбиелей отырып, олардың бойына жолына тұсау болатын және ішкі жайсыздыққа әкеп соқтыратын әрессиялықтан және абсолюттік табысқа жету ұстанымдарынан гөрі, мейірімділік, жа-нашарлық, адамгершілік, эмоцияноналдық қасиеттерді сіндіруге тырысамыз. Біз ата-аналар ретінде олардың денсаулығына жауаптымыз, сондықтан біздің бала-ларымыз ұлы тұлға болмауы мүмкін деген фактіге көңілге дайынбыз.... Болшақта менің балаларым кім бол-са да, қандай мамандықты таңдамаса да, өзі де және екесі де олардың таңдауын қолдаймыз, өйткені біз үшін бірінші орында балаларымыздың іске асқан амбициясы емес, олардың бақыты тәріз!

Қызылордалық төрт баланың анасы



ОТБАСЫ ІШІНДЕГІ ӨЗАРА ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС, ЕРЛІ-ЗАЙЫПТЫЛАРДЫҢ РӨЛДІК ҰСТАНЫМДАРЫ

Ерлер мен әйелдердің қарым-қатынасы әмоционалық және мінез-күллік көрнісі-терінің өзара байланысына құрылады. Біз өзін қалай ұстау, біздің көзқарасымыз бойынша қалай дұрыс қарым-қатынас жасау, балаларды қалай тәрбиелеу керектігін білеміз. Бірақ адам мүлдем көрісінінше еректе етуі мүмкін. Сондықтан біздің ерлі-за-йыптыларда екі түрлі пікір байқалады: бір жағынан, өзіннің және құлбайының жақсы мінез-күлкія түрлерін айтса, ал екінші жағынан шынайы іс-қимыл фактілерін көрсетеді. Осындай мінез-күлкія үлгілерінің шынайы отбасы мүшелерінің бір-бірімен қарым-қатынас жасау кезіндегі атқаратын рөлдері түртісіне зерттеуге ыңғайлы. Отбасында мінездік түрде рөлдік құрылым болды, олар отбасының міне-деттері мен қызметтерінің орындауын қамтамасыз етеді. Рөлдердің мазмұны және олардың толықтырылуы қоғамда қабылданған нормаларға сәйкес келді, яғни отба-сы мүшелері отбасының өмірлік болуы үшін белгілі бір ережелерді орындауы тиіс. Рөлдік ережелердің нәменесі мінездерді орындамай салғандары рөлдің қаттылығына тиіс.

Түрлі рөл мүмкін.

Мәселен, дәстүрлі қазақстандық отба-сының жұмыс істеу ережелеріне сәйкес рөлдер нақты рөлдерінің бекітіледі: ер адам – маң табушы, ал әйел – ошақ иесі. Бірақ іс-жүзінде көбінесе басқаша болатын жағдай: жұмыс істей-екеуі де – күйеуі де, әйелі де жұмыс істей-ді. Көптеген қазақстандық отбасыларда әйел отбасындағы жалғыз асыраушысы екені де мәлім. Бұлған себеп әлеуметтік өз-герістердің нәтижесі – ерлердің лайықты жұмыс табуындағы қиындықтары, ал кей-бір өндірістерде жұмыс орындары санының жеткілікті болмауына байланысты әйел-дерді өзіннен тәмен отбасы басшысының рөлін атқаруға мәжбүрлейді. Сонымен



III Тапай

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ОТБАСЫНДАҒЫ ӨЗАРА ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС





Татьяна мен Сергей 28 жыл бірге тұрып келеді! Балалары бөлек шығып, өз алдарына отбасын құрған. Әр-мәреке сайын олар бас қосып, бірге жиналады. Алай-да, жұмыс күндері басталғаннан кейін ерлі-зайыпты-лардың өмірі қайтадан бір қалыпқа түсіп, тыныштық-орнайды. Сергей жұмыста, ал Татьяна жақында зейнет-ке шыққан.

Бірде құрбысы Татьянаны халық театрына қойы-лым көруге шақырды. Ол жақта кез келген ниет бір-діруші адам шығармашылықпен айналысып – актерлік-шөберлік, сөйлеу шөберлігі секілді курстарға қаты-сып, қолөнермен айналысып, актерлерге киім тіксе де-болады екен.

Біздің кейіпкерлеріміз өз өмірлеріне өзгеріс ең-гізуді қалап, театрға артасына бірнеше рет келіп-тұратын болып шешті. Татьяна актерлік шөберлікті-тандады. Бірнеше айдан кейін ол балаларға арнаған-қойылымда әженің рөлін ойнауға шақырылды. Оның-қолынан келді! Қазір ол сұранысқа ие актриса: рөлі де-өзіне сай – әженің рөлі!

Татьянаның қызығушылығы отбасының өмірін өз-гертті! – енді ерлі-зайыптылар кешкі отырыста да қызы-ангімелерге кірісіп, екеуі де өз жаңалықтарымен бөліседі. Театрдағы қойылымдарға балалары мен немерелері-де келеді, бұл – олар үшін үлкен мәреке. Осылай-ша аналарының қызығушылығы отбасын жұмылдыра-тысып, өмірлерінің мәнін арттырды!



Бос уақыт – бақытты отбасын құрайтын негізгі моделдердің бірі. Қазақстандық отбасылар үшін уақытты бірге өткізу – өмірдің маңызды сәттерінің бірі. Сайлана-жобасының сарапшысы Максим Мищенко:

«Отбасылық бос уақытты бірге өткізу не үшін керек? Біріншіден, ол жиналған жағымсыз әсерлерден арылып, күнделікті күйбең тірлікті ұмытып, жақсылар демалуға мүмкіндік береді. Екіншіден, жана ортақ тажирібелері сезімдеріміз арқары қарым-қатынасқымызды байыта түсеміз. Тағы бір ортақ әсерлер тарихы пайда болады. Бір-бірімізбен бөлісіп, бірге еске алатын дүниелер жеткілікті. Ортақ бірегей тажирібелер көзінде алынған сезімге ештеңе тән келмейді. Бозала таңға бірге таңда-на қарағанымыз. Немесе бірге саяхаттап, өзіміз үшін жана елдер нем маденнеттерді ашқанымыз. Бір-бірімізбен әсерлерімізді, таңданғанымыз бен қуаныштарымызды бөліскеніміз. Үшіншіден, бұл эмоцияларды тоқырауға ұшыраудың аяғын алу. Ағылшын тілінде «HappyWifeHappyLife» деген мақал бар («әйел бақытты болса – отбасы бақытты»)». Әрине, бұл жағдай әйелге ғана емес, сондай-ақ күйеуіне де байланысты. Бір-біріңді эмоцияларды толқытырып, отыра аса маңызды. Тура демалыс секілді, бос уақытты бірге өткізу эмоцияларды қайта қалыпта қалудың қайнарлары... Төртіншіден, бос уақытты бірге өткізу қарым-қатынасты нығайтып, бір-біріңді жақсы тани түсуге көмектеседі. Біздер уақытты бірге өткізгенімізден ләззат ал отырып, уақытты бірге өткізген кезде, бір-бірлігіңдерге біреуіміз, мұндайда әркім өзінше жана қырынан ашыла түседі!» «ONCE»



Бос уақытты отбасына,
туыстарыңа және
балаларыңа
арнаңыздар, сондай-ақ
өз қызығушылықтарыңыз
жайлы да ұмытпаңыздар!
Бұл бақытты отбасының
жетінші реценті!

БОС УАҚЫТ ЖӘНЕ ДАМУ



Тәні саудын жаны сау.

