

Путь к краху

Надежда, долго не сбывающаяся,
томит сердце, а исполнившееся
желание — как древо жизни

Притчи 13:12

Развод

- США в числе лидеров по количеству разводов
- Редко по взаимному согласию
- Убеждения (и психолога, и клиента) влияют на развод
 - Религиозные
 - Личные
 - Семейное прошлое
 - Понимание счастья и здоровых взаимоотношений
 - Вовлеченность детей

Статистика разводов

Разводы

- 4 на 1000 человек в 2000 году
- 3,6 на 1000 человек в 2011 году
- 3,2 на 1000 человек в 2017 году

Браки

- 8,2 человека из каждой 1000 вступили в брак в 2000 году
- 6.2 человека из каждой 1000 вступили в брак в 2011 году
- 6.9 человека из каждой 1000 вступили в брак в 2017 году

Основные причины разводов

- Супружеская неверность
- Проблемы в общении
- Насилие
- Денежные проблемы
- Сексуальная неудовлетворенность
- Скука
- Религиозные разногласия
- Разногласия в вопросах воспитания детей
- Зависимость
- Разные ожидания и приоритеты

Разлад в семье

Семь предвестников разлада

1. Отсутствие попыток исправить. Преобладание негатива (0,8:1)
 - Стабильные супружества 1:5
2. Критика, защитное поведение, пренебрежение/презрительное отношение, тактика молчания (всадник Апокалипсиса)
 - Стереотипы
 - Мужчины молчат
 - Женщины критикуют
3. Негативное восприятие, атрибуция
4. Поток жалоб
5. Хроническое физиологическое возбуждение и иммуносупрессия
6. Неспособность мужа принять влияние жены

Развитие дисфункции в семье

- **Менять...** манипулировать... принуждать
 - Супруг должен быть... таким, каким нужно или каким тебе хочется

- **Упрекать/обвинять...** унижать... патологизировать
 - Супруг должен быть... таким, каким нужно или каким тебе хочется

- **Отстраниться** от супруга
 - Отказ от взаимоотношений и взаимодействия

Три типовых сценария

Конфронтация

- Нападение-нападение
- Преследование-отстранение

Отстранение

- Отстранение-отстранение

Сотрудничество

- Приближение-приближение

Причины обращения к семейному психологу

- Желание восстановить семью, примириться и измениться
- Желание мирно развестись
 - Достичь полюбовного соглашения о разводе
- Продемонстрировать, что попытка «исправить» была, но закончилась неудачно (оправдание развода)
- Объявить о решении, а затем помочь найти поддержку

Причины развода

❑ Разница характеров

- Ссоры, споры...
- Неприличное поведение
 - Токсичное поведение
 - Грубость/безопасность, злоупотребление алкоголем или наркотиками, оскорбления...

❑ Супружеская неверность (эмоциональная, физическая, и та, и другая)

Причины развода

- ❑ **Разница характеров**
- ❑ **Супружеская неверность (эмоциональная, физическая, и та, и другая)**
 - Романтическая
 - Флирт
 - Запланированная
 - Незапланированная
 - Враждебная (напр., из мести)
- ❑ **Никто не виноват..?**

Обычные причины желаниа развестись

Отсутствие приверженности отношениям

- Как завязались их отношения? Прошли ли они проверку?
- Есть ли признаки самоотверженности и жертвенности?
(Если да, то когда и при каких обстоятельствах они были проявлены?)

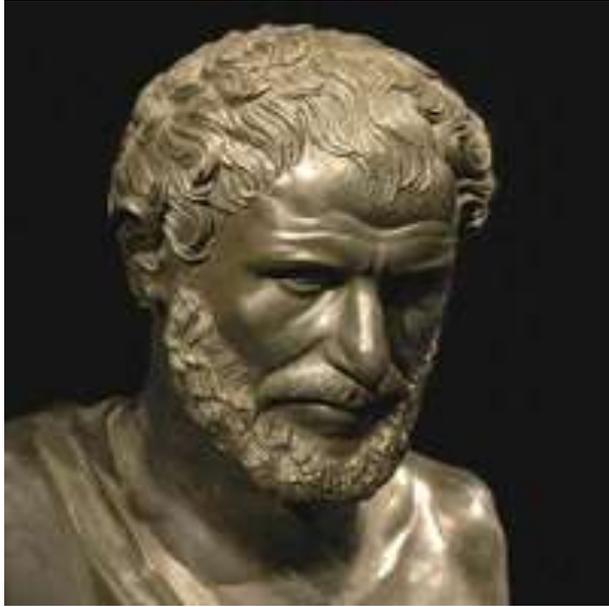
Нет больше той любви,
как если кто положит душу свою
за друзей своих

