

Социально-экологическая перспектива в психолого-социальной работе с семьей

Т.О. Арчакова (Россия)

Идея о том, что психолого-социальная работа с детьми и семьями должна учитывать и взаимодействие в диаде «родитель – ребенок», и широкое социальное окружение семьи, звучит в методических пособиях и профессиональных стандартах. В данной статье мы постарались пояснить, *почему* считаем социальное окружение важным, и почему его важность растет на фоне современных трендов в развитии общества. Также статья отвечает на вопрос о том, *как* учитывать и вовлекать в работу людей из социального окружения семьи. В ней представлен исследовательский и диагностический инструмент – Карта социальных контактов – и описаны стратегии и методы ее использования.

Потребности современных родителей: «свой путь» через «деревню поддержки»

В современном мире не просто отсутствует «единственно верная» модель родительства, но происходит постоянное (пере)изобретение моделей, в том числе, индивидуальных и уникальных. Выработка индивидуальных моделей не сводится к произвольному «коллекционированию» предпочитаемых элементов родительской деятельности и «выкидыванию» неподходящих. Она представляет собой разрешение конфликтов, основанных на осознании как потребностей матери, так и особенностей психического развития ребенка [12], в соответствии с ценностями матери и других членов семьи.

То же самое происходит на уровне семьи: представления о семье, как о структурной единице с определенным правильным составом и типичными функциями все реже удовлетворяет реальности. Например, мать и отец могут одинаково интенсивно выполнять родительскую функцию и даже по очереди брать отпуск по уходу за ребенком, а хозяйственную функцию семьи полностью делегировать вовне, привлекая профессиональные сервисы. Все чаще встречаются «смешанные» семьи, объединяющие детей от предыдущих браков обоих супругов. Актуальнее «говорить не о том, что такое семья, а о том, что значит "быть семьей": как мы организуем свою совместную жизнь с теми, о ком мы заботимся» [8].

Создание индивидуальной модели родительства и семьи предполагает переговоры и конфликты (внутренние или фактические) с различными группами – этническими, профессиональными, культурными

– к которым принадлежат родители и которые предписывают им нормы и ценности в сфере воспитания детей. Более того, многим родителям важно участвовать «одновременно в различных деятельности и общностях» [5], сочетая родительскую идентичность со многими другими.

Конечно, далеко не все выборы и решения – это целенаправленные усилия по формулированию своей уникальной модели родительства. Они могут существовать как «имплицитная теория» – система неявных, неотчетливо осознанных или совсем неосознанных представлений [9].

Есть ли все же какие-то универсальные факторы, которые способствуют благополучию родителей и детей раннего возраста? Если под «универсальными» иметь в виду «эволюционно обусловленные» и «значимые в большинстве культур», то ответ положительный [14]. Этот фактор – поддержка в заботе о ребенке от ближайшего социального окружения. Так исследование родительского выгорания у 17 тыс. родителей из 42 стран показало, что вероятность родительского выгорания надежно предсказывает индивидуализм, присущий культуре страны, где живет семья. Под «индивидуализмом» имеется в виду установка, что каждый должен заботиться только о себе и о ближайших членах семьи, не полагаясь на поддержку широкого круга. Даже с учетом других социальных переменных и экономических различий между странами влияние индивидуализма очень велико. При этом в семьях, где ребенка воспитывают родственники из разных поколений, родительское выгорание выражено слабее, чем в нуклеарной семье [17].

Поговорка «Чтобы вырастить ребенка, нужна целая деревня» становится все актуальнее, потому что потребность в поддержке не снижается, а вот «деревня» социальных связей присутствует в нашей жизни все реже. Интересно, что в последние годы наблюдается интерес к традиционным племенным практикам в разных сферах жизни, а популярная психологическая литература пополняется изданиями в духе «Как управлять корпоративным племенем: Прикладная антропология для топ-менеджера» [3]. Традиционные способы принятия решений, делегирования задач и получения помощи пересочиняются «на новый лад».