Қазақ мақалы

Ата-аналар балаларын денсаулықтарын қорғауға үйретуге міндетті. Ұлдар мен қыздарын репродуктивті денсаулығын сақтау бала жастан басталатынын ұмыт-панайыздар. Болашақ балалардың денсаулығы болашақ ата-ананың денсаулығына байланысты болмақ. Ерлі-зайыптылар денсаулық жағдайына физикалық факторлар ғана емес, дәл солай психологиялық және эмоцияланды факторлардың да ықпал ететіндерін білуіміз тиіс.«ОНЕGE» жобасының сарапшысы Светлана Булакова айтқаныша, «күйзеліс, қорқыныш, ақпараттану дегеніміз төмендігі, әкесінің немесе анасының мінез-күлкінің әдеттен тыс болуы, эмоцияланды және сексуалды өмірдің бұзылуы, психологиялық кемсіздік, сыртық немесе ішкі қаттығыстардың болуы, өзін-өзі қабылдамай, бала туу мәдениетінің жоқтығы секілді факторлар да маңызды рөл ойнайды»⁸. Барлық ата-анан сипаттамалар отбасында пайда болады, сондықтан да ерлі-зайыптылардың оларды білгені және түзете алғаны аса маңызды. Жастарды күйзелістен қыресуге, қоршаған ортаның жағымсыз факторларына қарсы тұруға үйрету қажет. Отбасының барлық мүшелерінің өмірде тұрақты түрде меди-циналық тексеруден өту бағдарламаларын қосу қажет – бұл отбасы қамқорлығының бір ортаға түйістіріп, бақыты ете түседі.

АУҚАТТЫЛЫҚ ЖӘНЕ ӨЗ ҮЙІНІҢ

Қаржылық молшылыққа
қол жеткізіп, өз үйіңізге
не болыңыз!
Бұл бақытты отбасының
алтыншы рәңгін!

Ауқаттылық және материалдық қамтамасыз етілу – бір қарағанда, отбасының бұл құраушысы бірінші кезекте болуы керек секілді. Дегенмен, сауалнамамызға қа-тысқан ерлі-зайыптылар материалдық молшылық туралы көп айта бермеген, тек басқа тақырыптарға және отбасында кездесетін киикіжіндідер жайлы сұраққа қатысты ғана сөз қылған. Соған қарағанда, біз үшін бақыт ақшада емес көрінеді және ол ақ-шамен өлшенбейді. Олай болса, біздер, қазақстандықтар, ақшаның мөлшеріне еш қатысы жоқ бағыттерден сөзіміздерді, отбасы мен балаларымызды қорғауға көмекте-сетін, жалпы адамзатқа тән құндылықтарды сақтай білген екенбіз.

Дегенмен де ауқаттылықтың қажет екені өтірік емес. Ертенгі күнге деген сенім, балаларға қажас білім беру және бос уақытты пайдалы өткізу тікелей осы жағдайға байланысты. Отбасының өмірі қаншалықты ізгі жайлы ері сау болатыны ауқаттылыққа тәуелді. Ауқаттылық және есіп-өркендеу.

Ерине, әрбір отбасы мұндай жақсы түсініді және отбасының дамуы үшін қолдан-көпелгенін бәрін жасайды. Көп жағдайда ерлі-зайыптылар жеткілікті тіршілік дегеней-мен қамтамасыз ету үшін бірнеше жерлерде жұмыс істейді. Қосымша жұмыс алады немесе кірісті арттыру үшін үй шаруашылығын пайдаланады.

2013 жылы жүргізілген «Қазақстандық отбасы қоғамның негізгі құндылығы ретін-де: даму жағдайы және үлдістері»⁹ зерттеуінде «отбасының табысты өмір сүруіне ықпал ететін шарттардың маңыздылығы» бойынша, сандық иерархияда қаржылық ауқаттылық және өз үйінің болуы бірінші кезекке шыққан. Қазіргі уақытта көп еште-ме өзгере қойған жоқ, адамдар үшін жеке үйлерінің болуы және материалдық ауқат-тылық әлі де болса бақытты отбасының маңызды құраушысы саналады.

⁹ Қазақстан Республикасы Білім және Ғылым Министрлігі Ғылым комитеті Философия, поли-тология және дінтану институты, авторлары Грета Соловьева, Елена Бурова.

5 М. Қабақова, «Қазақ отбасыларының психологиялық ерекшеліктері» монографиясы.

6 «Қазақстанның отбасы қоғамының негізгі құндылығы ретінде: даму жағдайы және үлгістері».

Бір қызығы, Г.Соловьева мен Е.Буурованың⁶ зерттеулерінде «махаббат маньязыды фактор ретінде мойындалағанымен де, сандық тұлғыда алғанда, қаржы, тұлғылықты үй және денсаулық одан сәл артта шығады. Соған қарағанда, экономикалық жағдай махаббатқа ауыр сынақ болса керек». Әйтсе де, осының бәрін қарамастан, адамдардың отбасын құруына ықпал ететін басты себеп –

Махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын біз қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз.

Ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын біз қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз.

Алғашқы кезеңдегі махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын біз қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз.

Ерлі-зайыптылар күн сабын уақытты қалай өткізгендерін енгізе қылып, бірге сөзденген, кінәсіз немесе қонаққа барып тұрған келісі.

Алғашқы кезеңдегі махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын біз қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз.

Алғашқы кезеңдегі махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын біз қарастырамыз. Бірақ бұл жерде біз тек махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз, ал махаббаттың негізіндегі ерекшеліктері мен ерекшеліктерінің жасқа байланыстылығын қарастырамыз.

ДЕНСАУЛЫҚ

Денсаулықтарыңызды
қорғаңыздар,
Өздеріңіздің және
балаларыңыздың
денсаулығын күшейтіңіздері
Бұл бақытты отбасының
бесінші рецензиясы!

Қазақстандықтар үшін денсаулық маңызды. Алайда, оны көбінесе балаларға қатысты қолданады. Ата-аналары, бірінші кезекте, балаларының денсаулығын ұайым-данды, солардың амандығын тілейді! Өз денсаулықтарының сирек ойлайды, көбінесе барлығымыз аман болмайық деп, жалпылама алып қарайды. Дегенмен де денсаулық – бақытты отбасын құраушылардың бірі. Біздің сауалнамamızда денсаулыққа байланысты сұрақтың болмағанына қарамастан, оған қатысушылар денсаулық жайлы өте көп жазған.

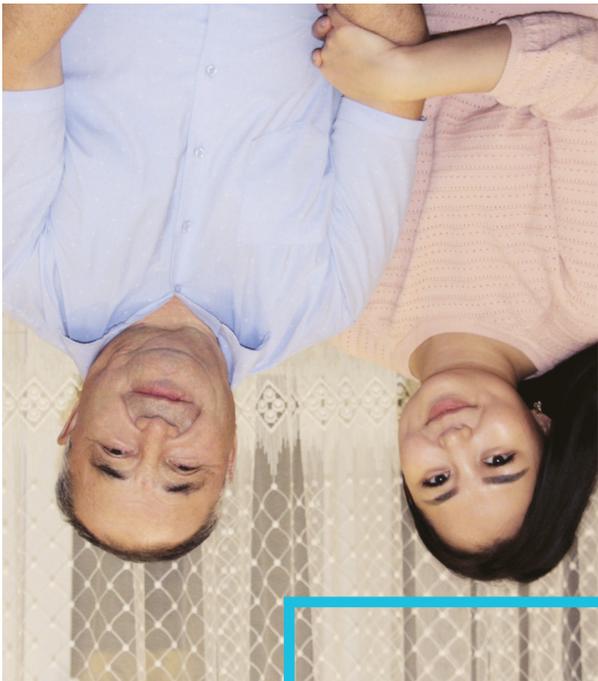
Г. Соловьева мен Е. Бурованың зерттеулерінде де денсаулық басымдық танытады. Ол үздік үштіктің қатарында. Бұл адамдардың отбасы мүшелерінің бірі ауырып қалып, сауалнамаға қатысушылардың бір де біреуі отбасындағы амандықты нығайтпайды, та түсудің тәсілдері жайлы сөз қозғамаған. Саламатты өмір салты, дұрыс тамақтану, зиянды әдеттерден аулақ болу жайлы мың қалдырған. Қазақстандықтар үшін денсаулықты нығайту ең маңызды тәсілдер болмаса керек. Соған қарамастан, кейде ауырып қалған жағдайда теріс емделуге күкылы екендіктері жайлы айтылған.

