УДК 159.923.2.

Губернаторова А.С.,
студент
3 курс, факультет «Консультативная психология»
Московский Психолого-социальный Университет
Россия, г. Москва

ПРИНЦИПЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ СЕМЕЙНЫХ ЖЕНЩИН ПО ПРОБЛЕМЕ ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Аннотация. *Психологическое благополучие замужней женщины складывается на пересечении супружеской, материнской и профессиональной ролей, тогда как консультативная помощь в России организована вокруг пары, беременности или острого кризиса. Цель – обосновать принципы консультирования семейных женщин по вопросам их психологического благополучия на основе теоретического анализа и сопоставления психологических концепций, формально-юридического анализа норм и сравнительного анализа демографической статистики. Установлено, что эвдемоническая и гедоническая модели благополучия описывают отдельную личность, семейное же консультирование работает с отношениями, и это расхождение определяет выбор единицы помощи. Устойчивое соотношение браков и разводов, более чем двукратные межрегиональные различия в частоте разводов и преобладание финансовых причин в представлениях населения о распаде семьи указывают на зависимость запросов женщин от экономического контекста. Нормы о социальном обслуживании и методические рекомендации здравоохранения задают консультированию коррекционную и демографически ориентированную рамку. Обоснованы пять принципов: ролевой целостности, контекстуальности, двухуровневой адресации, ресурсной направленности и межведомственной маршрутизации*

запроса. Принципы применимы при разработке программ комплексных центров социального обслуживания, кабинетов медико-психологического консультирования и семейных психологических служб.

Ключевые слова: *психологическое благополучие, семейная женщина, психологическое консультирование, принципы консультирования, удовлетворенность браком, социальное обслуживание, семейная политика.*

Annotation. *The psychological well-being of a married woman is shaped by her marital, maternal and professional roles. Counseling services in Russia focus on the couple, pregnancy or crisis. The aim is to substantiate principles of counseling married women on their psychological well-being. Comparative, legal and statistical analysis is used. Eudaimonic and hedonic models of well-being describe the individual, while family counseling works with relationships. This difference defines the unit of help. A stable ratio of marriages to divorces, more than twofold regional differences in divorce rates and the prevalence of financial reasons for divorce in public opinion show that women's requests depend on the economic context. Social service law and health care guidelines set a corrective and demographic framework for counseling. Five principles are proposed: role integrity, context sensitivity, two-level targeting, resource orientation and interagency routing. They can be used in social service centers, medical and psychological counseling rooms and family psychological services.*

Keywords: *psychological well-being, married woman, psychological counseling, counseling principles, marital satisfaction, social services, family policy.*

Введение

В 2024 году в России зарегистрировано 880 тысяч браков, а количество разводов за 12 месяцев снизилось на 5,7% в сравнении с 2023 годом [2], и за этими сдвигами стоят решения, которые в семье во многом принимает женщина, а их устойчивость зависит от ее психологического благополучия.

Государственная семейная политика уже включила психологическую помощь женщине в число своих инструментов. Методические рекомендации, направленные письмом Минздрава России от 01.07.2025 № 15-4/И/2-12980, связывают консультирование женщин и семейных пар с формированием репродуктивных установок [4]; Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ выделяет социально-психологические услуги в самостоятельный вид социальных услуг [8]. В обоих документах женщина предстает получательницей помощи в трудной ситуации или будущей матерью. Ее благополучие в повседневной семейной жизни, вне кризиса и вне беременности, собственной консультативной рамки пока не получило.

Теоретические основания для такой рамки разработаны достаточно полно: Т.Д. Шевеленкова и П.П. Фесенко представили обзор концепций психологического благополучия и методику его исследования [12], Р.М. Шамионов – психологию субъективного благополучия личности [11]. Связь удовлетворенности браком с удовлетворенностью жизнью и психологическим благополучием в период взрослости изучена С.С. Савенышевой с соавторами [5].

