ШКОЛА СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ

ПРАВИЛА ГРУППЫ

- Говорить от первого лица.
- Правило активности
- Здесь и теперь
- «Стоп»
- «Право ведущего»
- Задавать вопросы
- Обращение на ты
- Правило мобильного телефона
- Правило конфиденциальности

ЗНАКОМСТВО

- ИМЯ
- СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИ
- СВОИ ОЖИДАНИЯ
- КАК СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ

Семья

Семья ***- группа людей, состоящая из родителей, детей, внуков и ближних родственников, живущих вместе.***

Словарь Д.Н. Ушакова

ОСОБЕННОСТИ СЕМЬИ В РОССИИ

- До Второй мировой войны в **РОССИИИ** преобладала **ПАТРИАРХАЛЬНАЯ СЕМЬЯ**, которая характеризуется преобладанием мужчины в доме и подчинением ему всех остальных членов семья.
- В послевоенные годы , начиная с 40-х годов до 80-х, доминирующей стала **ДЕТОЦЕНТРИРОВАННАЯ (ДЕТОЦЕНТРИЧЕСКАЯ)СЕМЬЯ**, в которой очень большое значение придается благополучию детей и сохранению брака в интересах детей.
- В последние десятилетия наблюдается тенденция к преобладанию **ПАРТНЕРСКОЙ СЕМЬИ**, ориентированной на равный вклад супругов.

- 1. Российская семья включает в себя несколько поколений – бабушки и дедушки, дети и внуки.
- 2. Власть в семье нередко принадлежит бабушкам и дедушкам.
- 3. В связи с ранней смертностью мужчин в России и традицией оставлять после развода детей с матерью, во многих поколениях в семье отсутствуют мужчины.
- 4. Несколько поколений в семье находятся в зависимости друг от друга, причем не только в духовной, но и в материально-бытовой.
- 5. Утрата вековых национальных традиций и семейных обрядов, в том числе связанных с многообразием существующих религий на территории России.
- История страны с десятилетиями репрессий, голода и войны наложила отпечаток и на семейные отношения: семья не дает гарантий защищенности и безопасности.

В начале XXI века ощутимыми становятся новые тенденции в развитии семьи:

- Свобода заключения и расторжения браков;
- Более поздний возраст вступления в брак;
- Преимущественное преобладание «гражданских браков»;
- Более позднее рождение первого ребенка и снижение количества детей;
- Значительное количество детей, родившихся вне брака;
- Увеличение церковных браков;
- Стремление у равноправию женщин и мужчин в браке;
- Увеличение бездетных семей;
- Стремление молодых семей отделиться от старшего поколения;
- Появление публичной дискуссии о терпимости/нетерпимости к однополым союзам;
- Появление публичной дискуссии о некоторых вариантах проблемных семей (домашнее насилие, социальное сиротство, суицидальное поведение);

ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ ОСЛОЖНИТЬ НАЧАЛЬНУЮ ФАЗУ РАЗВИТИЯ СЕМЬИ:

- Пара встречается или заключает брак вскоре после утраты близкого или значимого для одного из партнеров (или обоих) человека.
- Супружеские отношения формируются на фоне стремления дистанцироваться от родительской семьи.
- Семейные традиции и происхождение супругов существенно различаются.
- Супруги выросли в семьях с разным составом.
- Пара проживает слишком близко (совместно) или слишком далеко от хотя бы одной из родительских семей.
- Пара зависит от членов расширенной семьи материально, физически или эмоционально.
- Брак заключается до 20 или после 30 лет.
- Брак после периода ухаживания продолжительностью менее шести месяцев или свыше трех лет.
- Свадьба в отсутствии членов семьи или друзей.

ФУНКЦИИ СЕМЬИ

- Репродуктивная или продолжение рода.
- Воспитания и социализации детей.
- Хозяйственно-бытовая и экономическая (распределение доходов и потребления).
- Сохранение, развитие и передача последующим поколениям социального статуса, ценностей и традиций.
- Постоянство общения и поддержки.
- Интимное эмоциональное и сексуально-эротическое самовыражение.

Положения системного подхода

- Целое больше, чем сумма его частей;
- Все части и процессы целого влияют друг на друга и друг друга обуславливают;
- Система первична по отношению к входящим в нее элементу. Исходя из этого понятно, что люди (или элементы), составляющие систему, поступают так или иначе под влиянием правил функционирования данной системы, а не под влиянием своих мотивов.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СИСТЕМА?