Саламатты өмір салтының негізі дәл осы отбасында қалыптасатынының ұмытпаған жоң. Адамның болашақта өз денсаулығына қалай қарайтыны ата-ананың ықпалына байланысты. Денсаулық та қатарына кіретін отбасы құндылықтары оның өмір сүру салтын анықтайтыны болады. Ата-анасының ерекшелігі, өз денсаулығына ата-анам-рым-қатынасы, тамақтану әдеттері, бос уақытының пайдалану тәсілдері адамның өз өмірін және балаларының өмірін жайғастыруында басты ұстанатын үлгіге айналады.

Адамдар, ерқайсымыз, құрметке зәруміз – өйткені, мойнында адамның басы мұқатқажықтарының бірі! Сондықтан да құрмет көрсетуудің басты тәсілі – жақын адамдарға қатысты сыйлы қарым-қатынас орнату. Және құрмет маңызды отбасылық қиындық екенін естен шығармай керек!

Тиетін болады. Рым-қатынастары сенімге толы болған сайын, дәреке қарым-қатынас соғұлым ауыр алып бөреді. Осылайша, адамдар бір-бірін өн неғұлым жақын болған сайын, қаламай жұбайының мазақ қылу, сынаға алу және үнемі оған мін тағу секілді жағдайларға бөбі бл – қарым-қатынастың сыйластыққа құрылмағанын білдіреді. Бірінің-бірі сый-тек жоғары тонда сөйлесетін отбасыларда өзара түсіністік болуы мүмкін емес, сеп-формасы мен нормасын анықтайтын дәл осы құрмет. Ерлі-зайыптылар бір-бірінмен тырыстығын болса керек. Өйткені, адамдар арасындағы өзара қарым-қатынастың екенін терен түсіне отырып, отбасындағы қарым-қатынасты соның негізінде құруға сипыты көбінесе тілек түрінде беріледі. Дұрысы, ағалар өз сөзінің аса маңыздылығын, сауынама сұрақтарында «құрмет» сөзі «бір-бірінді құрметтеу» дегенді пікірлерін құрметтейді. Сондай-ақ еркіндіктеріне қысым жасамастан сенім артады. Құқықтары тең, бір-біріннің мүдделерін қорғай біледі, сепіктерінің көзқарастары мен бір бл тұжырымға сүйенсек, қазақстандық отбасыларда ерлі-зайыптылардың

қабілетін және мәдениетін білудің маңызы зор. «Ерлі-зайыптылардың» деген түсініктеме берілген. Темнен, құрметті құрайтын бл қасиеттердің маңызы асықпанын сипаттаумен және көңіл бөлу дегенді топшылайды. Құрмет еркіндікті және сенімді жорамалайды. Дегенмен, құқықтар теңдігі, өзге адамның мүддесіне, оның наным-сеніміне қармет – этиканың маңызды талаптарының бірі. Қоғамның моральдық түсінігінде



Кімді құрметтесе,
соны тыңдайды.
Түрік макалы

Некелік қарым-қатынас кезінде махаббатты сақтауға не көмектеседі? Бірінші кезекте бұл – өзара түсіністік және сенім арту. Дәл осы қасиеттерді сағалағанара қатысушылар бақыты отбасын құрауға көмектесетін тізімінде бірінші болып атаған. Сөбебі, өзара түсіністік жоғалған кезде, махаббат та ғайып болады. Бұл қасиет отбасындағы махаббат түсінігінің синонимі тартады! – түсіністік жок жерде, омылар ойнайтын еңгенде қарым-қатынас жасамайды деген сөз. Бұл заңана махаббатты сақтаудың ретінде қарастыруға болады: сенім арту өнеж басқаны түсінуге тырысу – ұзақ уақыттық қарым-қатынастың келілі.

Отбасын жұмылдыра түсетін ең негізгі сезім жайлы аса жиі айтыла бермейді – мүмкін, отбасының басты тірегі ретінде махаббатты сирек сөз қылу, біздің сағаламамызға қатысқан адамдардың басым бөлігі 10 жылдан астам уақыт бірге өмір сүріп келе жатқанымен байланысты шығар. Күшті эмоциялар ақырындап сөнбестігінен өзара түсіністік, қолдау және құрмет сөкілігі байсауды ері сөкімізді сезімдер басқан. Есплблқияызың кей өңірлерінде сұраққа жауап берудің біреуі махаббатқа мүлде тоқталаған. Оған бұл жерлерде бақыты отбасының бейнесі дәстүрлер сабақтастығынан, әдет-ғұрыпты ұстатып, бала сүюден тапаратынымынөне байланысты болса керек. Дегенмен де отбасының паратынымынөне жәжәжә істеуі мүмкін емес. Егер жұлтар ононо жыылдан астам уақыт бойы бір өмір сүріп кел жәжә, бұл отбасының махаббатқа құрылғанын біз сөсіз. Адамның махаббатқа деген сұрағының сарқылмайды. Біздер үнемі біреулерге тауелдіміз және ардайымыз өзіміздің біреулер керек екенімізді сезініміз көнеді. Осы сұраныс қанаттанатырылмаған кезде, көпеге адамдар жана махаббатты, жана күштарлықты іздеуге кіріседі. Сондықтан да біздің зерттеуіміздегі жұлтардың 50%-ы екінші рет отбасын құған.

Бір-біріңізге сүйеу болып,
түсіністік танытып, қамқор
бола біліңіздер –
бұл махаббатты құрайтын
қасиеттер. Махаббатты
көбейтіңіздер!
Бұл бақыты отбасының
төртінші реңгі!

МАХАБАТ

Міндетті түрде кырмет көрсету кажеті бұл сөйлем ерлі-зайыптылардың саулана-маға берген жауаптарында жиі кездеседі. Үлкендерге – ата-ана мен туысқандарға деген кырмет. Бір-біріне Үлкендерге қарама-қарсы қарастырылады. Бір-біріне ұқсасмайтын, ерлі екенін атай кетейікі! Ерресектерге қатысты кырмет, бірінші кезекте, қадірлі түту – яғни, бас ию, еңбектерін мойындау, сыйлау. Үлкендерге кырмет көрсету дәстүрлерінің бір бөлігі, қазақстандықтар тән менталитеттің құрамы және сипаттамасы. Бала оны кішкентайынан-ақ бойына сіңіріп өседі және өмір бойы мүлтіксіз орындайды.

Қазақстандық қоғамдағы үлкендерге деген ерекше кырмет жеке қарастырылады. Салтанатты немесе отбасылық жиынындарда үлкендер – кырметті орындайрына жайта-сады және оларға айрықша көңіл бөлінеді. Жастар үлкендердің сөзіне құлақ түріп, ақыл-кәңес сұрайды. Өзінен үлкеннің сөзін бөлу немесе аяғына дейін тыңдамай дегендікісіңізді білгіңіз келсе, көптеген отбасыларда жастар жолға шыққан уақытта үлкендерден бата алады.

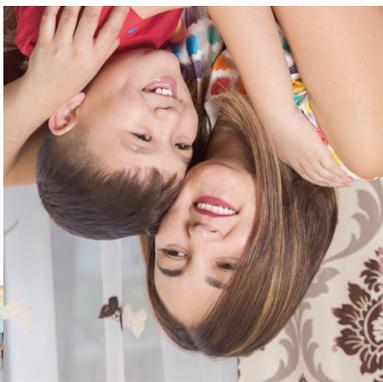
Біздердің ерлі-зайыптыларымыздың отбасында үлкендерге кырмет көрсету Ресубликамыздың барлық өңірінде, қай ұлтқа жататынына қарамастан толық сақталған. Бұл туралы ер адамдар да, әйелдер де ұмытпайды. Бұл дәстүр ұмытылған жоқ және ешқашан ұмытылмасқа керек.