Ближе всего к теме работы о материнстве и семейной помощи. Л.Э. Семенова и Е.В. Кожина связали смысл материнства с семейным статусом женщины [6]; О.А. Карабанова определила основные задачи семейного консультирования [3]. Подходы к повышению благополучия матерей на основе модели К. Рифф систематизированы И. Черемискиной и А. Самойличенко [9]. Открытым остается вопрос, как соединить индивидуальную модель благополучия и системный взгляд на семью в принципах работы консультанта. Цель статьи – обосновать принципы консультирования семейных женщин по проблеме их психологического благополучия с учетом действующих норм и семейно-брачной ситуации.

Психологическое благополучие семейной женщины в психологических концепциях и семейном консультировании

Психологическое благополучие в отечественной психологии описывается двумя линиями. Эвдемоническая линия восходит к модели К. Рифф, где благополучие складывается из шести составляющих (самопринятие, позитивные отношения, автономия, управление окружением, цель в жизни, личностный рост); обзор этой модели и русскоязычная методика ее измерения представлены Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко [12]. Гедоническая линия, развиваемая в работе Р.М. Шамионова, выдвигает на первый план субъективную оценку человеком собственной жизни и переживание удовлетворенности ею [11].

От выбора линии зависит цель консультирования: жалоба семейной женщины на неудовлетворенность может отражать и общий эмоциональный фон, и снижение отдельных составляющих (например, автономии или управления окружением), а значит, работа будет направлена либо на облегчение переживания, либо на изменение жизненных условий и способов действия в них.

С.С. Савенышева, М.Д. Петраш и О.Ю. Стрижицкая ставят удовлетворенность браком в один ряд с удовлетворенностью жизнью и психологическим благополучием [5]. У Л.Э. Семеновой и Е.В. Кожиной отношение женщины к материнству «определяется некоторыми фактами ее личной жизни»: наличием детей, семейным статусом, осознанностью либо вынужденностью монородительства [6]. В семейном консультировании, задачи которого систематизировала О.А. Карабанова, работа ведется с супружескими и детско-родительскими отношениями [3, с. 104]; личность рассматривается через ее место в семье. Расходятся же позиции в выборе единицы помощи.

Снижение ментального здоровья матерей и высокую распространенность послеродовой депрессии в России фиксирует обзор И. Черемискиной и А. Самойличенко [9, с. 640]. Из 25 публикаций, отобранных для анализа, большинство составляют зарубежные исследования, а сама

модель вмешательства, по нашей оценке, охватывает материнскую роль и оставляет за пределами супружескую и профессиональную сферы.

Перенос эвдемонической модели на замужнюю женщину имеет пределы. Автономия и личностный рост в семейной ситуации способны вступать в конфликт с ожиданиями супруга и старших родственников; консультант, который ставит их целью без учета семейной системы, рискует усилить напряжение в браке. Противоположная ошибка – растворение запроса женщины в запросе семьи, когда ее собственное состояние оценивается лишь как условие супружеской гармонии.

По происхождению неблагополучия запросы семейной женщины мы предлагаем делить на четыре группы (авторская классификация). Ролевые запросы порождены перегрузкой при совмещении супружеской, материнской и профессиональной ролей; отношенческие – конфликтами в супружеской и детско-родительской подсистемах. Контекстные запросы вызваны внешними условиями: доходом, жильем, занятостью. Кризисные возникают при разводе, утрате близкого, насилии в семье. От группы запроса зависят и специалист, и формат помощи, и необходимость подключать другие ведомства.

Понятое как характеристика жизни женщины сразу в нескольких ролях, психологическое благополучие задает консультированию двойную адресацию: работа ведется с личностью, при этом цели постоянно сверяются с состоянием семейной системы.

Семейно-брачная ситуация в России 2020-х годов как условие консультативных запросов

Брачная активность в России в начале 2020-х годов менялась скачкообразно: в 2022 году число бракосочетаний превысило миллион впервые с 2017 года [1]. Для 2024 года Институт демографии НИУ ВШЭ фиксирует одновременное сокращение числа браков и разводов [10].