Иоанна 15:13

Обычные причины желаниа развестись

- ❑ Отсутствие приверженности отношениям
 - Как завязались их отношения? Прошли ли они проверку? Есть ли признаки самоотверженности и жертвенности? (Если да, то когда и при каких обстоятельствах они были проявлены?)

- ❑ Разница в развитии, зрелости, личностные изменения
 - Перемены во мне отражаются на моем супруге



«Единственное, что никогда не меняется, — изменения».

«Никто никогда не входит в одну и ту же реку дважды, ибо это уже не та река, и он уже не тот человек».

— Гераклит

Обычные причины желания развестись

- Перемены, связанные с жизненным циклом (возраст, супружество и семья)
 - Предсказуемые изменения (рождение, взросление, смерть...)

Обычные причины желаниа развестись

- ❑ Перемены, связанные с жизненным циклом (возраст, супружество и семья)
 - Предсказуемые изменения (рождение, взросление, смерть...)

- ❑ Ситуационные факторы
 - Постороннее влияние, советы сохранить брак или развестись...
От кого исходят советы сохранить брак?
От кого исходят советы развестись?

Обычные причины желаниа развестись

- Личные/индивидуальные проблемы
 - Пережитые трудности, нерешенные вопросы, шаблоны поведения, конфликты, заболевания

- Любовная связь на стороне

Трудности и перспективы

- Одностороннее решение уйти
 - Обоюдный выбор быть семьей

Трудности и перспективы

- ❑ Одностороннее решение уйти
 - Обоюдный выбор быть семьей

- ❑ Прерывность процесса (напр., горечь)
 - Одна сторона прилагала больше усилий, чем другая

Трудности и перспективы

- ❑ Каждый ждет от психолога подтверждения своей позиции
 - Это создает проблему для психолога... треугольник

- ❑ Неуверенность — обычное дело
 - Порождает неразбериху, планы постоянно меняются
 - Цель — подвести к принятию решения
 - Будьте терпеливы, нужно время, придется снова и снова начинать сначала

Первичная оценка

1 Задайте прямой вопрос

- Оценка ответов по шкале
- Формулируйте свою мысль четко, но с сочувствием

2 Наблюдайте за поведением и делайте выводы

- Что они говорят и делают... как взаимодействуют
- Паттерн «преследование—отстранение» зачастую очевиден
- Как они выполняют задания?
 - Выполняют ли? Кто именно?

Паттерн преследование—отстранение

□ Привязанность и сохранение индивидуальности

- Один стремится к большей близости
 - Стремление может быть приемлемым и неприемлемым
- Один стремится увеличить дистанцию
 - Стремление может быть приемлемым и неприемлемым

Паттерн преследование — отстранение

□ Сопутствующие страхи

- У того, кто стремится к близости
 - Боится остаться без любви или без любимого
- У того, кто стремится сохранить дистанцию (независимость)
 - Боится потерять свою индивидуальность, быть поглощенным отношениями

Уровни терапевтического вмешательства

Какова их цель?

- Восстановление отношений, устранение неопределённости, расторжение брака

Начало пути (прежде чем приступить к работе, выясните, намерены ли клиенты продолжать)

- Есть договоренность или нет?
 - Если договоренность (желание восстановить отношения или устранить неопределенность) есть, тогда приступайте к терапии
 - Если договоренности нет... вероятно, ничего не выйдет

Уровни терапевтического вмешательства

□ Путь устранения неопределённости

- Договоренность стремиться к выходу из тупика, порожденного неуверенностью
- Иногда отношения улучшаются, но чаще всего нет

□ Путь восстановления (работа над восстановлением отношений)

- Достижение поставленных целей

Что делать в начале...?

□ Начало... куда свернуть на развилке?