Социальная поддержка в сети контактов

Словарь Американской психологической ассоциации определяет социальную поддержку как «предоставление помощи или создание благоприятных условий другим людям чтобы помочь им справиться с воздействием физического, социального или психологического стресса. Источником поддержки могут быть любые межличностные отношения в

социальной сети человека. Она может принимать форму практической помощи (например, взять на себя рутинные обязанности или предложить совет), материальной помощи (дать деньги или другие блага) или эмоциональной поддержки, которая помогает чувствовать себя ценным, принятым и понятым» [19].

Существует много типологий социальной поддержки, от базового разделения на «практическую» и «эмоциональную» до крайне подробных. Мы будем выделять 5 типов социальной поддержки [18]:

- эмоциональную (эмпатию, заботу, вовлеченность, готовность выслушать),
- инструментальную (практическую помощь, включая материальную и финансовую),
- информационную (предоставление необходимой информации или сведений о том, где ее можно получить),
- групповую поддержку (поддержку от членов социальной группы, взаимопомощь и свой вклад, чувство принадлежности к группе),
- оценочную поддержку (позитивное подкрепление, похвалу, знаки уважения).

Интересно, что некоторые современные определения социальной поддержки отождествляют ее с поддерживающей сетью. Например, «Энциклопедия исследований качества жизни и благополучия» дает такое определение: «Социальная поддержка – это широкий конструкт, который описывает сеть социальных ресурсов, которые человек воспринимает как доступные ему» [20].

Классическое определение понятия «социальная сеть» было сформулировано еще в 1969 г. Дж.К. Митчеллом в рамках антропологических исследований: «Типичные отношения в группе людей, где стиль контактов несет такие качества, которые, применяя целостный анализ, можно использовать для объяснения поведения этих людей» [15]. Другими словами, социальная сеть – это *люди, отношения* между ними и повседневные *практики*, в которых эти отношения воплощаются.

Современные родители включены в два типа сетей контактов – формальные и неформальные. Неформальные сети контактов – это круг близкого общения человека, связанный родством или взаимной симпатией, общими интересами или совместной деятельностью. Формальные сети контактов – это специалисты, представители различных служб и ведомств. В формальных сетях существуют *особые практики* установления контактов (например, подача заявления, назначение определенного времени для посещения, выявление семей в социально

опасном положении), их поддержания и прекращения (например, постановка на учет / снятие с учета, консилиумы). Также в формальных сетях используется *особый язык*. Он отличается не только специальной терминологией, но и функциями – профессиональный язык помогает типологизировать семью и ее жизненную ситуацию, поставить медицинский или социальный диагноз, выявить риски и ресурсы. Профессионализация и медиализация – это общая тенденция современного детства, она затрагивает не только детей, оказавшихся в поле внимания социальных служб. К тому же «терапевтический» язык активно проникает в повседневный дискурс, и люди все чаще описывают неформальные отношения в терминах консультативной психологии («Катя попала в созависимые отношения», «Васе надо научиться выстраивать границы») [1].

Сетевая (социально-экологическая) перспектива

В условиях, когда моделей родительства много, а родители и их дети включены в социальные системы разных уровней и типов, перед помогающими специалистами стоят задачи:

- Увидеть взаимодействие формального и неформального окружения в сети социальных контактов; поддерживающие или, наоборот, проблемные взаимодействия сети с ребенком и его родителями

- Описать место значимых людей и характер отношений с ними на языке членов семьи, в рамках их субъективной картины мира

- Помочь самим членам семьи отразить свои отношения с сетью социальных контактов и занять активную, авторскую позицию по конструированию своего окружения

Такая работа опирается на социальный конструкционизм и системный подход.