На 880 тысяч браков 2024 года пришлось 644,5 тысячи разводов [7]; это около 73 разводов на 100 браков (наш расчет). Распространенная оценка,

согласно которой «восемь из десяти браков распались в 2024 году» [1], соотношение завышает и к тому же неверно его толкует. Разводы одного года касаются союзов, заключенных в разные годы. Отношение двух потоков за год описывает интенсивность распада семей лишь приблизительно, поэтому в таблице 1 оно приведено за длинный ряд лет.

Таблица 1.

Число браков, приходящееся на один развод, в России, раз

Год	2006	2011	2020	2021	2022	2023	2024
Браков на один развод	1,5	2,0	1,4	1,5	1,5	1,4	1,4

Источник: составлено по [7] на основе данных Росстата.

К 2024 году перевес браков над разводами сократился против 2011 года на 30% (расчет автора по таблице 1) и вернулся к уровню пандемийного 2020 года. Колебания абсолютных чисел почти не затронули это соотношение. Спрос на помощь при супружеском кризисе разумно считать устойчивой величиной, мало зависящей от брачной конъюнктуры отдельного года.

Межрегиональные различия в частоте разводов заметно превосходят ее колебания по годам, что видно из сопоставления крайних значений 2024 года (таблица 2).

Таблица 2.

Число разводов на 10 000 жителей в отдельных субъектах Российской Федерации в 2024 году

Субъект Российской Федерации	Разводов на 10 000 жителей
Камчатский край	66
Амурская область	60
Забайкальский край	59
Республика Тыва	33
Республика Ингушетия	33
Ленинградская область	32
Республика Мордовия	29

Источник: составлено по [7] на основе данных Росстата.

Частота разводов в Камчатском крае в 2,3 раза выше, чем в Республике Мордовии (авторский расчет). Все три субъекта с наиболее высокими значениями входят в Дальневосточный федеральный округ; в группе с низкими значениями – республики Тыва, Ингушетия, Мордовия и Ленинградская область. Причины региональных различий требуют самостоятельной проверки. Для организации помощи существенно другое: при одинаковой численности семейных психологов на 10 000 жителей и прочих равных условиях нагрузка на специалиста в Камчатском крае окажется более чем вдвое выше, чем в Мордовии. Кадры семейных психологов логично распределять с учетом региональной частоты разводов.

Часть разводов имеет экономическую природу: после прекращения выплат, при назначении которых не учитывался доход отца в разведенной семье, число разводов на Северном Кавказе сократилось в 2024 году на 21,4% [1]. Консультанта этот факт удерживает от прямолинейного толкования развода как признака утраты женщиной благополучия.

Население также связывает распад семей прежде всего с деньгами: в опросе ВЦИОМ 2024 года бедность и невозможность прокормить семью назвали 38% опрошенных; измену – 18%; недопонимание – 14% [7]. Психологические причины в этом перечне заметно уступают финансовой. Повышение пошлины за развод в восемь раз с 1 января 2025 года [1] увеличивает издержки решения, но не затрагивает тех причин, которые называют сами супруги. Если финансовая сторона положения женщины остается вне консультативной беседы, помощь проходит мимо наиболее часто называемой причины семейного неблагополучия.

Принципы консультирования семейной женщины и условия их применения

В п. 3 ст. 20 Федерального закона № 442-ФЗ социально-психологические услуги определены как «предусматривающие оказание помощи в коррекции психологического состояния получателей социальных услуг для адаптации в

социальной среде» [8], и уже сама формула нормы выстраивает коррекционную логику, рассчитанную на женщину, чья адаптация нарушена.

Статья 22 того же закона в редакции Федерального закона от 25.12.2023 № 651-ФЗ предусматривает «содействие в предоставлении реабилитационной, медицинской, психологической, педагогической, юридической, социальной помощи, не относящейся к социальным услугам» (социальное сопровождение) [8]. Сопровождение организуется на основе межведомственного взаимодействия по ст. 28 [8]. Для семейной женщины эти нормы открывают путь к медицинской и юридической помощи через организацию социального обслуживания, а гарантия конфиденциальности информации о получателе социальных услуг по ст. 6 снижает барьер обращения при семейном конфликте.