- Выясните, есть ли намерение сохранить семью (цели)
 - Добейтесь ЧЕТКОГО ответа: да или нет
- Восстановление/примирение или прекращение/развод
 - Восстановление совместной супружеской жизни и/или личной жизни каждого (индивидуальные или парные консультации)

Что делать в начале...?

Начало... куда свернуть на развилке?

- Осознают ли они последствия развода?
 - ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ, физические, материальные, духовные
 - Важно, твердо ли они намерены развестись или еще не приняли решение

Как быть с неуверенностью?

□ Путь устранения неуверенности

- Выход из тупика неуверенности
 - Цель... соглашение сохранить брак или развестись, принятие твердого решения

Как быть с неуверенностью?

- Путь устранения неуверенности
 - Заключите договоренность, соглашение (определите временные границы)
 - Уменьшает травматичность
 - В идеале 12-16 часовых встреч (Кит Бьёрге)
 - Будьте готовы пересмотреть условия

 - Обсудите, как каждый из супругов понимает воспринимает сложившуюся проблемную ситуацию

Как быть с неуверенностью?

□ Путь устранения неуверенности

- Выясните и обсудите ценности каждого из супругов
- Обсудите конфликты, недопонимания, проблемы, связанные с взаимоотношениями (общением), с другим супругом и с ним самим
- Рассмотрите историю развития проблемы
- Помогите им понять друг друга
- Помогите им понять, что такое страх потерять себя или любимого

Как быть с неуверенностью?

- Смена неуверенности решением сохранить семью
- Освоение новых и изменение существующих сторон брака и/или себя
- Построение здоровых взаимоотношений
- Восстановление доверия
- Подкрепление и развитие успеха

Путь восстановления

- Работа над восстановлением с помощью психолога
- Возвращение надежды
- Понимание паттерна проблем
- Осознание сильных сторон, видение решения
- Взаимопонимание и эмоциональное принятие друг друга

Путь восстановления

- Обращение к эмоциям и их принятие

«Новый паттерн взаимоотношений (общения), усиливающий взаимопонимание и укрепляющий взаимную привязанность»

- Закрепите «новый» паттерн

Решение... развестись

- ❑ Это процесс... развивающийся постепенно

Переход от «прилепиться» к «удалиться»!

Супружество — переход от «удалиться» к «прилепиться»

- ❑ Легко ли рвутся узы?

НЕТ!

- Разрыв — травмирующий опыт!

Узы!

- ❑ Двое становятся единым целым!
 - Еф. 5:31
 - Мф. 19:5-7
 - Быт. 2:24

- ❑ Одно целое разрывается не на два целых, но на две **половины!**
 - Вы с супругом составляете единое целое
 - *«Мне не хватает части себя»*

- ❑ Взаимоотношения изменяют нашу нейроанатомию!
 - Степень привязанности соответствует уровню изменений.

Итак, кто во Христе, тот новая
тварь; древнее прошло, теперь
все новое

2 Коринфянам 5:17

Негласный брачный контракт...

Данность взаимоотношений

«Мы вступаем во взаимоотношения с определенными ожиданиями»

Основное ожидание

...быть любимым

Ожидания не исполняются

- Гнев
- Печаль
- Страх
- Отстраненность

Ваша реакция как пастора (служителя церкви)

□ Реакция

- Эмоционально воспринимается как трагедия
 - Постарайтесь не допустить усугубления кризиса
 - Выясните истинную, настоящую подоплеку проблемы

□ Если супруги продолжают ссориться

- Ссоры зачастую свидетельствуют, что отношения им не безразличны...
 - Ссора должна привести к принятию
 - Примирение с уходом, распадом семьи
 - Непрерывающиеся ссоры... подсознательное желание сохранить взаимоотношения

Ссоры прекратились!

- ❑ Ссора — попытка восстановить взаимопонимание и взаимную привязанность

- ❑ Окончание ссоры указывает на примирение с фактом разрыва взаимоотношений
 - На примирение указывают
 - Признание того, что семьи больше нет, и узы разорваны
 - Способность добросердечно общаться
 - напр., совместно воспитывать детей

- ❑ Определиться с разорванными узами, чтобы двигаться вперед

Боль развода

Жизнестойкость (психологическая устойчивость)

«Жизнестойкость подразумевает исцеление ран. Каждый реагирует на травмирующее событие в соответствии с характером этого события и собственными физическими, интеллектуальными, эмоциональными и социальными возможностями и структурами поддержки. Следовательно, жизнестойкость у всех разная и уникальная».