Социальный конструкционизм привносит идеи об отсутствии объективно существующей «истины», об относительности «нормы» и взгляд на действительность как на конструкцию (модель), создаваемую людьми. Такое конструирование происходит совместно – в разговорах и соглашениях с другими, а также практиках, которые обуславливают и закрепляют эти соглашения [11]. С одной стороны, конструкционистский взгляд помогает смотреть на практики жизни семьи непредвзято: не пытаться выводить действия и предпочтения родителей из структурных характеристик семьи и ее окружения («Перед нами одинокая мать, скорее всего, она будет гиперопекать ребенка»). С другой стороны, он требует от специалиста, переставшего быть «носителем истины», осознавать свою предвзятость: возможные конфликты интересов, личный опыт, культурный

контекст («Мне кажется невероятным, что “пятиюродная сестра” – это не чужой человек, а близкий родственник, которого можно позвать на помощь. Но я росла в Москве, а они – во Владикавказе»).

Системный подход, в частности, экосистемный подход к детскому развитию У. Бронфенбреннер, выделяет несколько системных уровней: микросистемы, макросистемы, экзосистемы. Микросистемы характеризуются определенными паттернами деятельности, ролей и межличностных отношений, которые происходят в одном и том же месте и контексте. Примеры микросистем – семья, кружок, класс, дворовая компания. Особую роль играют мезосистемы – «пересечения» разных микросистем, которые могут существовать постоянно (квартира бабушки, которая пускает в гости всех друзей своего внука) или возникать временно (родительское собрание, где семьи взаимодействуют с педагогами школы) [13].

Инструмент: карта социальных контактов

Инструментально эти идеи воплощаются в Карте социальных контактов (сетевой карте). Она включает в себя разные части (микросистемы) социального окружения клиента – «Семья» (люди, живущие под одной крышей), «Родственники», «Работа / учеба», «Друзья, соседи, другие» и «Специалисты»¹ – и позволяет отмечать связи между ними (мезосистемы). Клиент заполняет карту сам, руководствуясь пошаговыми инструкциями специалиста, а затем они вместе обсуждают получившееся [6].

Кейс: сетевой подход в психолого-социальной работе с семьей

Рассмотрим кейс-иллюстрацию, который был составлен из нескольких реальных кейсов, чтобы максимально обеспечить конфиденциальность реальных клиентов.

Кате 19 лет, она воспитывает 10-месячную дочку Машу. Катя учится в педагогическом колледже, там у нее оформлен академический отпуск, но осталась незакрытой сессия, из-за чего она очень переживает. Мать Кати умерла несколько лет назад, и сейчас Катя живет с бабушкой (по материнской линии). Бабушке 65 лет, она подрабатывает сменным кассиром в ближайшей «Пятерочке». Она не против иногда помочь Кате посидеть с Машей, но только когда это не мешает ее личным планам. Катя с бабушкой часто конфликтуют из-за распределения обязанностей и согласования планов. Однажды Кате понадобилось в колледж, но бабушка ушла на смену. Катя решила, что

¹ Модификация карты, представленная в данной статье, была предложена J. Klefbeck и K. Marklund (Швеция).

Маша сможет побыть немного одна в своей кроватке, и ушла за полчаса до предполагаемого возвращения бабушки. Маша сразу начала громко плакать. Соседка, которая незадолго до этого уже слышала за стеной громкий спор Кати и бабушки, не выдержала и пошла выяснить, что происходит. Дверь никто не открыл, и соседка вызвала полицию. Сейчас Катя стоит на учете в органах опеки и попечительства (ООиП), как семья, находящаяся в социально-опасном положении (СОП). Свой поступок она считает неправильным, но говорит, что «в тот момент мне не оставили выбора».