Кырметтің келесі түрі – бір-біріңізді, жақындарың мен достарыңды кырметтеу. Біздердің отбасыларымыз кырмет дегенді қалай түсінеді? Бұл сұрақтың жауабы бос күйі қалыпты – сауалнамаларға қатысушылар өз кырметтеріңізді қалай көрсететіндеріңізді тарқатып бермегенімізге қайта-қайта «бір-біріңізді» пікірлесіңіздер, кырметтеудің нәтижесі.

Кырмет деген не? Еркін энциклопедияда «Кырмет – жеке адамға өзге адамдар тарапынан көрсетілетін қолданыс, оның бөлігінің мойындауы. Қырмет басқа адамға философиялық жағынан көрсетілетін қолданыс, моральды түрде болса, зиян келтірмеуді білдіреді».

**Бір-біріңізді кырметтен,
сыйлы қарым-қатынас
орната біліңіздер,
– бұл бақытты отбасының
үшінші рецеті!**

ҚРМЕТ



Адамдар не үшін некеге тұрады? Не үшін отау құрып, бала туады? Біре өмір сүрудің менің недем? Жастар жиі қоятын қарабайыр сұрақтар. Дегенмен, махаббат сәті көлген уақытта жақын болуға және сенім артуға деген сұраныс тұндырып, оларды отбасын құруға итермелейді. Өзара түсіністікті, сый-құрметті, толыққанды ата-ана болуды тек отбасында ғана сезінуге болады. Сондай-ақ тұрмыстық және экономикалық жағдай да ықпал ететіні белгілі.

Отбасын қалай бақытты қылуға болады? Отбасында өмір сүріп жатқан ерлер мен әйелдер, біздің сауалнамаға қатысқан ерлі-зайыптылар бақытты отбасы болу үшін қандай рецентілер ұсынды екен? Қандай отбасылық құндылықтар отбасын сақтауға көмектеседі? Олардың маньыздылығын сауалнама сұрақтарына жауап берген ерлі-зайыптылардың жауаптарына байланысты тәртіпте қарастыруды ұсынамыз..

ӨЗАРА ТҮСІНІСТІК ЖӘНЕ СЕНИМ АРТУ

бір-біріңізге иланым,
сенім арта біліңіздер,
сонда толыққанды өзара
түсіністік орын алады!
– бұл бақытты отбасының
бірінші рецетті

Бірінші кезекте бұл – өзара түсіністік пен сенім арту. Шындығымен, бұл негізгі құндылықтар отбасын біріктіре түсуге толықтай қабілетті. Отбасылық өтілі жоғары ерлі-зайыптылар тұлғулары жиі айтады. Мүмкін, бұл отбасын сақтайтын және нығайтатын басты қасиеттер болар. Өзара түсіністік пен сенім арту – міне, бақыттың құрамы осылар!

Алайда, бір-бірімізді түсінеміз бе? Сенеміз бе? Жұптарадың басым бөлігі олардың аса маңызды екенін біледі, бірақ оны тек тілек ретінде қабылдайды: «Өзара түсіністік болу керек». Мүмкін, олар отбасында жетпейтін шырғар? Аудымен өзара түсіністік дегеннің не екенін ұғынғын амайық, бірінші кезекте – бұл адамдардың бір-бірін тыңдауға және естуге, қажет кезде жол беруге, серпімен «бір тілде» сөйлесу, бірлігі болуы. Аққымызды түрде алсақ, бұл менгеруді талап ететін тұлғас бір ұлым, бірлігі мен мамықтар саласы. Алайда, біздерді екінің сынарының түсініуге және онымен қарым-қатынас жасауға ешкім үйретпейді, осылайша отбасын сақтап қалу үшін қалайда «жолын табу» керек болады.

Ерлі-зайыптылар көбінесе «бір-біріне жол беретіндерін» айтады, яғни ымыраға келуге тырысып немесе өз кезектестерін алға тартып жатпайды. Осы өзара түсіністік пен бақындағы бейбітшілікті сақтап қалу үшін кейін шегінеді! Осы өзара түсіністік пен бірлігі екінің адалдығын деген сөз: егер жұбыңыз өзінше дұрыс істеп тұрса, араларыңызға сенім мен құрмет болса, онымен дұрыс аққымызды қажетті қанша? Ерлі-зайыптылардың жауаптарынан байқалатын мұндай үлгісі, мүмкін, шынайы өзара түсіністік азшылық ететін болар, дегенмен де махаббат, қабылдау, ұғыну және тәзімділік қарым-қатынасты орнатпа, сөйтіп орық шешім қабылдауға көмектеседі деген тұжырымды растайды.

II тапай БАҚЫТТЫ ОТБАСЫ РЕЦЕНТИЛЕРІ





– Біз үнемі менің сінліммен және ініммен хабарласып отырамыз: мүмкін, біреуіне көмек керек болып қалар? Әмірде не болатынын алдын ала білу мүмкін емес қой. Мен ауырып қалғанда жақындарым бәрі көмектесті – отаға керекті қаражатты жинап берді!

Ал Ерланның інісі үй тұрғызамын дегенде барлық туыстар көмек қолын создыкі! Құрылыс материалдарын жеткізіп бергендер, ақшалай жәрдемдескендер болды.



Роза мен Ерланның отбасын құрғандарына 25 жылдан астам уақыт өткен. Үш баланы өсіріп, жеткізді. Олар кей отбасылардың туысқандардың көмертінсіз қалай өмір сүре алатындығына танқалады.



АТА-АНАЛАР ЖӘНЕ ТУЫСҚАҢДАР

Дәстүрлер мен салттар, бірінші кезекте, туыстардың арасындағы қарым-қатынасы анықтайды және олармен байланыс кезінде байқалады. Сондай-ақ кері байланыс та болады – қазақстандық отбасында дәстүрді қабылдауға және сақтауға туысқандармен, соның ішінде, бірінші кезекте, ата-анамен қарым-қатынас үлкен ықпалын тигізеді.

Біздер, қазақстандықтар үшін туған-туыспен дәурыс қарым-қатынас жасау – дәстүр және ол отбасын сақтауға, балаларды тәрбиелеуге көмектеседі. Оның үстіне, ата-анамен қарым-қатынас – бейжай қарайтын дүние емес. Мысалы, жас келін күйеуінің үйіне келгеннен кейінгі ене мен келін арасындағы қарым-қатынастың, келінді шарадан тыс жұмысқа

салудың кей ұшқындары әлі күнге дейін сақталған. Жас келін үлкендердің, әсіресе, енесінің айтқан-дарын екі етпей орындауы тиіс болған. Көп сөйлемей, ерліден тұру, не айта да мойынсығуы адамгершіліктің, ізгіліктің белгісі ретінде саналып, мадақталып отырған. Өз арақатынасын сақтай отырып, өз ата-анасы да оған тырмысқа шыққаннан кейін дәрежесінің өзге-ретінің үнемі есіне салып отыран.



Туғаныңмен
Сыйыспасаң,
кең дүниеге
Сыймассың,
Қазақ мақалы

атын тізіп жатуудың қажеті шамалы – барлығы араласып, ортақ болып кеткен, қазақстанның тұтас тұрғындарының біріктіретін басты ділүнне – дәстүрдің басына жиналу дәстүрі – бар дәмдінің! ұсынылып, «қырықтың бірі қыдыр» деп қабылдауы.