Кит Бьёрге

Тяжелый удар

- ❑ Эмоциональный (травмирующий..!)
 - Депрессия
 - Гнев
 - Тревожность
 - ❑ Вновь становитесь подростком
 - Утрата самоидентификации
 - Кто я... в социальном, семейном, профессиональном плане...
 - ❑ Охватывает все аспекты жизни
 - Денежный, телесный, социальный и духовный
 - Болезнь
 - Изоляция
 - Неспособность работать
 - Удаление от веры
- «...хуже смерти»*

Финансовый удар

□ Финансовый

- Для начала гонорары
 - Как минимум 5 тысяч долларов США
- Доход семьи делится напополам
 - Меньше денег
 - Больше работать; смена работы, возвращение на работу...
 - Возникает гнев... горечь
 - Оба варианта возможны (но чаще тот, что слева...)
 - *«Меня обокрали, и ему/ей это сойдет с рук»*
 - *«Мне ничего не оставили»*

Удар по здоровью

- Физические заболевания
 - Реакция на стресс и боль
 - Снижение иммунитета...
 - Головные боли (мигрени)
 - Проблемы с ЖКТ
 - Потеря или набор веса
 - Чаще потеря

Удар по социальным связям

□ Изменения в отношениях

- Взаимоотношения строятся на времени и обстоятельствах (связи)
- Развод меняет обстоятельства и разрывает связь
- Круг друзей и родных разрывается
- Обида на поведение друзей и родных (*«Я считал его/ее своим другом»*)

Духовный удар

□ Духовная отстраненность

- Мольбы о...
- Вопросы к Богу
- Злость на Бога
- Отсутствие желания и мотивации жить по вере
 - Депрессия
- Стыд и смущение

Удар по детям

Дети

- Острая (глубокая) фаза 1 год
 - Что такое острая? (Отличие от хронической)

Потрясение и опустошение — реакция

- Поиск поддержки и утешения у психолога

Не вовлекайте детей в ссоры между родителями

- Это сильно влияет на то, как ребенок переживает развод

Изменение финансовых возможностей

Возможные проблемы развития ребенка

Дошкольники

- Дошкольникам легче, потому что они меньше понимают
 - Часто зацикливаются на мысли о том, что развод – их вина
 - Страх быть покинутым
 - Способствует развитию зависимости...
 - Регресс

Последствия

□ Дети

- Острая (глубокая) фаза 1 год

□ Дошкольникам легче, потому что они меньше понимают

- Часто зацикливаются на мысли о том, что развод – их вина
- Страх быть покинутым

Младшие школьники

- Винят себя

- Боятся потерять родителей или быть оставленными
 - Иррациональные страхи

- Внутренние и внешние проявления
 - Самоизоляция, отстранения... (внутри)
 - Агрессия, непослушание... (снаружи)

Дети 8-10 лет

- ❑ Более тяжелые долгосрочные последствия
- ❑ Труднее всего 10 лет спустя
 - Болезненные воспоминания
 - Боязнь неудачного брака (Wallerstein 1987)
- ❑ Мальчикам в целом тяжелее, чем девочкам
 - Более медленное восстановление (Hetherington 1989)
- ❑ Дилемма лояльности

Дети 8-10 лет

- Некоторые исследования показывают, что школьникам лучше оставаться с родителем того же пола
- Судя по всему, мальчики хуже девочек реагируют на ссоры между родителями

Подростки

- Лучше понимают... происходящее...
 - Без расспросов
- Задают прямые и неудобные вопросы
 - *«У тебя появился кто-то другой?»*
- Проявляют гнев и недовольство
 - Прямо и косвенно
- Чаще всего выражают чувства внешне
 - Смотрят на поведение родителей
- В редких случаях компенсируют, пытаюсь быть идеальным ребенком или занять место супруга
- Боятся потерять друзей и привычный образ жизни
- Дилемма лояльности

Усугубляющие и опосредующие факторы

- ❑ Характер отношений между родителями
 - Ссоры, гнев, споры
- ❑ Денежные проблемы после развода
- ❑ Сохранение хороших отношений с обоими родителями после развода
 - Легче тем детям, которые сохраняют хорошие отношения с родителями (этого следует ожидать...!)