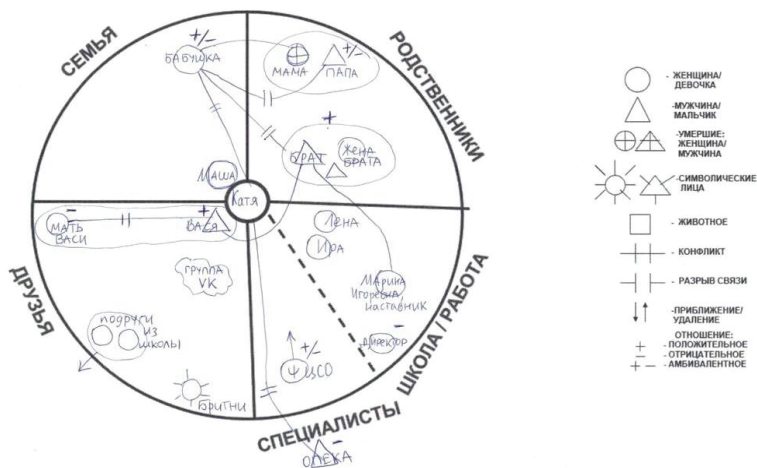


Рисунок 1. Карта социальных контактов

В секторе «Семья» у Кати дочь Маша и бабушка. Фигурка Маши соединяется с фигурой Кати. Такая переживаемая близость вполне нормальна для диады «мать-ребенок» на первом году жизни. Но даже если у специалиста возникают гипотезы по поводу возможных дисфункций, работа с картой строится не на интерпретации, а на прямом обсуждении с автором карты.

В секторе «Родственники» семья брата и родительская семья. Во всех секторах мы предлагаем выделять микросистемы: обводить в круг тех, кто либо живет вместе, либо входят в одну группу (например, одноклассники). Люди, которых нет в живых, но которые остаются значимыми для клиента, с которыми он ведет внутренний диалог, обозначаются крестом внутри фигуры.

Катин отец, как и бабушка, кажутся ей амбивалентными фигурами (это обозначено +/-), а вся семья брата воспринимается положительно (+). Помимо отношения клиента к людям на карте, нужно отмечать и характер самих отношений между ними: конфликтные или разорванные. На этой карте у бабушки мы видим конфликт или разрыв отношений со всеми родственниками.

В секторе «Работа / учеба» две подруги, наставник и директор колледжа. *Указана связь между братом и наставником. Администрация колледжа потребовала, чтобы заявление об академическом отпуске подписал «кто-то из взрослых», хотя Катя уже совершеннолетняя. Брат пришел в качестве «взрослого» и нашел общий язык с наставником.* Простая линия обозначает наличие связей (знакомство) для людей из разных секторов. Это не стоит делать для семьи и родственников, потому что они все знают друг друга, и связи между ним не привносят новой информации.

В секторе «Друзья, соседи, другие» попали Вася, (отец ребенка), его мать, и 2 школьные подруги. *У Кати хорошие отношения с Васей, но они не могут жить вместе, потому что его мать не принимает Катю, а сам Вася учится в вузе на дневном отделении и не может снять жилье. Что касается переезда к Кате, ее бабушка еще до ее беременности поставила ультиматум: «Гуляй с кем хочешь, только сюда не води». Школьные подруги находятся на периферии круга и, по ощущениям Кати, продолжают от нее отдаляться. Это обозначено стрелкой, направленной от фигуры клиента. Также здесь появляется референтная группа – «мамская» группа в VK, но Катя не выделяет в ней конкретных людей, она задает вопросы в группе и получает поддержку и советы от «коллективного разума». Когда в роли значимого Другого оказываются целые сообщества, они обозначаются условным «облаком». Наконец, на карте обозначена символическая фигура (с исходящими из нее лучами). Такой фигурой может быть знаменитость, историческая личность, литературный или кино-персонаж, который влияет на автора карты: вдохновляет, служит примером. У Кати это Бритни Спирс, про которую она говорит: «Дело не в музыке, конечно. Но она всем показала, что значит отстаивать себя!».*

В секторе «Специалисты» психолог из Центра социальной помощи семье и детям (ЦСПСиД) и «опека». В отличие от примера с группой в VK, здесь безличным словом «опека» Катя обозначает конкретного специалиста, чье имя не помнит («вчера опять приходила опека»). Изначально Катя отказывалась размещать его на своей карте: появление

этого специалиста в ее жизни выглядит, как вторжение. *В инструкцию входит пояснение, что значимыми людьми считаются и те, кого не хочется видеть в своем окружении, если они сильно влияют на жизнь клиента: принимают решения, дают или отбирают ресурсы и др.*