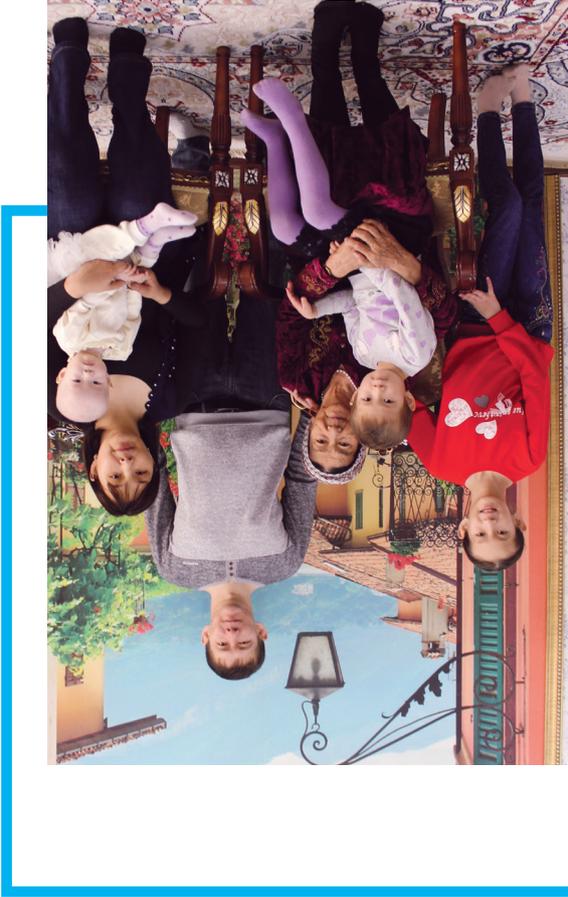
Қонақжайлылық дәстүрін барлық қазақстандық отбасылар ұлтына, дініне на-кшым-сеніміне қарамастан бірдей ұстанудаы. Біздер үйімізге келген кез келген адамды қлшмақ қарсы алып, оған бағдарлы сөздерді алуға дайынбыз! Этнографтардың өзінше қаранда, қазақ қонақжай болу аса маңызды еді: қонақ өзінмен бірге жаналықтар ала келеті, ал білім – ақпарат алмасу арқылы жүзеге асқан. Со-ныңмен бірге қонақжайлылық – көшпелі халықтың тіршілігінде өзіндік бір қызықты өмір сүрудің белгісіндей болатын. Қазіргі таңда, нинтернет пен түрлі гаджеттер дәуірінде, ақпаратты кез келген уақытта жылдам алуға болатын заманда, бұл дәстүр адамдар арасындағы жеке қарым-қатынасқа саятуға көмектеседі!

Әрине, көптеген отбасыларда отбасы құрылымынан кейін пайда болған және ба-ладан-балана берілетін өзіндік дәстүрлер де болады. Кей отбасылар мереке кезін-де (мысалы, Наурызда) басқа қалаға барып, көктемнің көрінісін тамашалайды. Кей-бірлер ерлі-зайыпты атаңнан датаны бірден кейін де атап өтулерін жағаластырады – бақытты отбасы деген де осы болса керек! Бірлер отба-сылық фотосессия жасаса, енді біреу-лер туыскандарын жаңа жылды қарсы алуға жинайды.

Отбасылық дәстүрі мейректер өңірлерге байланысты әртүрлі болады. Мысалы, Ресубликамыздың онтүстік аймағында бақытты отбасы дегеніміз бірінші кезекте, үш буын бірге өмір сүретін үлкен отбасы. Ал Ресублика-мыздың солтүстігінде бақытты отбасы – бұл екеңі мен анасы ішінде бола-сы – солтүстік облыстар үшін ата-ананың нанан бөлек тұру да өзіндік бір дәстүр.

Отбасыларда дәстүрлі қалғандар қа-лай пайда болады? Бірінші кезекте, бұл ерлі мен әйелінің, әкесі мен мешесінің, жігіттің ата-анасы мен келінінің арасындағы қарым-қатынас. Қазақ отбасына-рында, дәстүрге сәйкес, отбасының орны басымдылыққа ие. Әйел ернен күрметпен қарап, ағайын арасындағы үлкендерге кішіпейілділік танытады. Сондай-ақ әйелге отбасының ұйытқы-сы, қызығуының қамқоршысы болатын рөл беріледі.

Бұрынғы уақытта келілі жігіттің ата-анасы немесе туыскандары өздері танғайтын болған. Олар неке барын-





Қазақ мақалы

Қонақ келсе,
қыт келер.

ша берік болып, өмірге сау ұрпақ келуі үшін қызды тәрбиелі, текті, көргенді орта-дан алу керектігін білген. Сөбебі, келіннің міндеті үйдің тұрмысын жайғастыру ғана емес, сонымен қатар ердің бөделін сақтап, оны асқақтата білуі де керек болатын. Бұл дәстүрдің кей ұшқындары заманауи отбасыларда да кездеседі: үйдері үлкендер ұлына немесе немересіне келін тандағанда атсалысып жатады. Жігіттер, әдетте, олардың кенесеріне қылақ түреді:

Қазақстандықтардың қазіргі өмір салты дәстүрден көп тайқи қоймаған – ер-лі-зайыптылардың қылықтары мен міндеттері фасылар бұрынғы қалпында сақталған. Мұны сағаланама сұрақтарына берілген жауаптардан да көруге болады. «Ерлі-зайып-тылардың басым бөлігіннің пікіріне сәйкес, үйдің тірлігі: тамақ әзірлеу, үйді жиену, ыдыс жуу, кір жуу және тағы басқасы әйелге жүктелген, ерлі әйелі көбінесе та істейді. Күйеуінің міндеті! – қаржылай қамтамасыз ету. Бір қызығы, «тендей» деген сөз жиі айтылады, бұл: еркек өз міндеттерін, әйел өз міндеттерін атқарады деген ұғым болса керек. Мұндайда ер әйел жұмыс ітесе, ерлі де үй шаруасына көмектесе ала-ды. Сағаланама қатысушылар қылық туралы көп сөз қозғамаған. Тек бақытты болу, көңіл бөлу, мамандық алу қылықтары жайлы айтылмайы. Еңгеру ақытылы тамактану, жайлы күтім алу қылықтары алға тарта, әйелдер қырбыларымен кездесуге, мықтаж-дықтарына ақшаларының болуы керектігіне қылықты екендерін атап өткен»:

«Отбасы институты – Қазақстан қоғамы тұрақтылығының факторы» ми-зерттеу жобасының аясында алынған мәліметтер де отбасында дәстүрлі өмір-салтының сақталғанына дәлел болғандықтан: «Отбасының жетекшісі кім ме, әйелі ме – әрлде, бұл маңызды емес пе?» деген сөзді сұрақтарға берілген жауаптар о ба-сылық өмір туралы әңгіменің көзқарастың өзгергенін растайды»: бір қарағанда, бар-лығы бұрынғыша: сағаланама жүргізілігендердің 50,9%-ы (611) патриархаттық дәстүр-меніңде, отбасының жетекшісі ер адам деп есептейді, тек – 1,7 (20) пайызы ғана әйел басшы деп жауап берген. Дегенмен, респонденттердің 31%-ы эгалитарлық отбасына сәйкес жауап берген: яғни, ерлі мен әйелі тең дәрежеде басқа-рады, ал 11,5% оған да асып түскен: олар шешім қабылдауға бағалар да атсалысуы керек деп есептейді. Естеріңізге салар болсақ, әңгіме шынайы отбасылық жағдайлар

1 «ОНЕГЕ» жобасы аясында жүргізілген сағаланама нәтижесі бойынша есептеме.



– Біздің отбасымыз ерекше, – деп әңгімеледі Оксана. Жодасым екеуміз отбасын құрғанымызға 30 жыл болды! Ал ерекше болатын себебі: мен украиннымын, ал күйеуім Ру-стем әкесі жағынан қазақ. Енем – неміс. Менің інім орыс қызға үйленді, ал сінлім үйірге тұрмысқа шықты!

Барлығымыз бас қосқан кезде, міндетті түрде әркім өзінің ұлттық татамын әзірлейді. Бәрiнiң дәмiн татып көру-ге болады: қазы мен бесбармақ та, окрошка мен борш та, шұжықтар мен рулька да, лафман мен манті де дайындала-ды. Біз бәрiн бiр-бiрiмiзден үйренiп алдық!