Факторы восстановления... детей

- Хорошие отношения с родителем, получившим право опеки
- Характер отношений между родителями (минимально)
 - Ссоры, гнев, споры
 - Оба отмечают значимость фактора ссор
- Финансовая стабильность
- Качество отношений со вторым родителем
- Вкратце...
 - Воспитание ребенка, в котором нет места постоянным ссорам (КБ)

Повторный брак

- ❑ Адаптация проходит так же, как при разводе
 - Старшим детям и подросткам нужно больше времени
 - Изменение структуры семьи (КБ)
- ❑ Судя по всему, девочки (среднего школьного возраста) привыкают к приемному отцу труднее, чем мальчики
- ❑ Судя по всему, интеграция приемного отца положительным образом сказывается на мальчиках 9-12 лет

Что убивает взаимоотношения

❑ Взаимоотношения умирают в результате

- ***Самоубийства***

«Брак и развод — это выбор!»

❑ Причина самоубийства —

утрата

НАДЕЖДЫ!

❑ Один или оба супруга утратили надежду сохранить брак

Три фактора разрыва отношений

☐ Фактор 1

- Нереализованные желания!
 - Можно обойтись, но слишком долгое терпение вызывает чувство неполноценности
 - Может побудить супруга или супругов перейти ко второму шагу

☐ Фактор 2

- Токсичное поведение
 - Поведение, которое понемногу отравляет отношения
 - Может поставить отношения на грань смерти

☐ Фактор 3

- Кризис
 - Оценка жизни в браке

Предположения

- ❑ То, что люди **видят и думают**, определяет их чувства и поступки
 - *«Люди слишком часто и быстро делают негативные выводы, в особенности перед лицом трудностей» (КБ)*
- ❑ **Упор** на том, что приносит результат
 - Не проблема, история проблемы и т. п...
- ❑ **Конструктивный** подход
 - Перемены обусловлены видением проблемы
 - Суть проблем в том, что мы думаем и говорим о них
 - Проблемы — это неправильные попытки решить проблему

В процессе разработки

- ❑ Все мы находимся в процессе разработки
 - Постоянно испытываем чужое влияние
 - Это в свою очередь отражается на других
- ❑ Сила сочувствия и понимания
 - Оказывает влияние на человека
 - Порождает мысли, чувства и поступки
- ❑ Как вы влияете на окружающих?
- ❑ Как на вас влияют окружающие?

Предположения (часть 2)

- ❑ Клиент способен изменить ситуацию, изменив свою точку зрения

- ❑ Важно не копаться в человеке и проблеме, а найти решение
 - Связь между проблемой и решением не всегда есть

Терапия

- ❑ Присоединиться или установить связь
- ❑ Оценка
 - Ищите исключения из правил: когда проблема исчезает или возникает
 - Ищите объяснение того, почему проблема не существует или исчезает, делайте то, что устраняет проблему
- ❑ Вмешательство и цели
 - Установите значимые, простые и достижимые цели
 - ПАВ, позитивные-активные-выполнимые!
 - Представления и поведение клиента должны измениться!
 - Клиент должен поступать не так, как обычно!

Роль психолога в терапии

- Повлиять на восприятие клиентом проблемы таким образом, чтобы подтолкнуть его к изменению, к выходу из ситуации
 - Делайте акцент на правильном... а не на неправильном
 - Отвлекитесь от «истории» о том, что неправильно, и сосредоточьтесь на «истории» о том, что правильно
 - Ориентируйтесь на сильные стороны и возможности, а не на слабости и недостатки
 - Фокусируйте внимание на нынешней ситуации, в меньшей степени на прошлом и в еще меньшей степени на будущем

- Помните об искуплении, которое Бог совершил, и восстановлении, которое Он совершает

Общие терапевтические подходы

- Когда проблема отсутствует
 - Что отличает вас в такие моменты?
 - Как насчет...
- Вопрос о чуде
 - ...если бы проблема чудесным образом исчезла... что в вас (с вами) было бы по-другому?
 - Как насчет...
- Шкалирующие/градуальные вопросы и утверждения
 - Пронумеруйте ценность в списке целей, которые нужно достичь... Что должно произойти, чтобы повысить ее приоритетность?
 - Как насчет...