- **Система –совокупность элементов, связанных между собой таким образом, что качества и свойства взаимосвязей играют не меньшую (а иногда и большую) роль, чем качества, свойства самих элементов, при этом данная совокупность взаимодействующих элементов (или объектов) реализует общую функцию (функции).**
- Система состоит из меньших подсистем (в семье, например, супружеская пара)
- Системы живут и развиваются в соответствии с двумя основными законами. **Закон гомеостаза** гласит, что *система в целом должна остаться без перемен* и **закон развития**, который утверждает, что *система должна пройти свой жизненный цикл*, состоящий из определенных стадий развития.

- Системы находятся под влиянием извне и получают извне *обратную связь*. Если система под влиянием извне изменяется, то это позитивная обратная связь. Если влияние извне не меняет систему, то это негативная обратная связь. Любой системе нужна позитивная обратная связь, чтобы меняться, и негативная – для стабилизации состояния.
- Система семьи – это *открытая* система (она находится в постоянном взаимообмене с окружающей средой) и *самоорганизующаяся* система (то есть поведение системы целесообразно)
- У системы есть своя *история*. Важно признавать всех, принадлежащих семейной системе.

- В любой системе пришедшие в нее раньше имеют *преимущество* перед вошедшими в систему позднее.
- Важным условием существования системы является *баланс* между «давать» и «брать».
- Системы описываются с помощью *структурных* параметров (границы, иерархия, коалиции, роли) и характеристик *коммуникативной* сферы.

СОСТАВ СЕМЬИ

- **Нуклеарная (ядерная)** семья может состоять из одного взрослого человека (холостяка, вдовы), из супружеской пары еще/уже без детей, из родителей и детей, т.е. в любом случае объединяет не более двух поколений.
- **Расширенная семья включает**:

-нуклеарную семью (т.е. родителей и детей);

-бабушек и дедушек по обеим линиям (по отношению к детям);

-родных братьев и сестер родителей (т.е. тетей и дядей по отношению к детям);

-отчимов и мачех;

-детей от предыдущих и последующих браков родителей (т.е. полукровных братьев и сестер).

Иерархия.

Под иерархией понимается степень влияния одного члена семьи на другого и власть, реализующаяся в принятии решений в семейной систем.

Границы

Границы представляют собой «невидимые барьеры, регулирующие количество контактов», которые члены семьи, отдельные подсистемы и семьи в целом имеют между собой.

Роли

Выделяют формализованные (отец, мать, внук и т.д.)и неформализованные (ведущий – ведомый, «тормоз», «Золушка») роли.

Коалиции

Коалиции – центральное понятие структурного направления в системной семейной психологии. Варианты коалиций, в которые включены члены семьи из разных поколений, т.е. по вертикали, как правило, - дисфункциональны.

Гибкость/адаптивность

Гибкость (или уровень адаптивности) понимается как показатель изменчивости и постоянства внутрисемейных отношений. Выделяют четыре уровня адаптивности (гибкости): ригидный (отношения постоянные и неизменные), стандартный (структурированный), гибкий и хаотичный.

Сплоченность

Сплоченность (или эмоциональные связи) подразделяют на четыре уровня: спутанные, связанные, отделенные и прерванные типы взаимосвязи. Эти уровни отличаются друг от друга и расположены по степени уменьшения эмоциональной зависимости и привязанности. Полюса данной шкалы (близость-раздельность) отражают два фундаментальных человеческих страха: страх одиночества и страх быть поглощенным другими.

Правила

Часть правил задается социумом и культурой, и тогда они разделяются многими семьями, становясь универсальными, а часть – формируется в конкретной семье и является уникальными для каждой отдельной семьи. Различают гласные и негласные правила.

История семьи

Семейное прошлое складывается из опыта жизни трех-пяти поколений семьи, из того, что люди пережили в своей родительской семье, в прошлых браках, во внебрачных отношениях, в личной истории.

Семейный миф

Семейный миф – это некая формообразующая и объединяющая всех членов семьи идея или образ, история или даже идеология.

Семейный миф – это знание, разделяемое всеми членами семейной системы и отвечающее на вопрос: «Кто мы?».

