

: Семейное консультирование

2 ЗП

2. loengupäev



Maire Latvala
maire_i@yahoo.com

Темы:

- Проекция в семье: симптоматика у детей и взрослых.
- Симптоматический цикл
- Роль отца
- семейные треугольники
- Развод
- Особенности повторных браков
- Влияние болезни и траура на семейные процессы
- Возможности и ограничения в работе консультанта

Процесс проецирования в семье: симптоматика у детей



Процесс проецирования в семье

- Проецирование в семье- отсутствие четкой дифференциации у родителя (слияние) обуславливает симптомы у 1 или более детей. Проекция есть в каждой семье, но в различной степени.
- 3 процесса влияния стресса в семье:
 1. Конфликт между супругами
 2. Дисфункция одного из супругов
 3. Проекция на ребенка
- Конфликт между супругами и дисфункция 1 родителя не являются критичными для ребенка. Если в семье, находящейся в стрессе, нет конфликтов, и супруги здоровы, симптомы будут у ребенка.

Влияние низкой «дифференциации Я» на ребенка

- Низкий параметр «дифференциация Я» в семье. При низком уровне дифференциации в семье родители в эмоциональные процессы включают ребенка. Чем выше уровень «неразделимости» в семье, тем больше вероятность, что в проекцию включаются все дети, но в разной степени. Если члены семьи осознают свою автономность и взаимозависимость с другими членами в эмоциональном функционировании семьи, то эффективность решения задач семьи и отдельных ее членов возрастает.

-
- Уровень автономности и взаимозависимости с другими членами в эмоциональном функционировании семьи, уровень дифференциации Я «наследуется» из поколения в поколение. Моделируется поведение родителей, а не их «верования».
 - Степень выраженности проекции на ребенка во многом зависит от состояния взаимоотношений родителей в период беременности, до и сразу после нее.

Tüdrukud, kes unistavad...

- По теории Боуэна девочки начинают задумываться о браке раньше мальчиков
- Девочка, мечтающая о муже, т.е. ориентированная на отношения с супругом, при стрессе будет входить в ситуацию конфликта с партнером, будет развиваться дисфункция партнера.
- Девочка, ориентированная на отношения с детьми, с детства мечтающая о своих детях, часто становится «матерью-наседкой», матерью больных детей.

Описание процесса проекции

- Проекция связана с материнским инстинктом, с уровнем тревожности, присутствовавшим в период беременности и младенчества ребенка. Отец ребенка откликается на тревожность супруги, поддерживает её мнение.
- 1. тревожность матери– 2. тревожный ответ ребенка– 3. мама неправильно истолковывает ответ ребенка – 4. мама становится еще тревожнее– 5. мама больше опекает и ограждает– 6. способности ребенка недооцениваются, занижены – 7. ребенок становится капризным, беспокойным или депрессивным.
- Уровень тревожности возрастает в семье
- Например, неуверенная в себе мама замечает некоторые признаки неуверенности у ребенка и может интерпретировать, как тотальное неверие в свои силы. Дальше ее поведение будет внушать ребенку, что он не уверен в себе. «Слабые» места матери берут начало в ее детстве.

- Чрезмерная реакция родителей может быть позитивной, негативной, нейтральной. В подростковом возрасте реакция на поведение родителей может сильно изменяться. То, как симптомы проявляются, зависит от УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ В СЕМЬЕ И УРОВНЕ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ!
- При сильной эмоциональной связи между матерью и ребенком, их взаимоотношения являются положительными вплоть до подросткового возраста, пока ребенок не попытается стать независимым. Тогда отношения ребенка с матерью или обоими родителями могут стать негативными, и у ребенка появляются серьезные симптомы. Чем интенсивнее слияние между матерью и ребенком, тем больше у ребенка симптомов, пока он или она не станут психотическими в молодом возрасте.
- В результате проекций поведение ребенка может измениться, он может стать склонным к одиночеству либо к общительности, ведомым либо ведущим и др

-
- Основные процессы проекций во всех семьях схожи, имеются незначительные вариации, формы и интенсивность.
 - Одна крайность- симптом превращается в пожизненную дисфункцию, другая- симптом не выражается в серьезной симптоматике.
 - Большинство людей, кто был объектом проекции, справляются в жизни хуже братьев и сестер, чей уровень дифференциации в детстве был выше.

Какие дети становятся жертвой проекции?:

- Старший ребенок, старшая дочь или сын, ребенок, родившийся в период стресса у матери, единственный ребенок противоположного пола, особенный для отца ребенок и подобное.
- Дети с особенностями развития.

Эмоциональный разрыв(cutoff)

- ❑ **Количество чрезмерной эмоциональной привязанности (зависимости) к родителям равно количеству отсутствия дифференциации у человека.**
- ❑ **чрезмерная сильная привязанность рассматривается в рамках психического отрицания и самоизоляции человека, хотя они могут жить рядом со своими родителями.**
- ❑ **У всех людей есть привязанность к родителям в разной мере.**
- ❑ **Cutoff демонстрирует, как люди справляются со своей эмоциональной привязанностью к родителям. Чем ниже степень дифференциации, тем интенсивнее чрезмерная привязанность.**

Cutoff...

- ❑ Попытки решить чрезмерную привязанность с помощью ухода из отношений или сочетания эмоциональной и физической дистанции. Как вариант: остаться в стороне и делать короткие, нерегулярные визиты в вашу родительскую семью.
- ❑ Чем более интенсивное ограничение в прошлом, тем более вероятно, что человек преувеличивает представление о том, что семейные проблемы родителей в настоящее время являются проблемами его семьи, и тем больше вероятность того, что его дети наследуют этот паттерн.
- ❑ Cutoff отражает проблему. Человек, убегающий из родительской семьи, также связан эмоционально с родителями, как и тот, кто живет с ними

-
- ❑ В случае наличия чрезмерной привязанности человек и желает отношений и боится их
 - ❑ Те, кто остается рядом со своими родителями и имеют дело с отношениями на интрапсихическом уровне, могут испытывать некоторую форму поддерживающего контакта со своими родителями и иметь менее интенсивный процесс. При стрессе у него появляются симптомы, которые влияют на его личность - физическое заболевание или депрессия.
 - ❑ Те, кто физически дистанцируется, склонен к импульсивности. Побег дает ему чувство самостоятельности и свободы от родителей (проблемы). Чем резче разрыв, тем вероятнее, что эта модель поведения разрыва отношения будет повторяться в дружеских и парных отношениях.
 - ❑ В крайних случаях человек становится «отшельником». Либо всю жизнь строит не долгосрочные связи.