Влияние на представления клиентов

- Экспертом должен быть не психолог, а клиент
 - Занимает позицию несведущего, «на шаг позади»

- Виды взаимоотношений между психологом и клиентом в зависимости от подхода к определению цели (проблемы) и готовности действовать
 - Посетитель
 - Жалобщик
 - Заказчик/клиент

Подходы к работе

- ❑ Клиента побуждайте к изменениям

- ❑ Старайтесь сделать жалобщика клиентом
 - Мотивируйте

- ❑ Старайтесь выявить проблемы посетителя, чтобы сформулировать жалобы

Последующие встречи

- Следующий сеанс
 - Что стало лучше
 - Сделайте упор на позитивных изменениях, на том, что стало лучше, и на том, что клиент делает по-другому
 - Продолжайте делать то, что приносит результат

- Терапия завершена, когда достигнута цель (достигнуты цели)

Эмоционально-фокусированная терапия

□ Исходные посылки

- Врожденная потребность в привязанности
- Страх быть отвергнутым, лишиться привязанности
- Расстроенные взаимоотношения — признак ненадежных уз и невосполненной нужды в привязанности
- Эмоции — ключ к пониманию взаимоотношений (осмысление и переосмысление)
- Привязанность необходима и гибка

Взаимодействие внутреннего и внешнего

□ **Взаимодействие внутри- и межличностного**

□ **Парный танец**

- **Внутри и между**
- **Удовольствие и боль**

Базовые эмоции

□ Первичные эмоции

- «Настоящие» чувства
 - напр, страх быть отвергнутым, горечь утраты
- Эти настоящие (глубинные) эмоции маскируются и замещаются вторичными эмоциями
- Проявление вторичных эмоций порождает негативное взаимодействие

Утилитарные эмоции

□ Вторичные эмоции, реактивный эмоциональный отклик... порождает негативные взаимодействия

- Эмоции как средство
 - Функциональное эмоциональное поведение
 - Используются для воздействия на других
 - Достижение результата

- Неадекватные/дезадаптивные первичные эмоции
 - Неадекватная реакция на первичные эмоции

Эмоционально-фокусированная терапия

- Этапы и пошаговый терапевтический подход
СУТЬ И ИЗЛОЖЕНИЕ ЭТОГО ПОДХОДА ГИБКИ, ОБЯЗАТЕЛЬНО
СЛЕДУЙТЕ ЗА ПЕРЕЖИВАНИЯМИ СУПРУГОВ, ОЦЕНИВАЯ ПРИ
ЭТОМ ИХ ПОЭТАПНОЕ ПРОДВИЖЕНИЕ! (КБ)
 - Деэскалация
 - Реструктурирование
 - Консолидация

Деэскалация

- Деэскалация конфликта и напряженности
 1. Проясните суть конфликта и его причины (Сотрудничество и оценка — Этап #1)
 2. Выявите циклы и паттерны негативного взаимодействия
 3. Вскройте неосознанные эмоции, лежащие в основе паттернов взаимодействия
 4. Опишите проблему с точки зрения лежащих в ее основе эмоций и потребности в привязанности

Как остановить цикл



Д-р психол. наук Кит Бьёрге

Реструктуризация первичных эмоций

- Переосмысление чувств, сопутствующих проблемам взаимоотношений и привязанности
- 5. Побудите клиента признать неосознанные потребности и включить их во взаимоотношения
- 6. Побудите клиента признать ценность опыта другого супруга и принять новые паттерны взаимодействия
- 7. Помогите клиенту выразить эмоции и потребности, относящиеся к привязанности, и выработать новый формат поведения в контексте эмоционального взаимодействия

Консолидация изменений и нового опыта

☐ Консолидация

8. Помогите найти новые решения старых проблем

...через общение с учетом эмоционального опыта и опыта взаимоотношений

9. Закрепите новые моменты и циклы поведения, обусловленного привязанностью

Практические совет

«На этом этапе многое происходит спонтанно, само собой — просто поддерживайте и поощряйте этот процесс! (КБ)

Цель

Восстановить связь!