Обсуждение карты

Главный критерий оценки карты – отношение самого клиента. Однако есть характеристики, на которые можно ориентироваться специалисту. Во всех секторах **есть значимые люди**, в том числе, те, которых Катя располагает близко к себе и к которым относится однозначно хорошо. При этом в секторе «Друзья, соседи, остальные» находятся только Вася со своей матерью и виртуальное сообщество; школьные подруги уже сильно отделились от Кати, и этот процесс продолжается – здесь можно говорить о риске социальной изоляции.

Связи между секторами присутствуют, хотя их немного. Брат Кати – **связующее звено (нексус)** в сети; он знаком не только с родственниками, но и с людьми из колледжа, и с Васей. В этом кейсе обращает на себя внимание и отсутствие некоторых связей, которые кажутся стороннему наблюдателю «само собой разумеющимися»: бабушка Кати не знакома ни с Васей, ни с его матерью (с которой потенциально могла бы делить заботы о правнучке). Специалист может предложить подумать об этом в формате **рефлексивных и циркулярных вопросов**: «Как ты думаешь, как могла бы измениться ситуация на карте, если бы твоя бабушка начала общаться с васиной мамой?...Скандал? Хорошо, а представь себе картину через полгода, когда они уже «остынут»? Как ты думаешь, о ком из людей на карте твоя бабушка хотела бы узнать больше?».

Количество конфликтных и разорванных отношений на карте велико, и все они связаны с бабушкой. Единственный «собственный» конфликт Кати – это ситуация недобровольного взаимодействия со специалистом из ООиП.

При обсуждении карты с Катей выяснилось, что кроме проблемы с присмотром за Машей, молодая мама переживает еще одну трудность:

- *Каково тебе смотреть на эту карту?*

- *Ну, мне кажется, что все заняты своими делами, разборками или учебой, и всем все равно на то, какая я мама. Кроме опеки, которая считает меня отстойной мамой, конечно же.*

- *А кто из людей на карте не согласился бы с идеей «Всем все равно, какая я мама»?*

- Маша, ей же не все равно! И ее все так тискают, когда мы с ней в гости приходим... Если бы она уже соображала, она бы решила, что все жутко рады, что у меня есть ребенок.

Дальнейшая работа с социальным окружением

Что нужно сделать, чтобы обеспечить достаточно хороший уход за Машей, ее безопасность с учетом возрастных потребностей? «Традиционный» ответ: помочь Кате в развитии родительских компетенций (тренинги, домашнее визитирование, психолого-педагогическое просвещение) и разрешить хронический конфликт с бабушкой (семейная медиация).

Но из карты и фрагмента ее обсуждения мы уже видим, что ситуация гораздо более комплексная.

Во-первых, в нее активно включена бабушка Кати – еще один взрослый, активно включенный в уход за ребенком, и еще один человек, который потенциально нуждается в поддержке. Даже если Кате и бабушке удастся при помощи посредника перераспределить между собой обязанности, насколько устойчивыми будут эти договоренности? Ведь из-за конфликтных и разорванных отношений бабушке недоступна поддержка от старшего внука и от зятя. Также у бабушки явно есть свои потребности в приватности и в автономии, которые отчасти противоречат потребностям и правам ее правнучки, например, на общение с отцом. (В похожей ситуации находится и мать Васи).

Во-вторых, для Кати важна оценочная поддержка ее действий от окружения; для развития материнской идентичности ей важно, чтобы близким людям было «не все равно», какая она мать. Сколько бы внимания и похвалы Катя не получила в тренинговой группе родительских навыков, с занятий она будет возвращаться в свое социальное окружение, которому (с катиной точки зрения) по-прежнему «все равно».

В-третьих, формальные проблемы с незакрытой сессией создают напряжение в отношениях с колледжем. Проблема существует одновременно в нескольких **микросистемах**: у Кати с бабушкой, у бабушки с родственниками, у Кати – с матерью Васи, в колледже и в недобровольных отношениях со специалистами.