-
- Те, у кого чрезмерная привязанность с родительской семьей, описывает отношения либо как идеальные, либо как ужасные.
 - Часто встречается, что при отделении от родителей проблемы исчезают. Здесь уменьшается тревожность, не слияние.
 - Боуэн: Количество «убежавших» в последнее время увеличилось, как и количество тех, кто живет коммунальной жизнью. Семейные союзы нестабильны, потому что они состоят из людей, которые сбежали от своей родительской семьи в сложной напряженной ситуации и, вероятно, будут повторять шаблон побега.

Отношения с родительской семьей имеют прямое влияние на брак.

- Чем лучше отношения партнеров с родительскими семьями, тем стабильнее отношения в паре.
- При сравнении двух пар, одна из которых поддерживает отношения с родительской семьей, а другая нет, показатели говорят, что в первом случае уровень дифференциации Я у партнеров стабильнее. Во втором случае, где есть разрыв с родителями, уровень дифференциации становится ниже, «слияние» выше.
- Брачная пара, не поддерживающая отношений с родительскими семьями, добивается меньших успехов в семейной терапии, чем те, кто восстанавливает связи с папой/мамой, и у них наблюдается снижения уровня тревожности.

Эмоциональные проблемы в паре: конфликт и симптоматика у партнеров



Развитие симптоматики

- При вступлении в брак происходит слияние двух Я в МЫ. Этот процесс может быть болезненным, есть некоторые способы смягчить его. Один вариант некоторая эмоциональная дистанция. Вторая- повышенная конфликтность, сменяющаяся интенсивным примирением.
- **Брачный постоянный конфликт** предлагает «решение» ситуаций, когда, с одной стороны, необходима близость, а с другой – отношения «душат». Конфликтующие отношения очень интенсивны. Цикл: большая близость - интенсивный конфликт - примирение и близость. Взгляд или тон голоса могут вызвать новую серию конфликтов.
- Интенсивный межличностный конфликт между супругами может защитить детей от насилия. Но, это не гарантия, потому что семье может понадобиться более одного механизма, чтобы справиться с тревожной ситуацией. Дети не защищены, когда проблема проецируется на детей в дополнение к конфликту.

Формирование симптоматики у партнера

- ❑ Конфликт в браке может быть разрешен, когда 1 из супругов идет на компромисс. «Виноваты» обе стороны: один не хочет брать на себя ответственность, другой чувствует, что он лучше знает, как правильно. Каждому кажется, что он/она вносят вклад больше, чем их партнер. В случае небольшого стресса эти отношения могут работать, но по мере того, как стресс усиливается, способность одного партнера функционировать постепенно ухудшается. Это проявляется как физическое или психическое заболевание, или проблема социального поведения. Партнер, который более склонен к развитию симптома, шел на компромиссы в течение длительного периода, чтобы сохранять отношения .
- ❑ Характер чрезмерной или же недостаточной функциональности партнера зависит от интенсивности. Может длиться в течение короткого периода. Если модель избыточной или недостаточной функции становится основным средством преодоления слабой дифференциации Я, ситуация может стать хронической и её трудно изменить.

- Чем выше Дифференциация Я, тем вероятнее, что партнеры реалистичны в ожиданиях.
- Если один партнер имеет нереалистичные ожидания, это может означать, что другой партнер один несет ответственность за поддержание гармонии в отношениях. Взятие ответственности за другого может означать тщательный контроль за собой и партнером.
- Симптом, который развивается, является выражением беспокойства/тревожности в системе.
- Со временем, в жизни отдельного человека, семьи или даже поколений, люди могут постепенно перенимать определенную позицию, модель, и им трудно меняться.
- Если ситуация становится хронической, это может уменьшить общую тревожность семьи. Развод в таких отношениях встречается редко (поскольку один благодарен за помощь, которую он получает, а лицо, осуществляющее уход, обычно не жалуется), и происходит только тогда, когда возникают конфликты в отношениях в дополнение к симптомам партнера.