Біз ешқашан ұлттық мерекелерді бөліп-жарып қараған емеспіз. Барлығын бірге тойлай береміз. Наурызды да, Пасханы да, Жана жылды да.

Біздің балаларымыз үшін барлық дәстүр ортақ, себебі біз – Қазақстандықтарымыз!

Onege





Заманаулы иқтикады ақиқаты осы. Қалай болғанда да, күндылықтар тұрғысынан болатын шығар.

шектен, қазақстандық отбасыларда білім алу деген тағы бір дәстүрлі күндылық пайда қандай да бір кедергі туындаса да соған қол жеткізуге тырысады. Мүмкін, тау келе-акталмай несен алады. Шетелде білім алу мүмкіндіктерінің жаман, жиі-жиі балаларың сол жерге түсіру үшін рәптәпәт жаман, қосымша оқытады. Жиі-жиі бастайды. Көбі «бәдәлді!» мектеп немесе білікті уәкәлетті үшін ақша жинайды. деген тілектері. Ерлі-зайыптылар бұл жайлы бала ержетпей тұрып-ақ ойнастаға қазақстандық ата-аналардың тағы бір ерекшелігі – балаға дұрыс білім берсем білім алатынына, болашақ мамандығына бас қатырады.

болды. Олардың біразының мен дәнсаулығын ойнайды. Кейін – ары қарай қандай болады. ата-анасы балабақшадағанда жәнә мектептегі балаларының үнемі уайымдалуына жібереді. Негіз, мұның ішінде отбасы мүшесі үшін тиімді емес екенін мойындайтын балалар ата-анасымен ержестіріп орынына, ерте жаста балбақшаға апарып, бір үйді өмір сүретін үш бұрынды кездестіру бұл өте сирек жағдай. Заманаулы білім мен жаңа құндылықтар ақырғында дәстүрлі отбасыға еңіс келіп тұрғандықтан өзіне өзіне:

жарғастырып – жұлмыс істеп, мансап құрып, уақыттары өздеріне қызықты іспен неғар тұлғалардың өмірі келгенде әлі де болса бөлгенді тіріліктерінің тарына сай дайындай қызық екендігімен байланысты. Оның үстіне, заманаулы ата-аналармен, екінші жағынан ерте жастағы адамдарға баланы мектептің қазіргі талап-ұстанбайды. Бұл бір жағынан жастардың тұлғаларының өзіндік тәрбиелесек деген көрсеткішіне бірнеше міндетті ақпараттың еді. Заманаулы отбасылар бұл дәстүрлі тұлғаларға көмектесуден бастап, өзіннен кіші қарындастары мен інілеріне қолдау ең беруді дәстүрлі атақарындап жоғалтып барады. Негіз, бұл салт: болмашы ересек болатындары атай кеткен жөн. Бір кездері қазақтарға тән үлкен баланы ата-әжесі-тіптік «ортада өскен балалардың тез ержетіп, өздеріне сенімді және берсәлді» үлгісі қазіргі уақытта біздердің отбасымызға көптен кездесіп жатыр. «Демократиялық» бала өз құқығы мен міндеттері бар отбасы мүшесі ретінде қабілеттілігінен да оныңмен келесі, пікірін сұрап, күндылікті шаруа тартыды. Дәл

дәстүрлі өмір салты

Қаламық қазақ отбасын шығыстық отбасына да, батыстық отбасына да жатқызуға келмейді... Шығыстық және батыстық мәдениетке шырмалған заманауи қазақстан отбасылық көзқараста екі мәдениеттің де менталдық элементтеріне ие.

М.П. Кабакова
«Қазақ отбасының психологиялық ерекшелігі» монографиясы



Жалпы, отбасылық салтанат – бұл дәстүрлі рәсімдерді насихаттау және өскелең ланысты. Осыған ұқсас рәсімдер дәстүрге бөлік басқа да мұсылман отбасыларында тар сақталмай, мысалы, «азан шақырып ат қою» немесе «сүндет той». Оған міндетті түрде барлық жақын тума-туыс шақырылады. Әдетте, баланың ата-аналары той жа-буына дәріптеу алаңы. Қазақ отбасында бала өмірге келгеннен кейін көптеген салт-рәсімдерді насихаттау және өскелең ланысты.

Отбасының қолданысыныңдағы дәстүрлі өмір салты бақытты өмірге келіп бола ала ма? Солай болар. Өйткені, дәстүрлер фасырлар бойы қалыптасып, қандай да бір салт-тардың, ерекшеліктерінің мақсаттылығынан құралған той. Қазіргі жастар-дың кенестік білім алып, заманауи өмір салтын ұстанып, еуропалық әдет-ғұрыпқа еліктейтіндіне қарамастан, дәстүрлер сақталып келеді. Қандай да бір маңызды отба-сылық мерекеге дайындалу барысында ересектердің оны барынша дәстүрге сай қылып өткізуге тырысатындарын жиі байқаймыз. Бірінші кезекте бұл баланың өмірге келуі, үйлену тойы және мерейтойлар секілді маңызды салтанатты оқиғаларға бай-



– Менің [үлді] атам үнемі болашақты ойлап уайымдайды. Ал мен барі жақсы болады, бастысы – балаларды жақсы көріп, оларға қамқор бола білу керек деп ойлаймын. Мен өз балаларымды өте қатты жақсы көремін. Кіші балалармен ойнағанды және қызығыммен әңгімелескенді ұнатамын. Бала атада ерлі белгілерді бойып өсуі үшін оларды айналы тәрбиелеудің қажеті жоқ. Халқымыз «Әкеге қарап ұл өсер, шешеге қарап қыз өсер» демеуі мен? Сондай-ақ «Әке – тірек, ана – жауапкер» деген де бар. Лайықты өмір сүре білген, балаларын да көлешекте тек жақсылықтарымен қуантатын болады!

Қоса кетті:
 Мәрат әйелін жымыя күліп тыңдап отыр және өз ойын да да өте зерекі
 рымыз да міндетті түрде жоғары білім алулары қажет, олар ша болар еді! Оның болашағы жарқын! Және кішкентайла-қызымыз өте дарынды, ол Университетке түсіп кетсе, тама-Қазір балалардың білімі жайлы терен ойланып жүрміз. Үлкен Мәрат көбірек ақша табу үшін қосымша жұмыс алуға мәжбүр. Балаларыма және жолдасыма күтім керек. Сондықтан да белгілі. Дәл қазір мен жұмысқа да шыға алмаймын, өйткені зықты, дегенмен біраз қиыншылықты жеңуге тура келетінді бала жайлы ойланып жүрмін. Балалардың қасында өте қы-Қазір кішкентайымыз беске толды және мен төртінші басқан шыққандықтан, одан да көп болса деп армандайды! Мен үш бала болса деп ойладым. Ал Мәрат көпбалалы от-басымыз үлкен, балаларымыз көп болады деп армандайды. – Мәрат екеуіміз үйлену туралы шешім қабылдағанда, от-те: [үлді] атам:

3 балалары бар. Үлкен қыздары 10 жаста, кіші ұлдары – бес-Мәрат пен [үлді] атам отбасын құрғандарына 13 жыл болған,



БАЛАЛАР

Ерлер мен әйелдердің түсінігі бойынша бақытты отбасын балаларсыз еместету мүмкін емес. Кез келген адам бөделі мен жасына қарамастан, мінсіз отбасын міндетті түрде балалармен байланыстырады. Рес-публикамыздың кез келген өңірінде, бала – бақытты отбасының басты құраушысы. Көбінесе отбасыларда екі баладан, дегенмен үш және одан көп балалылар да жиі кездеседі. Бала неғұрлым көп болған сайын, отбасының әл-ауқаты соғұрлым жақсы. Үлкен отба-сыларда еңбекті бөліп алады: балалардың ерқайсысы ата-анасына өзінше көмектескен. Сондай-ақ ата-ана үшін бала – болашаққа деген сенім, жақсы қартаю ке-пiлдiгi. Үлкен отбасының тайпаластар арасында жоға-ры бөделге не болатынын да манғыздылығын жоймаған. Яғни, қоғамда өз абройының мен бөделінді асқакату үшін ұрпағын көп болуы қажет етілген.