В этом случае рекомендуется **сетевая встреча** [2] – то есть специально модулируемая встреча всех людей, вовлеченных в ситуацию (родственников, друзей, специалистов), на которой они вместе с Катей выработают план действий по ее поддержке. Поскольку Катя – тот человек, для которого проводится встреча, список приглашенных составляется вместе с ней. Также ей помогают сформулировать тему встречи. Например,

она могла бы звучать как вопрос от первого лица «Кто или что поможет мне еще лучше заботиться о Маше?». В такой постановке вопроса проблемы безопасности ребенка, скорее всего, будут озвучены кем-то из участников встречи (возможно, и специалистами, и родственниками – на обоих «языках»). Но там эти проблемы будут вписаны в более широкий контекст, уже заключающий в себе потенциальные решения.

Вопрос «Кто или что поможет еще лучше заботиться о Маше?» в процессе обсуждения может вывести на проблему «доступа» Васи к своей дочке и стать поводом для диалога между бабушкой Кати и матерью Васи о том, где жить молодым родителям.

Помимо сетевых встреч могут быть использованы семейные групповые конференции, круги сообщества, восстановительная медиация и другие подходы, которые так или иначе выстраивают мезосистему на стыке вовлеченных в эту ситуацию микросистем и помогают людям в ней взять на себя ответственность за принятие решений [4].

Что еще можно сделать, обсуждая получившуюся карту? В работе с сетью социальных контактов выделяют 5 стратегий:

1. Поддержать отношения
2. Расширить отношения
3. Углубить отношения
4. Проработать / восстановить отношения
5. Прервать отношения (и найти альтернативу)

Сетевая встреча или семейная конференция помогут проработать конфликты в окружении Кати и поддержать существующие отношения.

Задача, которая волнует и саму Катю – это профилактика социальной изоляции. С этой точки зрения можно посмотреть на отношения с «отдаляющимися» друзьями подробнее, нарисовав **«историческую» карту** на момент до беременности. Какие еще дружеские отношения там были, но сошли на нет за последний год? Какие из них были действительно важными? Как Катя решила, что они закончились? Можно ли попробовать их восстановить? С другой стороны, нужна **карта желаемого будущего**, чтобы представить себе, как видит Катя подходящий для себя круг общения с друзьями (пусть пока гипотетическими); как хотела бы изменить отношения с родственниками. Здесь работают стратегии восстановления старых дружеских отношений и расширения сети за счет новых.

Карта

Чтобы сместить фокус внимания на заботу о Маше, можно предложить Кате составить **гипотетическую карту** Маши («Как она нарисовала бы, если бы умела?»), а затем оценить достаточность

поддержки разных типов (эмоциональной, инструментальной, информационной, групповой и оценочной), которую Катя и Маша получают от окружающих их людей. Для наглядности можно составить матрицу «значимые люди X типы поддержки».

Еще одной стратегией работы может быть углубление существующих контактов, например, в отношениях с «мамской группой» в ВК. Хотя дистанционное общение и даже пассивное участие в группе в качестве читателя помогают переживать чувство принадлежности к сообществу [16], участие в очных встречах группы (если такие практикуются) поможет и завязать новые знакомства, и «подсмотреть» новые идеи по уходу за ребенком.

Карту социальных контактов можно использовать и для **оценки динамики изменений**, повторно составляя ее через несколько месяцев и сравнивая ее с исходной [7]. Поскольку карта отражает субъективное видение человеком его системы межличностных отношений, обобщение данных о картах разных клиентов не имеет исследовательского смысла. Зато агрегированные данные о *типичных изменениях* в отношениях с окружением (разрешении конфликтов, расширении круга контактов и др.), выявляемых при сравнении первичной и повторной карты, могут послужить основанием для выводов о результативности работы метода и практикующей его организации.