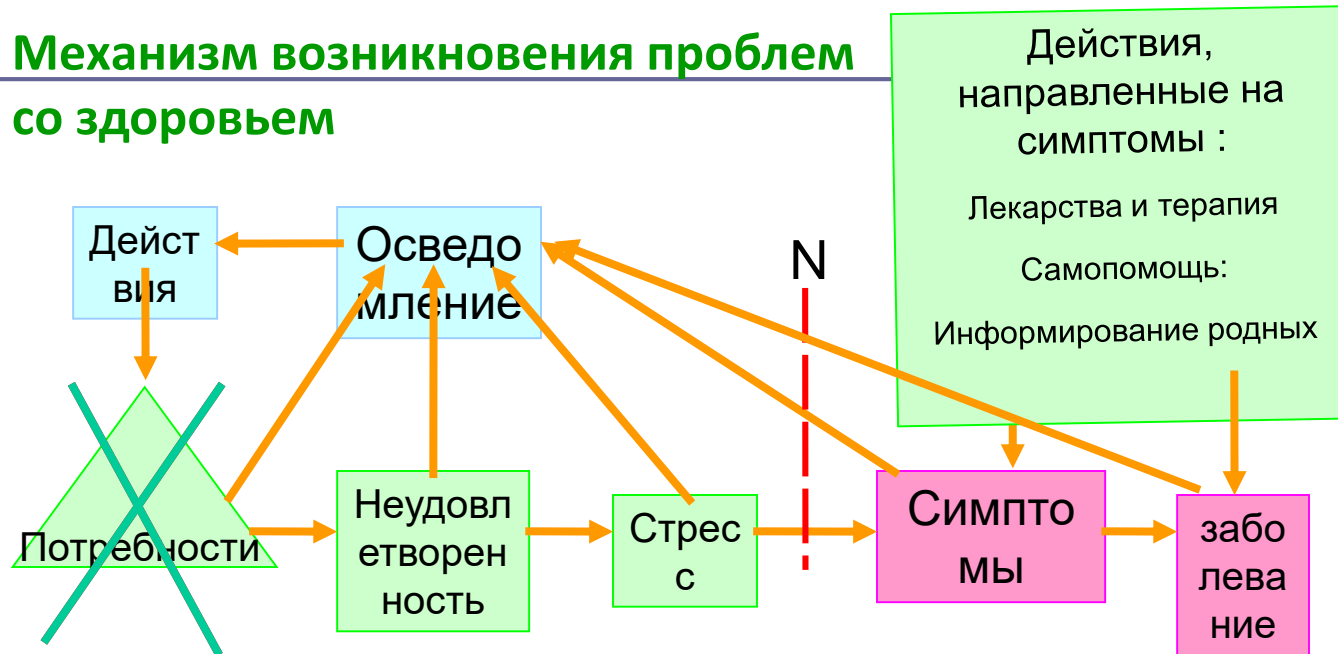
Резюме:

- ❑ Семья не делает осознанного выбора о том, как бороться с тревогой. В них включается модель, заложенная в родной семье.
- ❑ Семьи с широким спектром моделей адаптации лучше справляются с тревогой, чем семьи с меньшим количеством моделей адаптации.
- ❑ Важная переменная - это качество и глубина эмоциональных контактов, которые партнеры имеют с их родной семьей. Чем сильнее семья эмоционально отрезана от семьи происхождения, тем выше вероятность возникновения проблем и симптомов.

Симптоматический цикл:



Механизм возникновения проблем со здоровьем




Приспособление к стрессу.

У детей - проблемы с поведением, гиперактивность, проблемы с вниманием и когнитивными способностями

У взрослых- психозы, депрессия, нарушение пищевого поведения, аллергии, астмы, заболевания ЖКТ

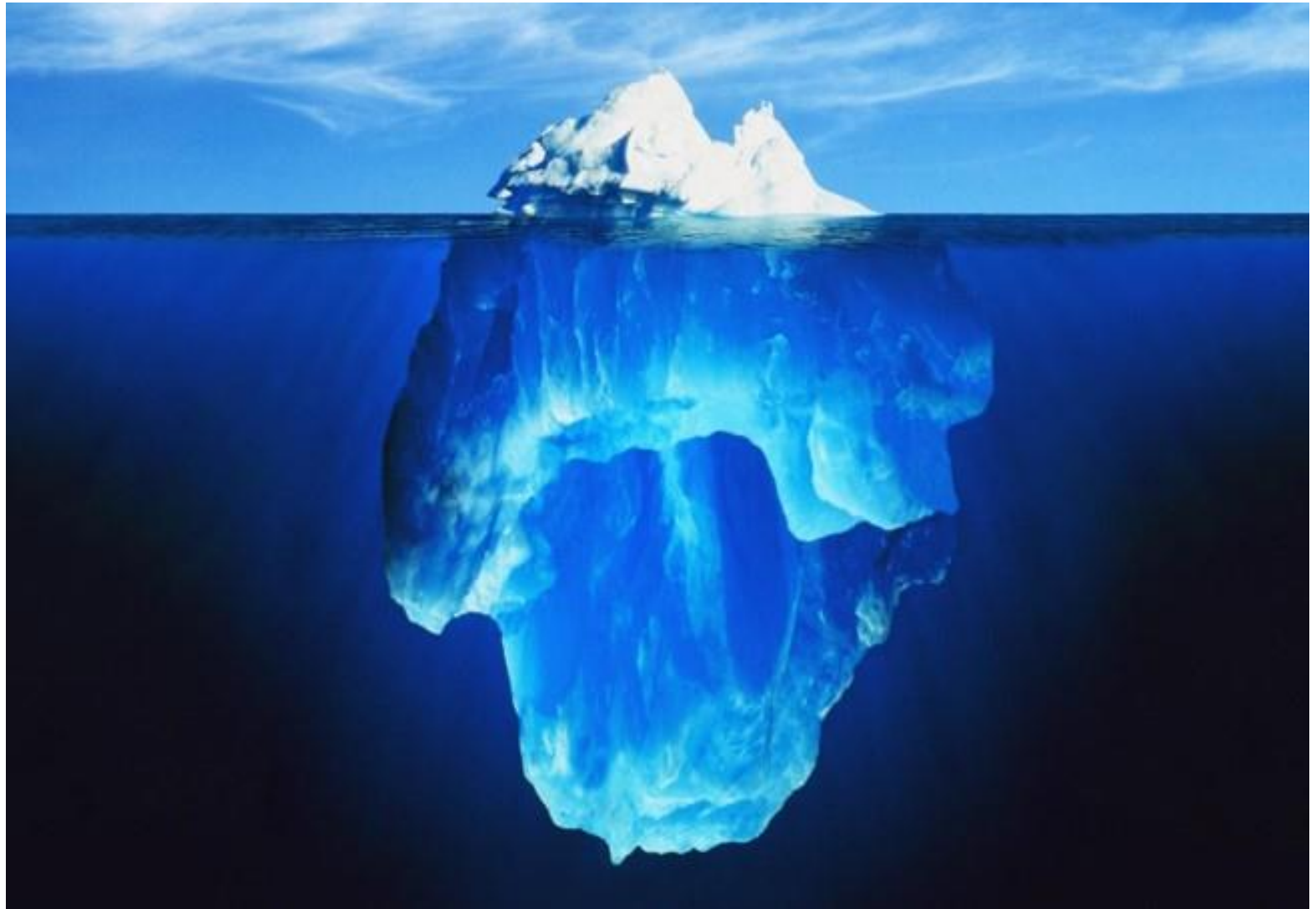
Пирамида потребностей по Маслоу:

- 
- A pyramid diagram representing Maslow's hierarchy of needs, divided into five horizontal layers. From top to bottom, the layers are: red (Self-actualization), light purple (Esteem), dark purple (Belongingness), orange (Safety), and green (Physiological).
- 5. Самореализация** (применять свои таланты, знания, навыки)
 - 4. Признание и уважение** (испытывать признание, уважение, свою ценность)
 - 3. Чувство принадлежности** (чувствовать и отдавать близость, тепло, понимание, любовь, дружбу)
 - 2. Потребность в безопасности** (важно чувствовать себя в безопасности, стабильности, предсказуемости)
 - 1. Физиологический потребности** (сон, питье, еда, отдых, тепло)

Как замечать и выражать свои потребности:



Айсберг эмоций:



Что скрывается за любовью или ненавистью?

Злоба, гнев	ARMASTUS
страх	Радость
разочарование	Нежность
боль	Удовлетворение
вина	Безопасность
сожаление	Доверие
дискомфорт	Отдых
одиночество	Надежда
тревога	Сила
озабоченность	Комфорт
усталость	Надежда
отверженность	Чувство принадлежности
печаль	Прощение
беспомощность	Самореализация
травма	
истощение	

Как почувствовать накал эмоций?



Диалог Я

- Говорящий рассказывает о себе, своих чувствах и потребностях в форме «я». Без обвинений. Короткими предложениями.
- Партнер слушает, отражает: «Я слышу, что ты чувствуешь...»
- При необходимости, говорящий исправляет, если партнер неверно понял
- Слушатель может сказать: « Я понимаю, ты чувствуешь...я постараюсь сделать для тебя....»
- Потом партнеры меняются ролями.

Роль отца в семье:



Конфликт в паре и роль отца:

- ❑ Часто матери компенсируют плохие отношения отца с ребенком.
- ❑ Почему это так? Гипотеза:
 - ❑ 1. Женщины лучше способны разделять роли партнера и матери, чем мужчины.
 - ❑ 2. Привлечение женщин к классическим гендерным ролям может помешать отцам участвовать в жизни детей во время конфликта отношений.
 - ❑ 3. Материнство играет более фундаментальную роль для женщин, чем отцовство для мужчин.
 - ❑ 4. Отцы, которые не близки в отношениях с детьми, могут с большей вероятностью оборвать связи с детьми, когда возникнут проблемы.
 - ❑ 5. Мужчины легче отдаляются от отношений с детьми.

Конфликт в паре и роль матери:

- При конфликте в паре отношения между матерью и сыном подвергаются большему риску, чем между матерью и дочерью.
- Матери требуют зрелости от своих сыновей и проявляют больше негатива к сыновьям по мере ухудшения отношений в паре .
- Отцы, которые удовлетворены своими отношениями в паре, чувствовали себя лучше со своей перворожденной дочерью, чем со своим первенцем, а дочери лучше слушались отцов. Отношения отца и сына не обязательно ухудшаются даже в случае разлуки.
- В результате конфликта в браке агрессивность детей возрастает. Детская агрессия усиливается во время ссоры и уменьшается, когда конфликт был разрешен. Даже частичное примирение родителей оказывает положительное влияние на детей. Когда ссоры родителей разрешаются конструктивно, это учит детей, как решать конфликтные ситуации.

Роль отца

- ❑ Культурная концепция отцовства, которая была распространена до 1970-х годов, все еще влияет на восприятие отцовства сегодня.
- ❑ Верили:
- ❑ Отцы некомпетентны для воспитания детей, а женщины генетически запрограммированы на материнство.
- ❑ Влияние отцов на развитие детей незначительно, в отличие от материнской заботы, которой достаточно для обеспечения нормального и здорового развития детей.

Роль отца...

- ❑ Отцы мотивируют детей изучать мир, учат их, как быть мужчиной в отношениях в паре, как относиться к женщине.
- ❑ Сотрудничая с детьми, мужчины узнают, что они могут влиять на жизнь своих детей и это создает более тесные отношения с детьми.
- ❑ NB! Чем выше уровень образования женщины, тем больше отец участвует в жизни детей. Чем лучше отношения отца со своим отцом, тем лучше его отношения с детьми.

Гендерные роли:

- Гендерные роли представляют собой сочетание культурного, социального и семейного наследия.
- Как воспитывают мальчиков и девочек? Девочкам разрешены мягкие эмоции, мальчикам запрещены. Мальчики не учатся самовыражению, поэтому мужчины не умеют высказывать свои чувства.
- Многие отцы не показали хороший образец для подражания, и эмоционально или физически держатся на расстоянии от своих семей.

Как происходит изоляция мужчин?

- Мать не задействует отца в уходе за детьми (пеленание, прогулки, посещение врача)
- Врачи, учителя, психологи предпочитают общаться с матерью ребенка, а не с отцом, более того и в мужских туалетах нет пеленальных столиков!

Общение треугольником:



Треугольники:

- ❑ **Брак и родительская семья:** отношения в паре требуют, чтобы между партнерами была установлена первичная привязанность. В начале отношений фокус смещается с привязанности родителей к привязанностям в паре. Какие семейные традиции выживут?
- ❑ Иногда оба партнера хотят уйти от влиятельных родителей и создать прочный «кокон» друг с другом, чтобы родители не смогли вмешаться. Такие отношения находятся под большим эмоциональным давлением, и появляется разочарование. Если отношения не сложатся, пары вернутся в свои родные семьи.
- ❑ Если у одного из партнеров есть неразрешенный конфликт с родителем, то конфликт может возникнуть и между свекровью и невесткой (например, если мать берет на себя заботу о сыне, которую должна брать жена)

Общение «треугольником».