Балаларды қорғаған, ешқашан физикалық түрғы-да жазаламаған, тіпті, ата-анасының айтқанына құлақ асудан қашатын жасөспiрiмдердiң өзiне түсiнiстiкпен

қараған. Қазақтар үшін бала кай уақытта болма-сын аса құнды болғаны-ақ, «Бала үй-дің патшасы» дейді дана халқымыз. Осы мақалда қазақ отбасының балаға деген қарым-қатына-сы толық көрсетілген. Сондықтан да «Балармыз, балалармыз» деген түсінік алғашы уақытта сөз қылатын тіршілімізді дәстүрлі түрде бейімдеу-ге байланысты отбасы құндылықтарының бірі-не нәзіз болды. Орыс-тардың, украиндердің, қарістер мен өзге де ха-лықтарының да отбасында өсіп келе жатқан буында ерекше қарым-қатынас



Ақтамберді жырау

Атадан алғашы
жүрегінің бастары
Алтын менен
бу болар.
Атадан жалғыз
тұтанның
жүрегінің бастары
Сары да жалқын
су болар,
Жалғыздық, сені
қайтеіні!



13. Сіздің отбасыңыз қандай қиыншылықтарға тап болып жатады және сіздер мұндай қиыншылықтармен қалай күресесіздер? Бір-біріңізге не сезінгендеріңізді, ой-ларыңызды бөліссіздер ме?
14. Жастарға қандай кенес бересіз: Жарды қалай таңдау керек? Бірінші кезекте қандай қасиетіне мән беру керек?
15. Отбасылық қарым-қатынаста қандай талалтара және шешінудеге дайын болу керек?
16. Жылдар өткен соң бір-біріңе деген қызығушылықты қалай жоғалтпауға болады? Оған қол жеткізу үшін не істеу керек?
17. Жақсы баланы қалай тәрбиелеуге болады? Сіздің ата-ана ретіндегі басты міндеттеріңіз бен құқықтарыңызды атаңыз? Өз баланыңыздың/балаларыңыздың болашақта кім болғанын қалап едіңіз?
18. Сіз үшін отбасында қандай құндылықтар аса маңызды?
19. Отбасылық қарым-қатынас кезінде сізге бақыт сыйлайтын не? Отбасындағы жылы қарым-қатынасты сақтауға көмектесетін бес себепті атаңыздар.
20. Сізше, жайлы отбасылық-тұрмыстық қарым-қатынас орнатып, оны нығайта түсу үшін не керек?

Біздер алғаш некереге тұрған ерлі-зайыптылар мен екінші рет үйленген ерлі-зайыптылардың бұл сұрақтарға қалай жауап беретіндеріне қызығушылық таныттық. Өйткені, алғашқы отбасылық өмірісіз сөз біз білгендіктан, олар ақылды бола түскен шығар?

Әсіресе, ерлі-зайыптылардың көбі 10 жылдық отбасылық өмірді артқа қалдырып, балалары есейіп кеткені аса құнды болып табылады. Кей отбасылардың мерзімі әжептәуір – олар 25 жасылдан астам ерлі-зайыпты атаңып көледі. Олар соңғы сұраққа көңілнен тоқталып, жастарға ақыл-кенес беруге толық құқылы.

Сондай-ақ сауалнамаға қатысқан отбасылардың басым бөлігінде 2 және одан да көп баланың болғанын атай кету керек. Ресубликамыздың онтүстік өңірінде сұраққа жауап берушілердің арасында бес және жеті бала тәрбиелен есірген ерлі-зайыптылар бар!

Әрине, сауалнамаға қатысқандар түрлі білім алған, ерлілі мамандық иелері. Арапараның әже-недері, жұлмысшылар, ескери қызметкерлер, кесіпкерлер, мемлекеттік қызметкерлер және үй шаруасындағы әйелдер бар. Әрқайсының бақытты отбасы туралы көзқарасы әртүрлі, әркім бақытты өзінше түсініп, бала тәрбиесіне қатысты өзіндік пікірге ие. Дегенмен, олардың барлығына ортақ үлгі бар – бұл отбасылық құндылықтар. Біздің кітабымыз да сол туралы болмақ.

ҚАЗАҚСТАНДЫҚТАРДЫҢ ОТБАСЫНДАҒЫ БАСТЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАР

I Тапай



Жұмыс қаншалықты маңызды, оқу қаншалықты қызықты, достардың арасында қаншалықты жақсы болғанымен де – біздер үйге, жақындарымызға асығамыз. Осы жақыннан алғанда, біздер білім дегенімізге, атак-данқтарымыздың бар-жоқтығына, артыл! мәдениетке жататынымызға қарамастан ұқсаспыз, өйткені жылылық пен жайлылыққа толы отбасын құрамыз. Біздерді түісіріп, бір-бірімізді түсіуге мүмкіндік беретін не? Бұл сұрақтың жауабын философиялық бағытта беріп қойған – адамдардың біріктіретін отақ қанатымыз. Мәдени, рухани, әлеуметтік құндылықтар адамның өмірмен қатар жүретін белгісіз құбылыстардың, заттардың, оқиғалардың маңыздылығын ескертеді. Күн-дүнгіліктерін түсінушілік дегеніне не болып, адамдардың іс-әрекеттерінің ынтықсыздығын анықтайды.

Біздер «ONEGE» жобасының аясында, елімізді қандай құндылық бағыттарының біріктіретінін, сондай-ақ дәріні, әлемі және әкөңілі отбасын сақтауға мүмкіндік беретінін талқылау салып, түсініп көруге тырыстық.

Бақытты ері табысты отбасылардың құндылықтары мына алмағайып заманда адам үшін отбасы қай уақытта болмасын ең аялы орта болып қалуы үшін жастардың бойында қандай қасиеттерді қалыптастырып, қандай сұраныстарға мен беріп және қандай дәстүрлерді қайта жанғырту керектігін ұғынуға мүмкіндік береді!



Біздер ерлі-зайыптарға олар отбасы және отбасы құндылықтары дегенді қалай түсінетіндерін байқау үшін 20 сұрақтан бердік:

«ONEGE»
жобасының
мамандары
Қазақстанның
Түркістан мен
Қызылордадан
бастан,
Петропавловскі
мен Павлодарға
дейін 9 қаласында
тұратын
90 отбасынан
сұхбат алды.

1. Сіз үшін бақытты отбасы деген қандай отбасы?
2. Жаксы ейел/күйеу болу үшін не істеу керек? Отбасылық қарым-қатынаста қандай қасиеттер аса маңызды саналады?
3. Сіздің отбасыңызда ең маңыздысы не: бірге уақыт өткізу, балалар, махаббат, ақша табу, үйдің тәртіп және т.б.?
4. Өзіңіздің жар ретіндегі негізгі құқықтарыңыз бен міндеттеріңізді атаңыз? Үй шаруасын қалай бөліссіздер? Сіздің отбасыңызда, әдетте, бала (балалардың) тәрбиесі кімге жүктелген? Ал ақша табатын кім?
5. Көбінесе отбасындағы кикілжіңге не себеп болады? Шилелістер мен сәтсіздіктерге қалай жаял қайтпасаңыз? Сіздердің отбасыларыңызда мәселені шешу жолдары қандай?
6. Отбасыларыңыздағы жақсы қарым-қатынас пен өзара түсіністікті нығайтудың қандай тәсілдері бар? Бос уақыттарыңызды қалай өткізесіздер? Көңіл көтеруге де, демалысқа да үлгеру үшін уақытты қалай тиімді ұйымдастыруға болады?
8. Сіздің үйде отбасылық кенес деген бар ма? Отбасы мүшелерінің арқайсысының көзқарасы қаншалықты маңызды және қүнды?
9. Ерлі-зайыптылардың ата-аналарымен жақсы қарым-қатынасты қалай сақтауға болады? Ердіңізге/ейеліңізге өз ата-ананың өзбен дұрыс қарым-қатынас орнатуға қалай көмектесе аласыз?
10. Сіздердің жұптарыңызға айналадағылар қаншалықты ықпал етеді? Сіздердің отбасыларыңызда қандай сәлт-дәстүрлер ортақтастырады?
11. Сіздер үшін туыстық байланыс қаншалықты маңызды? Өз туыстарыңызбен қарым-қатынастарыңыз қандай?
12. Отбасылық бірлесті қалай жоспарлайсыздар? Отбасында мұнымен кім айналысады? Сіздіңше отбасылық қаржыны қалай барынша тиімді басқаруға болады?