В здравоохранении действуют методические рекомендации, направленные письмом Минздрава России от 01.07.2025 № 15-4/И/2-12980: консультирование женщин и семейных пар при планировании беременности, по их тексту, «способствует формированию положительных репродуктивных установок, мотивирующих на рождение детей, и созданию позитивного психологического фона» [4]. Благополучие женщины выступает здесь средством демографической задачи, а целевые группы ограничены женщинами в ситуации репродуктивного выбора или трудной жизненной ситуации, беременными и семьями, желающими иметь детей [4].

Обе нормативные рамки объединяет одна черта: женщина получает психологическую помощь как участница кризиса или как будущая мать. Повседневное благополучие в браке, зависящее от ролевой нагрузки и экономического положения семьи, охвачено ими лишь косвенно. Восполнить пробел способны принципы, выведенные из сопоставленных концепций и данных о семейно-брачной ситуации. Их назначение – определить порядок решений консультанта до выбора конкретной методики. В нашей редакции они выглядят так: - ролевая целостность: благополучие клиентки оценивается одновременно в супружеской, материнской и профессиональной сферах; -

контекстуальность, при которой доход семьи, жилищные условия и регион проживания обсуждаются уже в первичной беседе наравне с жалобой; - двухуровневая адресация – работа с личностью женщины при обязательной сверке целей с интересами семейной системы; - ресурсная направленность (опора на сохранные составляющие благополучия наряду с коррекцией нарушенных); - направлять запрос в женскую консультацию, службу занятости или к юристу, если его причина лежит вне психологической сферы.

Каждый принцип отвечает на установленный пробел. Ролевая целостность и двухуровневая адресация примиряют индивидуальную модель К. Рифф [12] с системным семейным консультированием; контекстуальность исходит из того, что финансовые причины распада семьи население называет чаще психологических [7]. Межведомственная маршрутизация опирается на действующие инструменты – социальное сопровождение по ст. 22 Федерального закона № 442-ФЗ и межведомственное взаимодействие медицинских организаций, социальных служб и органов службы занятости, которого требуют рекомендации Минздрава России 2025 года [4], [8].

Соотнесение принципов с научными основаниями, правовой опорой и организациями, где они могут применяться, приведено в таблице 3.

Таблица 3.

Принципы консультирования семейной женщины и условия их реализации

Принцип	Научное основание	Правовая опора	Организации применения
Ролевая целостность	[6], [12]	п. 3 ст. 20 Федерального закона № 442-ФЗ	комплексные центры социального обслуживания населения
Контекстуальность	[9]	ст. 22 Федерального закона № 442-ФЗ	центры социального обслуживания, органы службы занятости

Принцип	Научное основание	Правовая опора	Организации применения
Двухуровневая адресация	[3], [5]	п. 3 ст. 20 Федерального закона № 442-ФЗ	семейные психологические службы
Ресурсная направленность	[9], [11]	прямой нормы нет	все перечисленные организации
Межведомственная маршрутизация	[3]	ст. 22, 28 Федерального закона № 442-ФЗ; письмо Минздрава России № 15-4/И/2-12980	кабинеты медико-психологического консультирования женских консультаций

Источник: составлено автором.

Результативность принципов определяется кадровыми условиями. О.А. Карабанова указывала на неудовлетворительный уровень подготовки квалифицированных специалистов-психологов для работы в сфере семейного консультирования и на необходимость общедоступной сети психологических центров помощи семье [3]. Если обучение психологов (прежде всего центров социального обслуживания и женских консультаций) останется сосредоточенным на работе с парой или с беременной, двухуровневая адресация и ролевая целостность будут применяться фрагментарно. При включении принципов в региональные стандарты социально-психологического консультирования запросы семейных женщин, вероятно, начнут выявляться до перехода в кризисную форму.

Проверить предложенные принципы целесообразно в пилотном режиме в субъектах с контрастной частотой разводов, например в Камчатском крае и Республике Мордовии, сравнивая динамику благополучия клиенток по шкалам К. Рифф до и после консультирования [12]. Различие результатов между двумя субъектами покажет, насколько контекстуальный принцип требует региональной настройки.