- Реактивный процесс в треугольнике родительская семья+ партнер влияет на брак по-разному. Во-первых, чем больше партнер уделяет свое внимание своему родителю, тем меньше остается внимания для супруга.
- Постсвадебный треугольник. Мужчина поручает жене заботиться о своих родителях (подарки, открытки, общение). После свадьбы мать мужчины становится либо союзником женщины, либо врагом, а мужчина избегает реального контакта со своей матерью. Свекровь и невестка могут работать вместе, чтобы «поднять мужчину» или воспитать детей, позволяя мужчине держаться подальше. Затем женщина обычно отделяется от своей семьи, приобретая чувство принадлежности к семье своего мужа. Этот треугольник становится проблематичным, когда у человека развивается дисфункция (роман или алкоголь и т. Д.). Первоначальное удовлетворение, получаемое мужчиной на расстоянии, может раздражать со временем, особенно когда женщина и мать постоянно пытаются справиться с мужчиной (усугубляя симптомы).

-
- Один из вариантов треугольник. Жена в депрессии, а её мать и муж объединяются в критике.
 - **Доминирующий тесть.** Жена и ее идеализированный отец объединяются, чтобы критиковать мужа. Такой треугольник может существовать, даже после смерти отца супруги.

Как действовать консультанту в ситуации с треугольниками?

- Цель терапии:
- Продемонстрировать паре, как треугольники с родителями супругов влияют на брак.
- Помочь поставить правильные приоритеты: отношения в браке на первое место, при этом не разрушить отношения с родительскими семьями.
- Помочь супругам увидеть слабые места в их отношениях, из-за которых начинаются конфликты. И выработать модели решения конфликтов и смягчения напряженности без эмоциональной отстраненности в парных отношениях..

Внесемейные

треугольники (связи на стороне)

- Никто не планирует измену. Обычно опасности подвержен муж, чья супруга «погрузилась» в материнские отношения. И жена, которую критикуют и супруг, и родители.
- Отношения на стороне вначале могут смягчить напряжение в браке, поскольку конфликтов становится меньше. При выявлении измены, последняя становится центральной темой, и изначальная причина напряженности в браке, из-за которой конфликт возник, остается незамеченной.

При выявлении измены

- ❑ Помоги супругам сохранять взаимное уважение. Выслушай.
- ❑ Если брак хотят сохранить: посоветуйте связь на стороне полностью прекратить, в том числе письма, звонки. Другой супруг должен прекратить выяснять детали и контроль.
- ❑ Оба супруга внесли свой вклад в возникновении этой ситуации, обманутый может быть виновен в той же степени.
- ❑ Помоги выявить треугольники среди родственников супругов, они только подливают масло в огонь.
- ❑ Важно восстановить доверие. Супруг, имевший связь вне брака должен понимать, что он должен быть подотчетен, второй супруг нуждается в возможности выговориться, рассказать о своих опасениях и страхах.
- ❑ Зачастую виноватая сторона обвиняет любовника/цу, что не является правильным. Важно исключить это лицо из терапии и заниматься только чувствами, мыслями, проблемами супругов.

Развод/ раздельное проживание



Раздельное проживание

- ❑ Может стать временным решением для смягчения накала эмоций.
- ❑ Раздельное проживание имеет смысл связать с семейной терапией. В целом следует избегать разделения, и наилучшие результаты терапии достигаются у тех, кто постоянно находится в контакте.
- ❑ Раздельное проживание может быть необходимым и/или неизбежным при высоком уровне конфликтов, насилия или алкоголизма, или партнер нуждается в изоляции/одиночестве, чтобы найти себя.
- ❑ Легче восстановить существующие отношения, чем построить совершенно новые.

Факторы, приводящие к разводу

- ❑ На возможность развода влияет период знакомства и ухаживаний. Различные ожидания ведут к конфликтам. Брак, заключенный во время траура или из-за беременности часто обречен на развод.
- ❑ **Один является доминирующим, а другой - подчиняющийся.** Например, доминатор ориентирован на карьеру, подчиняющийся становится депрессивным и подавленным. Депрессия рассматривается, как независимое заболевание, доминирующее лицо свободно двигается к карьерным целям и не чувствует себя виноватым из-за симптомов партнера.
- ❑ **Оба доминируют и не готовы отступить.** Когда возникает конфликт, ни одна из сторон не может уступить, а реагирует. Результатом будет чрезмерный накал отношений и разделение.

-
- ❑ Оба занимают подчиненное положение. Сильный стресс может привести к параличу обоих. В результате возникают отношения, в которых много нерешенных конфликтов.
 - ❑ Между супругами существует эмоциональная дистанция, один родитель полностью поглощен детьми. Такая модель снижает эмоциональную независимость ребенка. Ребенок и родитель могут поменяться ролями, когда ребенок начинает заботиться о своем родителе.
 - ❑ Иногда развод вызван сильным эмоциональным слиянием между парой. Партнеры чувствуют, что они не могут сохранять свою индивидуальность, если они продолжают поддерживать отношения с партнером.
 - ❑ Развод включает в себя эмоциональное разъединение, но немногие способны полностью разделиться.

Развод оказывается тяжелее, чем ожидалось...

- ...если верили, что причина развода исключительно в личности партнера
- ...если отрицали, что развод-это болезненный процесс
- ...верили, что самое важное расстаться с супругом
- ...верили, что брак существовал только для блага одного супруга
- ... верили, что соматические симптомы связаны только с отношениями в паре.
- Развод менее травматичен при сохранении дружеских отношений с прежним супругом.

Развод в разные периоды цикла семьи

- Развод у пары без детей менее болезненный, чем у пары с детьми.
- Труднее всего пережить развод семье с маленькими детьми.
- Детям в возрасте до 5 лет труднее приспособиться к разводу родителей. В период развода дети испытывают значительную регрессию и чувство вины. Также происходит заметное снижение качества отношений между матерью и ребенком после развода, что связано с эмоциональной дисфункцией ребенка. Дети старше 5 лет испытывают беспокойство, судороги, часто ведут себя вызывающе, но могут не испытывать задержек в развитии. Не исключены депрессии и возникновение фобий.