Уровень дифференциации Я

Степень *дифференцированности* человека будет определяться тем, в какой мере он в состоянии **различать** свои чувства и мысли.

Чем наже уровень **дифференциации Я** у человека, тем менее он способен различать чувства и мысли. Как правило, хорошо дифференцированный человек может провести различие: «это я думаю» или «это я чувствую». Однако в ситуации, когда повышается тревога, утрачивается способность ясно мыслить, а действия носят импульсивный характер.

Семейный сценарий

Под семейным сценарием понимается реализация из поколения в поколение схожих жизненных программ. Например, в нашей культуре один из самых распространенных семейных сценариев – «женские» семьи.

ЖИЗНЕНЫЙ ЦИКЛ СЕМЬИ

При всем разнообразии жизненных ситуаций каждая семья проходит определенные стадии развития, составляющие в совокупности жизненный цикл семьи. Для каждой из этих стадий характерен набор типичных ситуаций, определяющих характер встающих перед семьей проблем и задач.

Жизненный цикл представляет собой чередование периодов относительной стабильности и кризисов, которые возникают при изменении жизненной ситуации и постановкой семьей новых задач.

1. На **первой** стадии молодой человек отделяется от семьи своих родителей и начинает самостоятельную жизнь, одним из важнейших факторов которой является финансовая независимость.

2. Вторая стадия знаменуется встречей со своим будущим партнером по браку и возникновением влюбленности, готовой перерасти в длительные, стабильные отношения.

3. На **третьей** стадии заключается брачный союз, пара объявляет о своей любви окружающим, происходит рождение новой структуры.

4. Четвертая стадия связана с рождением первого ребенка. Появление нового члена семьи меняет сложившуюся в ней структуру: муж и жена становятся отцом и матерью, их родители – бабушками и дедушками и т.д. Появляются треугольники и коалиции, возникает потребность в перераспределении ролей, времени, финансов и т.д.

5. Пятая стадия жизненного цикла семьи связана с рождением второго ребенка. Эта стадия характеризуется ревностью старшего к младшему и дальнейшим соперничеством между детьми.

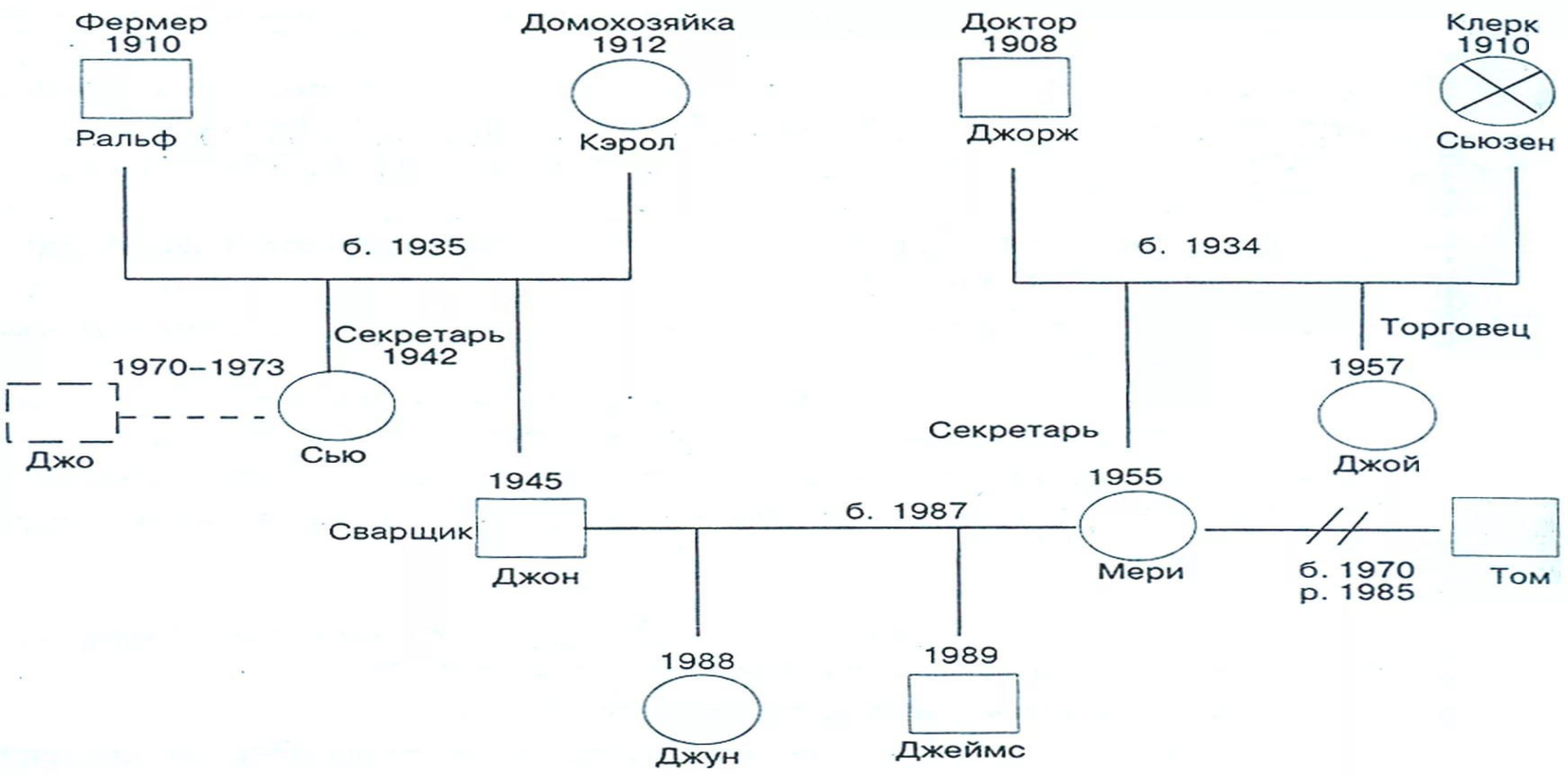
6. Шестая стадия. Дети идут в школу. В это время семья сталкивается с правилами и нормами социального окружения, отличными от правил внутрисемейной жизни. На этой стадии решаются вопросы о том, какую «цену» семья готова заплатить за внешний успех и соответствие общественным нормам или стандартам.