Заключение

Психологическое благополучие семейной женщины описывается эвдемонической и гедонической моделями, которые обращены к отдельной личности, тогда как семейное консультирование работает с отношениями. Совместить эти линии позволяет двухуровневая адресация помощи. Принцип ролевой целостности дополняет ее требованием оценивать благополучие одновременно в супружеской, материнской и профессиональной сферах.

Стабильное соотношение браков и разводов, значительные межрегиональные различия в частоте разводов и преобладание финансовых причин в представлениях населения о распаде семьи обосновывают принцип контекстуальности, при котором экономическое положение семьи и регион проживания учитываются уже на этапе первичной беседы.

Действующие нормы придают консультированию коррекционную и демографически ориентированную направленность. Закон о социальном обслуживании связывает социально-психологические услуги с коррекцией состояния, методические рекомендации Минздрава России – с репродуктивными установками. Принципы ресурсной направленности и межведомственной маршрутизации восполняют этот пробел без изменения правовой базы, опираясь на уже предусмотренное социальное сопровождение. Практическая ценность принципов связана с возможностью включить их в программы комплексных центров социального обслуживания, кабинетов медико-психологического консультирования и семейных психологических служб. Выводы касаются женщин, состоящих в зарегистрированном браке, и на неполные семьи и незарегистрированные союзы без дополнительной проверки не распространяются.

Дальнейшего изучения требуют эмпирическая проверка принципов в субъектах с контрастной частотой разводов и разработка критериев результативности консультирования по шкалам психологического

благополучия. Самостоятельной задачей остается адаптация принципов к дистанционным форматам помощи семейным женщинам.

Список литературы:

1. 8 из 10 союзов распадаются: главное о браках и разводах в России // РБК Тренды. 2025. URL: https://trends.rbc.ru/trends/social/67eb9ba99a7947165b574ab9 (дата обращения: 02.11.2026).
2. Естественное движение населения Российской Федерации за 2024 год // Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики. URL: https://rosstat.gov.ru/folder/313/document/255130 (дата обращения: 02.11.2026).
3. Карабанова О.А. Семейное психологическое консультирование – теория, практика, образование // Национальный психологический журнал. 2010. № 1. С. 104–107. URL: https://npsyj.ru/articles/article/3783/ (дата обращения: 02.11.2026).
4. Письмо Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.07.2025 № 15-4/И/2-12980 «О направлении методических рекомендаций „Обеспечение взаимодействия медицинских организаций и социальных служб, органов службы занятости при консультировании женщин в ситуации репродуктивного выбора/трудной жизненной ситуации, беременных и женщин/семей, желающих иметь детей“». URL: https://base.garant.ru/412406436/ (дата обращения: 02.11.2026).
5. Савенышева С.С., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие и удовлетворенность браком в период взрослости // Мир науки. 2017. Т. 5. № 1. URL: http://mir-nauki.com/PDF/01PSMN117.pdf (дата обращения: 02.11.2026).
6. Семенова Л.Э., Кожина Е.В. Субъективный смысл материнства у женщин, имеющих и не имеющих детей // Вестник Мининского университета.

2013. № 1 (1). URL: https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/363 (дата обращения: 02.11.2026).

7. Статистика разводов в России в 2025 году: причины большого количества случаев расторжения брака // Т–Ж. URL: https://t-j.ru/stat-divorce/ (дата обращения: 02.11.2026).

8. Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» (ред. от 26.12.2024). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_156558/ (дата обращения: 02.11.2026).

9. Черемискина И., Самойличенко А. Современные подходы к повышению психологического благополучия матерей (на основе модели К. Рифф) // Russian Journal of Education and Psychology. 2025. Т. 16. № 6. С. 640–667. URL: https://rjep.ru/jour/index.php/rjep/article/view/1019 (дата обращения: 02.11.2026).

10. Число зарегистрированных браков снизилось в 2024 году на 7%, число разводов – на 6% // Демоскоп Weekly. 2025. № 1067–1068. URL: https://www.demoscope.ru/weekly/2025/01067/barom06.php (дата обращения: 02.11.2026).

11. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, 2004. 80 с.

12. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.