Повторный брак и Писание

- Что, по-вашему, Писание говорит о повторном браке?
 - Втор. 24:1-4
 - Мал. 2:14-16
 - Мф. 5:31-31
 - Мф. 19:1-12
 - Мк. 10:2-12
 - 1 Кор. 7:10-16
 - 1 Кор. 7:26-28

Удовлетворённость браком

- ❑ Первые браки
 - Сначала высокая, потом снижается

- ❑ Повторные браки
 - Сначала низкая, медленно возрастает

- ❑ Результаты теста идеализации
 - Высокие среди первобрачных
 - Низкие среди второбрачных

Адаптация

- ❑ 1 год — острая фаза восстановления после развода
- ❑ 12-18 месяцев — острая фаза повторного брака... сводная семья...
 - Почти 1/3 повторных браков распадается в течение двух лет
 - Первый год самый трудный
 - По истечении первого года количество повторных разводов снижается до уровня расторжений первого брака
- ❑ Пути развития разные, но исследований мало
- ❑ Уникальные проблемы
 - Финансовые трудности
 - Чувства и заботы, связанные с прежними отношениями
 - Сознательный подход к изменениям и воспитанию детей
- ❑ Мало кто готов к этим уникальным трудностям...

Адаптация х 2

❑ Бинуклеарные семьи

- У детей, скорее всего, есть два родных дома

❑ Супружеские пары (умножаем на два)

- Стремятся создать и укрепить узы
- Первый брак — высокая удовлетворенность... потом не так
- В случае второго брака все наоборот
 - Сначала не очень удовлетворены... потом удовлетворение приходит

❑ Призраки прежних отношений

Для детей все вдвойне

❑ Бинуклеарная семья

- Два дома
 - Переезды из дома в дом...
- Две пары родителей
- Два набора правил (известных и неизвестных)
- Два способа избавления от стресса и разрешения конфликтов
- Две роли
- Братья и сестры в обоих семьях... и т. д.

❑ Крайне важна адаптация к различиям

- Время адаптации

❑ Особенности развития, интеллектуальные, неврологические факторы

Время после вступления в брак

□ Первые годы (от 1 до 5, 3, некоторые называют 7)

- Формирование крепких супружеских уз
- Выявите «призраков», влияющих на брак
- Сформулируйте подход к воспитанию детей
 - Приучение к дисциплине приемных детей
 - Поначалу главную роль берет на себя биологический родитель
 - Приемный родитель делает упор на развитии взаимоотношений
 - Правила...
 - Переезды из дома в дом...
 - Трудное время после посещения другого родителя (возвращение)

Процесс адаптации

- 12-18 месяцев — острый адаптационный период
- 3-5 лет — формирование семейной идентичности и паттерна взаимоотношений
 - Стресс уменьшается
- Сводная/приёмная семья и подростки
 - Конфликты для подростков — это нормально
 - Подросток стремится к большей независимости
- Рассмотрите сводную семью с точки зрения этапов развития семейных отношений

Как быть приемным родителем

- ❑ «Ты мне не отец... не мать...»
 - Вопросы авторитета... уважения...
 - Что такое уважение?
 - Как оно формируется?
 - Как оно поддерживается?
- ❑ Уступите главную роль биологическому родителю
 - Заимствуйте власть
 - Поддержка супруга, бывшего супруга... приемного родителя
- ❑ Опыт воспитания
 - Мгновенное возникновение родительских обязанностей
 - Не забывай о своей роли... приемный
- ❑ Приемные родители, не соревнуйтесь с детьми за внимание ваших супругов
 - Признайте уникальный характер (прошлое, методы воспитания) их взаимоотношений

Сводные братья и сестры

Адаптация

- Начинается быстро
- Медовый месяц, это хорошо?
- После медового месяца, это ужасно?
- Медового месяца может и НЕ БЫТЬ!

Кто вы?

- Дайте детям время узнать друг друга

Сплоченность семьи

- Собирайтесь вместе... вместе решайте проблемы

Размышления и выводы К. Б.