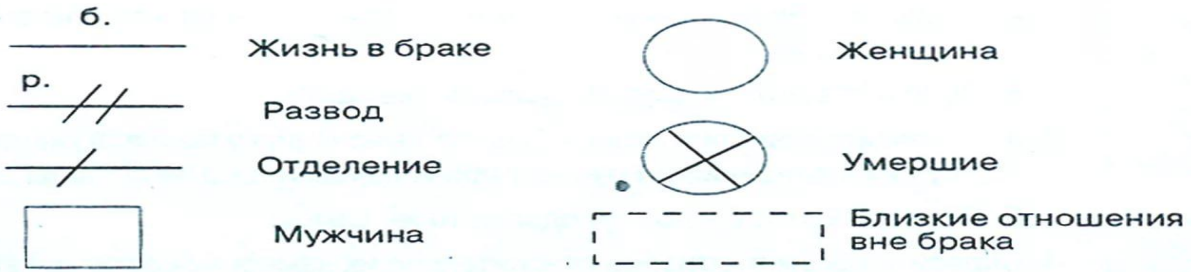
7. Седьмая стадия жизненного цикла семьи связана со временем полового созревания у детей, их самоопределением и началом процесса сепарации.

8. Восьмая стадия. Дети выросли и живут самостоятельной жизнью, родители остались вдвоем. Во многом эта стадия повторяет третью, когда супруги были предоставлены друг другу. Многие проблемы, пропущенные или отложенные на третьей стадии, в начале их совместной жизни, могут стать очевидными на этом этапе.

9. Девятая стадия жизненного цикла – это снова жизнь одинокого человека. Супруг умер. Человек доживает свою жизнь один, как жил в молодости, еще не создав своей семьи, только теперь это – старый человек, у которого за плечами прожитая жизнь.

Генограмма


Фермер
1910
Ральф
Домохозяйка
1912
Кэрол
Доктор
1908
Джорж
Клерк
1910
Сьюзен
б. 1935
б. 1934
Секретарь
1942
Торговец
1957
1970–1973
Джо
Сью
Секретарь
Джой
1945
Сварщик
Джон
б. 1987
1955
Мери
б. 1970
р. 1985
Том
1988
Джун
1989
Джеймс


б.
Жизнь в браке
р.
Развод
Отделение
Мужчина
Женщина
Умершие
Близкие отношения
вне брака