Заключение

Исследование сети социальных контактов и активизация поддержки от входящих в нее людей используется в сфере защиты детства, чтобы обеспечить безопасность ребенка и удовлетворение его потребностей в ситуациях, когда родительская семья не вполне справляется с этими задачами. Однако возможности метода выходят далеко за пределы социального сопровождения. Исследование сети контактов помогает клиентам развивать рефлексию, создавать свою «авторскую» картину предпочитаемых близких отношений (детско-родительских, партнерских, родственных, дружеских) и выстраивать свою идентичность, учитывая влияние значимых Других – людей и сообществ.

Литература

1. Аронсон П., Будрайтскис И., Великодворская Е. Сложные чувства. Разговорник новой реальности: от абьюза до токсичности. – Индивидуум, 2022.
2. Арчакова Т.О., Евстешина О.И., Романова В. «Технология работы с сетью социальных контактов: рекомендации и опыт»

<https://victoriacf.ru/wp-content/uploads/2012/12/Metodicheskoe-posobie-Set-sotsial-ny-h-kontaktov.pdf>

3. Браун Д., Крамер И. Как управлять корпоративным племенем: Прикладная антропология для топ-менеджера. – М.: Альпина Паблишер, 2020.

4. Восстановительные программы в работе с детьми и семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации (сборник материалов). – М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2014

5. Громыко Ю.В., Рубцов В.В., Марголис А.А. Школа как экосистема развивающихся детско-взрослых сообществ: деятельностный подход к проектированию школы будущего // Культурно-историческая психология. 2020. Том 16. № 1. С. 57–67. doi:10.17759/chp.2020160106

6. Евстешина О.И. Исследование сети социальных контактов: сетевые карты // Исследование ресурсов семьи и ее окружения / Под ред. Т.О. Арчаковой. – М.: БДФ «Виктория», 2020. – с. 6-27.

7. Исаева И. И. Социально-психологическая помощь семье в кризисе с использованием «Карты социальных контактов» // Профилактика социального сиротства. Опыт благотворительного фонда «Дети наши» и других организаций / под ред. Т.О. Арчаковой — М.; БФ «Дети наши», 2020". – с. 63-70.

8. Кутузова Д.А., "Быть семьей": взгляд с точки зрения социального конструкционизма. Обзор работ Л.Беллы и ее сотрудников // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход, 2005, № 1(2), с. 72-92.

9. Минеева О. А., Лидерс А. Г. Методика исследования имплицитных теорий семьи // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. №2. С. 110-125.

10. Обухова Л.Ф., Корепанова И.А. Современный ребенок: шаги к пониманию // Психологическая наука и образование. 2010. Том 15. № 2. С. 5–19.

11. Улановский А. М. Конструктивизм, радикальный конструктивизм, социальный конструкционизм: мир как интерпретация // Вопросы психологии. 2009. № 2. С. 35-45.

12. Филиппова Г.Г. Психология материнства, М.: Учебное пособие. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.

13. Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press.

14. Hrdy, S. B. (1999). Mother Nature: A History of Mothers, Infants, and Natural Selection. New York, NY: Pantheon Books.

15. Mitchell J.C. (1969). *Social Networks in Urban Situations: Analysis of Personal Relationships in Central African Towns* Manchester: Manchester University Press.
16. Paravati, E., Naidu, E., & Gabriel, S. (2021). From “love actually” to love, actually: The sociometer takes every kind of fuel. *Self and Identity*, 20 (1), 6-24.
17. Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., & Avalosse, H., Aunola, K., Bader, M., Bahati, C., Barham, E., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M.E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., César, F., Chen, Dorard, G. & Mikolajczak, M. (2021). Parental Burnout Around the Globe: A 42-Country Study. *Affective Science*, 2(1): 58-79.
18. Sarafino E.P., Smith T.W. (2021). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. NY: Wiley.
19. Social support. APA, 2022. URL: <https://dictionary.apa.org/social-support> (дата обращения: 22.12.2022)
20. Social support / *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* / Ed. A.C. Michalos. Dordrecht: Springer, 2014.