Развод у пары с маленьким ребенком

- ❑ Отцы могут чувствовать депрессию, гнев, отверженность, при этом контакты с супругой и, соответственно, конфликты снижаются.
- ❑ Отцы стараются поддерживать отношения с детьми в течении 2 лет после развода. Затем контакты становятся редкими, дети испытывают боль, и боязнь испытать новую боль заставляет их отказываться от эмоциональной близости с отцами. Отцы же стараются активно заниматься общественной деятельностью, чтобы не чувствовать одиночество.
- ❑ Конфликты после развода продолжаются из-за денег, детей, др. Через 1 год после развода $\frac{3}{4}$ женщин думают, что развод был ошибкой. Через 2 года лишь $\frac{1}{4}$ считает, что развод был ошибкой.
- ❑ Новые личные отношения одного из партнеров могут обострить конфликт бывших супругов.
- ❑ Первые 2 месяца после развода влияние отца на жизнь ребенка не меняется. Через 2 года лишь $\frac{1}{4}$ отцов и половина матерей говорят, что отношения с детьми лучше, чем до развода. У остальных отцов очень мало контактов с детьми.

Развод в семье с подростком

- ❑ Родители проживали вместе в течение длительного времени.
- ❑ Подростки могут дистанцироваться от конфликта родителей. Молодые люди имеют право голоса в том, с кем они хотят жить, и подростки обычно смогут самостоятельно поддерживать связь с обоими родителями.
- ❑ Сыновья могут оказаться в роли эмоционального партнера для матери. Дочери могут стать «домохозяйками» своего отца.
- ❑ Неспособность справиться с эмоциональными проблемами может привести к трудностям в будущих семейных отношениях подростка
- ❑ Подросток может не суметь адаптироваться к новому партнеру матери / отца.

Развод у пары со взрослыми детьми

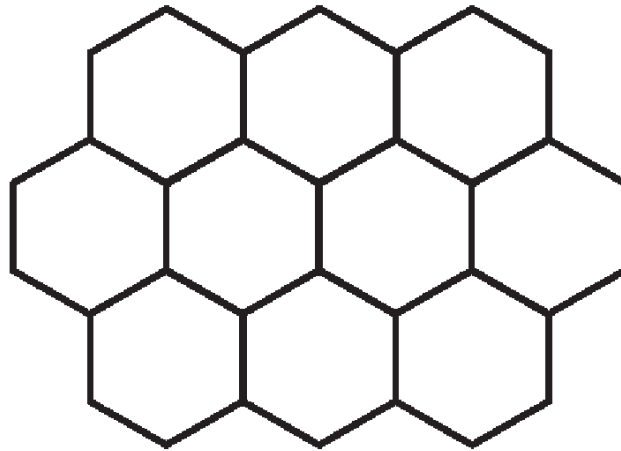
- ❑ Отношения в паре стабильны, пока дети дома. После ухода детей стабильность исчезает.
- ❑ Зачастую взрослый ребенок занимает позицию одного родителя и не общается с другим.
- ❑ Развод может изолировать одного из супругов от друзей и родственников, оставив его в старости совсем одиноким.
- ❑ 30-40-лет совместной жизни с прежним партнером сильно затрудняет выбор нового спутника жизни.

Дети и развод



- ❑ Важно сохранять сотрудничество между родителями, поскольку для ребенка крайне важны и папа, и мама.
- ❑ Нельзя манипулировать ребенком. Нельзя манипулировать бывшим супругом, используя ребенка.
- ❑ Важно договориться заранее, как будет организована жизнь ребенка у мамы и папы.
- ❑ Если оба родителя адекватные и не имеющие склонности к зависимостям и насилию, то в идеале ребенок проводит 50\50 времени с обоими родителями, не менее 35% с одним из родителей.
- ❑ Ребенку важно объяснить, почему ситуация изменилась, и донести, что он не виноват никоим образом

Сложные (приемные) семьи



Особенности сложных семей

- В случае 1 брака, соединяются 2 семьи, при повторных браках «смешиваются» 3 или 4 семьи. Каждый повторный брак «несет наследие» прошлых негативных отношений.
- Родители испытывают чувство вины и из-за нее могут неверно реагировать и действовать.
- Дети лояльны к обоим родителям, надо дать им возможность выражать чувства к обоим родителям, не ругать бывшего супруга в присутствии ребенка.
- В новых отношениях выявляются старые модели поведения и нерешенные проблемы

В новых отношениях будут проблемы, если...

- ...в прежнем браке был совершенно иной жизненный цикл
- ...Короткий период между разводом и новым браком. Эмоции еще не гармонизировались
- ...не удастся наладить адекватные отношения с бывшим супругом
- ...нет понимания, что для детей новый брак-это тяжелый психологический момент
- ...неспособность отказаться от понимания «идеальных» отношений
- ...бабушки и дедушки ребенка «подливают» масла в огонь
- ...отрицание проблем
- ...изменение прав родителя вступило в силу прямо перед заключением нового брака

Разновидности приемных семей

- Чем больше разница в жизненном цикле семьи новых супругов, тем сложнее для них изменения, и тем больше времени привыкание займет.
- Новые отношения предполагают прерывание и повторение обычных фаз семейной жизни. Второе прохождение этих фаз возобновляет проблемы, которые были проблемой в первом браке.
- Например, мужчина с ребенком в подростковом возрасте или маленьким ребенком, который женится на молодой женщине без детей и предыдущих отношений: женщина, ожидает романтики, а мужчина ожидает, что новая супруга будет хорошей «второй мамой» и хозяйкой.