STUDY: SHARING YOUR TRAVEL OFTEN, SOONER AND MORE FREQUENTLY. SHARE IT WITH SOMEONE YOU ONLY TRAVEL WITH FOR LONGER. IT WILL FIND YOU.

Ermiş ылан-байтақ! Жазира даласы қан-
дай! Біздің елімізде қаншама түрлі ылт
өкілдері өмір сүреді. Біздер шексіз жа-
зық далада және тар қалаларда; көшпен-
ділердің қолымен құрастырылған киіз
үйлерде, сондай-ақ құрылысшылар тұрғы-
зынған үйлерде тұрамыз. Біреу баласыз жер-
ге жақын бесікке бөлейді, енді біреудің
төселі зауыт үй шатырының астында. Біз-
дер таннан тұрып білім алу үшін оқуға, қа-
білетімізді іске асырып, ерлі ақша табу үшін
жұмысқа, дене саябағымызды жоғалтпай
мақсатында жақын маңдағы жаттығу залы-
на жүтіреміз. Сонымен бірге баріміз күні-
бойы қандай да бір іспен шұғылданамыз –
адамдарға керекті заттарды өндіреміз, та-
мақ әзірлейміз, киім тіреміз, науқастарды
емдейміз, шешім қабылдаймыз, маңызды
міндеттерді атқарамыз, өзгерді оқыта-
мыз, өзіміз оқимыз және тағы басқа адамға
қажетті көптеген тірлікті жүзеге асырамыз!



KIPICPE

Onege



Кешке қарай,
барлығымызға дерлік ортақ
сәт – күнделікті үйге
оралу сәті туындайды.
Бұл күні бойы маньызды
істерден қолы
босағандардың барлығы
өз жылғы ұясына қарай
аспытатын шақ, мейлі
ол қарапайым болса да,
мұнда бізді ең жақын
адамдарымыз –
әке-шешеміз, ата-әжеміз,
ата-қарындастарымыз,
иелімізбен күйеуіміз және
балаларымыз күтіп отыр.



«Отбасы академиясы» отбасына кешенді қолдау көрсету орталығы қорамдық қорымен ұсынылған

Жоба ҚР Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ мемлекеттік гранты аясында жүзеге асты.

Рецензия жазған: Нұркатова Л.Т., әлеуметтану ғылымдарының докторы, профессор, ҚР ҰҒА корреспондент мүшесі, Әлеуметтік жұмыс жөніндегі ұлттық ресурстық орталық директоры

ISBN 978-9965-28-527-3

А67 Алмимбекова Г., Шабденова А., Ткаченко Н., Қазақстандық отбасының құндылық бағыттары. Ер-лі-зайыпты болуды түсіну. – Алматы, 2019. – 76 б.

Бұл кітаптың авторлары біздің халқымызды қандай құндылық бағыттары біріктіретінін ашып танытады, маңызды отбасылық құндылықтар және әйелдер мен еркектердің түсінігінде бақытты отбасы қандай болу керек деген саяқты маңызды ғылымдарды ашуға тырысты. Әртүрлі отбасылар-дың тажрибесіне сүйеніп, кітапта бақытты отбасылық қарым-қатынасты ұзақ уақыт бойы қалай сақтап қалуға болатынын жөнінде кеңестер берілген, шынайы отбасылардың өмірлерінен алынған мысалдар мен олардың ұсыныстары келтірілген. Кітап көпшілік оқырманнарға арналған.

Кітапты дайындағандар – Алмимбекова Г.Т. (әлеуметтану ғылымдарының кандидаты, сертификат-талған ЕҮО СОАШ School қолы, КТЗО директоры), Шабденова А. Б. (әл-Фараби атындағы Қазақ-дың Әлеуметтану және әлеуметтік жұмыс кафедрасының аға оқытушысы, КТЗО директоры-ның орынбасары), Ткаченко Н.М. (отбасылық психолог, бизнес-тренер), Қозамдық пікірді зерттеу орталығы (КТЗО) Қазақстанның 9 аймағындағы отбасы жұпарына жүйрізген сауалнама-зерттеуінің нәтижесіне сүйенген.

ҚР Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ мемлекеттік грантының қолдауымен жарияланды.

«Отбасы академиясы» отбасына кешенді қолдау көрсету орталығы КҚ басылымның мазмұнына жауап береді, ол «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ-ның ұстанымын білдіреді деген сөз емес. Осы жинақта берілген авторлардың көзқарасы «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ-ның көзқарасымен сәйкес келмеуі мүмкін.

ISBN 978-9965-28-527-3

ҮЛК 37,0
ББК 74,90

© Алмимбекова Г., Шабденова А., Ткаченко Н., 2019
© «Отбасы академиясы» КҚ, 2019



Qneger

МАЗМҰНЫ

4 КІРІСПЕ

I тарау

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ТАРДЫҢ

ОТАСЫНДАҒЫ БАСТЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАР

9 Балалар

11 Дастырғи өмір салты

15 Ата-аналар және туысқандар

II тарау

БАҚЫТТЫ ОТАСЫ РЕЦЕПТИЛЕРІ

25 Өзара түсіністік және сенім арту

29 Қолдай білдіру және достық қарым-қатынас

31 Құрмет

33 Махаббат

35 Денсаулық

37 Аукаттылық және өз үйін

39 Бос уақыт және даму

III тарау

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ОТАСЫНДАҒЫ

ӨЗАРА ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС

42 Отабсы ішіндегі өзара қарым-қатынас

44 Ерлі-зайыптылардың рөлдік ұстанымдары

48 Бала тәрбиесі

50 Отабсы ішіндегі қактығыстар

53 Ұрпақтар қактығысы

IV тарау

БАҚЫТТЫ ОТАСЫ ТӘЖІРИБЕСІ,

ЖАС ЖҰБАЙЛАРҒА АРНАЛҒАН КЕҢЕСТЕР

55 Жлп кйру. Жарды қалай таңдау керек?

57 Өз бойыңызға қандай қасиеттерді дамыту керек?

61 Келісімге келу керек пе?

62 Келісімге келу керек пе?

63 Бір-біріне деген қызығушылықты қалай сақтауға болады

65 Отабсылық қарым-қатынаста

72 ҚОРЫТЫНДЫ

74 Пайдаланылған дереккөздер мен әдебиеттер



Onege



ОТБАСЫНДАҒЫ
 БАСТЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАР
 БАҚЫТТЫ
 ОТБАСЫ РЕЦЕПТИЕРІ
 ҚАЗАҚСТАНДЫҚ
 ОТБАСЫНДАҒЫ ӨЗАРА
 ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС
 БАҚЫТТЫ
 ОТБАСЫ ТӘЖІРИБЕСІ
 ЖАС ЖҰБАЙЛАРҒА
 АРНАЛҒАН КЕҢЕСТЕР

ЕРЛІ-ЗАЙЫПТЫ БОЛУДЫ ТҮСИНУ

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ОТБАСЫНЫҢ ҚҰНДЫЛЫҚ БАҒЫТТАРЫ