☐ Слияние

- Сводные семьи не сливаются, а становятся единым целым
 - Слияние подразумевает исчезновение различий
 - Не коктейль — скорее, йогурт с кусочками фруктов или рагу

☐ Уникальные особенности взаимоотношений

- Мой родитель, мой приемный родитель, мой сводный брат, моя сводная сестра
- Конфликт лояльности... напр., мои и твои...

☐ Общение с бывшим супругом

- Зависит от природы новых взаимоотношений...
 - Активность влияет

☐ Время привыкания

- Трудно первый год, потом в течение 2-3 (5-7) лет стабилизируется

Подготовка и терапия

- ❑ Постарайтесь, если возможно, подготовить людей, вступающих в новый брак
- ❑ Нормализуйте процесс... это трудно
 - Обсудите принципы воспитания
 - Биологический родитель берет на себя главную роль
 - Как быть с «Х»—родителем ребенка
 - Поддерживает ли «Х» принципы воспитания
- ❑ Сосредоточьтесь на взаимоотношениях... (Брак!)
 - Укрепляйте узы... эмпатию
 - Особенно, если есть конфликт

Терапия

- Создайте модель второго, а не первого брака
- Психологическое просвещение
- Выработка навыков (принятие, коммуникация, напр. Программа профилактики и улучшения отношений PREP)
- Индивидуальная терапия может повредить браку
 - Если нужна индивидуальная терапия, проводите ее по отдельности с обоими супругами или с одним в присутствии другого
- Активно стремитесь к тому, чтобы их брак был успешным
 - Активный агент влияния
 - Опасайтесь триангуляции, предпочтений... напр., поддерживайте ОБОИХ супругов
- Используйте группы поддержки

Оценка супружества... зачем оно мне?

Чтобы мне было хорошо (общество)

- Мой личностный рост, мое счастье...
- Быть любимым, быть объектом служения...

Чтобы тебе было хорошо (Godly)

- Твой личностный рост, твое счастье...
- Любить, служить... жертвовать... (Ин. 15:13)

Точка зрения меняет все

- *«Что если бы христианин думал о том, что он может привнести в брак, а не о том, что брак может дать ему?»*

Найти «правильного» супруга или быть «правильным» супругом

Приготовились...

- ❑ Акцент на свадьбе, а не на супружестве?
 - Мы готовимся к свадьбе, а не к супружеству!
- ❑ Супружество — это труд
 - *«Это все равно, что спуститься вниз по эскалатору!»*
- ❑ Какую работу должна проделать эта пара?
 - Добрачный анализ и консультирование
 - Лучше всего, если занимает **4-6 месяцев**
 - Понимание проблем предыдущего брака (частные моменты)
 - ГОВОРИТЕ об их предыдущем браке!
 - Обсудите новую ситуацию вступления в брак; ДЕТИ, БЫВШИЙ СУПРУГ
 - Родственники со стороны супруга и прочая родня

Начали...

- Оценка удовлетворенности
 - Первый брак от высокой к низкой
 - Второй брак от низкой к высокой
- Как у них получается?
 - Как они справляются с трудными вопросами..?
 - Принять неизбежность проблем...
 - Эмоции: связь и общение
 - Навыки решения проблем
 - Взаимно позитивное поведение
 - Добрачный анализ
 - **Подготовить и обогатить**

Продолжаем

□ Затруднения очевидны С САМОГО НАЧАЛА

- Выявите их... текущая ситуация
- Определите их суть
 - Временные или постоянные
 - Некоторые проблемные паттерны противятся изменению
 - Цель — как следует с ними разобраться! (Готтман)

□ Есть ли у них реалистичные и нереалистичные представления и ожидания?

(Оценки удовлетворенности в первом и втором браке)

- Мифы о супружестве

Долговременные ключевые факторы в повторном браке

□ Фактор приемных родителей и детей

- Слияние, объединение семьи, приемные дети
- Очевидно, какие сложности являются проблемами
 - Очевидные проблемы авторитета: «*Ты мне не отец!*»
 - Тщательно продумайте план решения
 - Изменяйте план по мере необходимости

□ Фактор «бывших»

- Какие неразрешенные конфликты и чувства связаны с «бывшими»?
 - Обсуждаются ли эти проблемы
 - Зачастую существует конфликт между приемным ребенком и экс-супругом
 - Новому (приемному) родителю не нравится, как бывший супруг общается с его детьми