Дети в сложных (приемных) семьях

- ❑ Почему подросткам сложнее адаптироваться?
- ❑ 1. Приемная семья заставляет подростков сотрудничать в то время, когда у подростка период установления независимости
- ❑ 2. Неспособность договориться о том, сколько родительских указаний получает подросток от обоих родителей.
- ❑ 3. Подросток умеет разрешить конфликт лояльности, выбрав чью-то сторону
- ❑ 4. Противодействие подростка серьезным изменениям или новым ролям в новой семье, а в этот период он должен становиться независимым.
- ❑ 5. Сексуальный стресс: сексуальный интерес к приемному родителю /брату, сестре; принятие сексуальной ориентации родного родителя.
- ❑ Считают, что дети терпят развод легче, чем смерть родителя, но детям легче принять повторный брак овдовевшего родителя, чем в более позднем возрасте развод / повторный брак.

Треугольники приемных семей

- Муж-жена-жена. Вполне вероятно, что не произошел эмоциональный развод. Необходимо: закончить прежние отношения, но уважительным образом. Новый партнер должен признать, что прежние отношения были важны партнеру, и супруг отвечает за детей от первого брака. Новая женщина должна понимать, что если мужчина не справится с эмоциональными проблемами предыдущих отношений (вины), ситуация не разрешится.
- 2. «Единодушная» новая пара / бывший супруг / дети. Проблема обычно в поведении или успеваемости ребенка (детей). Новая пара утверждает, что у них нет разногласий и обвиняет партнера или ребенка (или обоих). Вероятен интенсивный конфликт между бывшими. Контроль над ребенком следует временно передать биологическому родителю, новый партнер временно занимает нейтральную позицию. Важно, чтобы новая пара выявила различия и разногласия. Необходимо также помочь эмоциональному разводу между бывшими партнерами

Треугольники приемных семей

- Мужчина-его дети-новая жена. История Золушки. Если мачеха раньше не была замужем, а мать детей жива, но плохо относится к отцу детей, это очень сложная ситуация. Если мачеха дома, а отец много работает, ей трудно выполнять роль биологического родителя. Мачехе очень трудно быть основным опекуном детей, потому что она не может заменить биологическую мать. Мачеха не может успешно справиться с ситуацией, когда отец детей прямо или тайно критикует ее. Женщина должна устанавливать меньше правил, а мужчина должен помогать соблюдать эти правила.

Треугольники приемных семей...

- **Жена-дети жены-новый партнер**
- Новый партнер в сложной ситуации. С одной стороны в нем видят опору и спасителя, помощь при воспитании. С другой- его не впускают в эмоциональную связь женщины и детей.

Треугольники приемных семей...

- ❑ Родители-биологические дети-пасынки. В таких семьях всегда есть опасность сравнения себя и детей нового партнера. Важно искать истинное происхождение проблемы (эмоциональная привязанность партнеров к бывшему партнера и т. д.).
- ❑ Новый партнер мужчина - женщина - их родители. Родители являются частью проблемы, если они не одобряют развод и повторный брак и / или когда они активно общались с внуками до или во время их нового сожительства. Важно обеспечить отношения между детьми, бабушками и дедушками. Оба партнера должны разбираться со своими родными семьями.

Болезни и траур в семье



Возраст

- Чем старше люди, тем больше вероятность , что смерть станет результатом серьезного и долгого заболевания. Смерть пожилого человека рассматривается как естественная часть жизненного цикла семьи и конец собственной жизни.
- Смерть молодого человека не рассматривается как естественная. Семья переживает стресс.
- Смерть ребенка трудно вынести, потому что родители воспринимают ребенка как продолжение себя. Степень эмоциональной привязанности между родителем и ребенком является фактором, который предсказывает степень стресса семьи, когда ребенок умирает. Смерть ребенка оказывает существенное влияние на родителей и влечет тяжелую скорбь в 70-90% всех случаев.

Возраст:

- ❑ Смерть подростка является обычно следствием несчастного случая либо суицида. Семья переживает огромный стресс.
- ❑ Серьезная болезнь сильно влияет на становление самостоятельности и независимости ребенка. Семья берет на себя уход и функции подростка. Подросток может конфликтовать с семьей, не принимать лекарства или еду. Либо станет «пациентом» для всей семьи, иногда пожизненно.

Смерть

- ❑ В случае неожиданной смерти семью постигает шок. Чувство большой утраты. Всплывают проблемы с наследством или долгами, усугубляя стресс. После первой бурной реакции тема смерти табуируется. Когда тема смерти становится табу, у членов семьи возникают симптомы болезней в следствии невозможности выразить боль, выговориться .
- ❑ Суицид вызывает острое чувство вины..
- ❑ Внезапная смерть имеет позитивную сторону тоже- отсутствует предыдущий стресс.
- ❑ Долгая болезнь создает тревожность и напряженность. Желание избежать стресса делает тему смерти нежелательной. Важно дать умирающему возможность рассказать о своих страхах, лучше не скрывать от него диагноз
- ❑ Рождение мертвого ребенка, выкидыш. Стресс у всей семьи, особенно у матери. Стресс тем сильнее, чем больше семья ждала ребенка.

Траур

- Если семья не может открыто обсуждать тяжелые темы, то могут возникнуть симптомы болезней
- Чем сильнее и долговременнее стресс, тем больше вероятности, что члены семьи закроются друг от друга, могут возникнуть дисфункции у членов семьи.

Позиция человека в трауре

- Если умерший был эмоционально важен для семьи, тем больше вероятность, что семья будет в сильном стрессе.
- Этому есть 2 причины: нарушение эмоционального равновесия и тенденция отрицать эмоциональную зависимость, когда зависимость очень сильна.
- Важность члена семьи может быть определена его функциональной ролью либо эмоциональной привязанностью к нему, например, у родителей маленького ребенка. Функциональная потеря может означать, что кто-то заболевает, и его функции необходимо распределить. Переезд из дома веселого юноши может означать эмоциональную потерю.

Эмоциональная волна шока

- ❑ Скрытые последствия, которые возникают после серьезных жизненных событий, могут включать кого-либо в расширенной семье. Проявляются в реакциях, которые трудно связать с серьезными жизненными событиями, и наблюдается сильное эмоциональное отрицание, когда кто-то пытается связать эти события.
- ❑ Например, дочь оплакивает свою мать, оказывая скрытое влияние на сына, у того наблюдается расстройство поведения.
- ❑ Вторая мировая война, её последствие - сегодняшние поколения не испытали этого, но многие травмированы, нервничают со вспышками гнева и так далее.

Эмоциональная волна шока

- Эмоциональная волна вызвана потерей людей, которые в были важны для семьи: например, кормильцы, лица, принимающие решения, «старейшины». Из-за высокого уровня стресса, связанного с потерей, часто возникают симптомы в одной части системы, потому что проблемы не решаются должным образом в другой части семейной системы. Семейному психотерапевту часто трудно найти источник проблемы.
- Как правило, эмоциональная волна отсутствует при уходе человека с дисфункцией. После самоубийства наступает длительный период горя, но нет ударной эмоциональной волны, если самоубийство не было одним из способов уйти с важной роли.

Как помочь?

- ❑ Не избегай человека в скорби!
- ❑ Помоги решить текущие проблемы: похороны, приготовление пищи и т.п.
- ❑ Будь рядом, слушай! Человеку необходимо выговориться. Слушай внимательно. Чтобы услышать и другие проблемы!
- ❑ Не думай, что человек переживает утрату также, как и ты.
- ❑ Траур длится, как минимум год, человек нуждается в поддержке длительное время.

Траур у ребенка:

- ❑ Горе препятствует нормальному развитию ребенка. Если родитель умирает, это существенно повлияет на чувство безопасности, доверия и удовлетворения ребенка.
- ❑ Смерть брата или друга помогает ребенку понять, что ребенок сам смертен.
- ❑ Потерю домашнего животного нельзя недооценивать.

Как помочь ребенку, переживающему траур?

- Поддержи семью: приготовить еду, убрать дом, сделать закупки.
- Объясни простыми словами, что случилось, избегай фраз: «уехал далеко...»
- Позволить высказать все эмоции. Нельзя подавлять эмоции ребенка..
- Физическая активность
- Поделки, творчество, ритуалы
- Взять с собой на похороны.
- Понимать, что возможны проблемы с поведением и успеваемостью.
- Читать вслух
- Принимать помощь от церкви

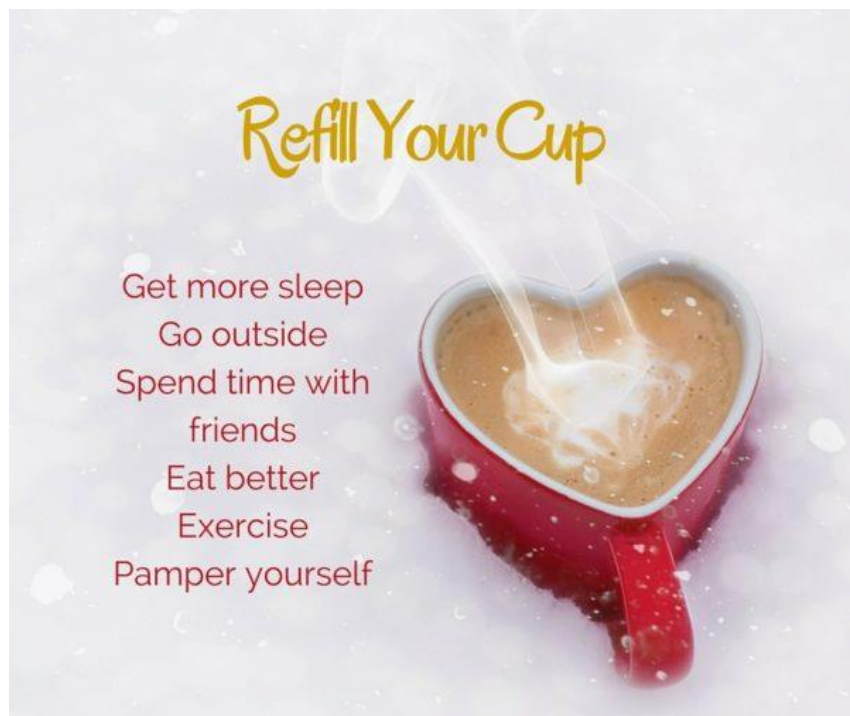
Душепопечитель: ответственность, границы, ВОЗМОЖНОСТИ.



Как стать хорошим душепопечителем?

- Знать модели поведения своей родительской семьи, свои парадигмы, свои сильные стороны и слабые стороны
- Узнать и развивать свой уровень дифференциации, ответственности перед собой и другими(я эмоционально и финансово независим?)
- Каковы мои роли в нашей семье? Каковы мифы и правила в нашей семье?

Качества душепопечителя



- Осознание своих слабых сторон и стремление устранить их
- Помогать другим в тех нуждах и аспектах, в которых у тебя сейчас гармония и порядок
- Заботиться о себе и своей семье. Выделять для этого время.

Качества, необходимые душепопечителю:

- Чувство эмпатии: не всегда нужен опыт данной ситуации, часто достаточно поддерживающего присутствия.
- Саморазвитие постоянное!
- **Конфиденциальность !**
- Осведомленность о конфликте соц ролей в жизни человека (например служитель-он и пастор, и сосед, проповедник и друг).

Помощники:

- Пасторам и их супругам, служителям церкви следует уделить особое внимание. У духовенства есть проблема: кого избрать душепопечителем? Кому доверять?
- Внутренние парадигмы мешают им обращаться за помощью.
- Подумайте: к какому специалисту я бы хотел обратиться сам? (Доктор, психолог, семейный терапевт, психиатр.)

Не забывай отношений с Господом

Ты приготовил предо мною трапезу в виду врагов моих; умастил
елеем голову мою; чаша моя преисполнена.
Псалтирь 22 псалом

