

Маленькие секреты семейного счастья



Пособие в помощь преподавателю и ученику в изучении курса «Семейная психология»

Статистика разводов

Этапы семейных отношений

Супружеские конфликты

Жизненные ценности в семье

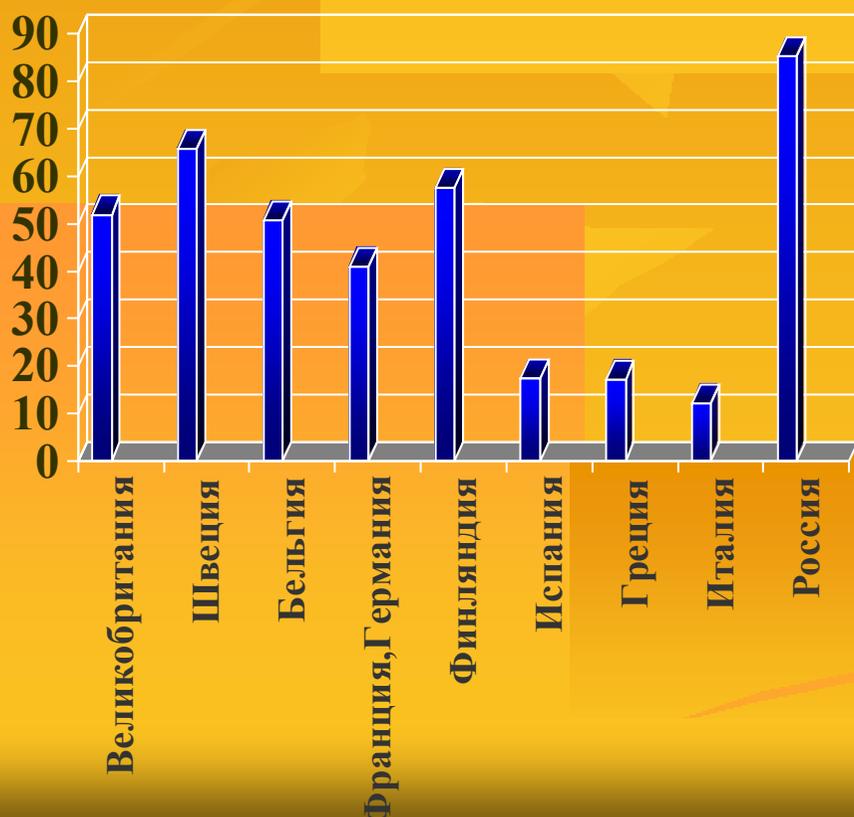
Кризисы жизни у мужчин

Выполнила: ВЛАСЕНКО Л.Н. –
психолог МОУ СОШ №7



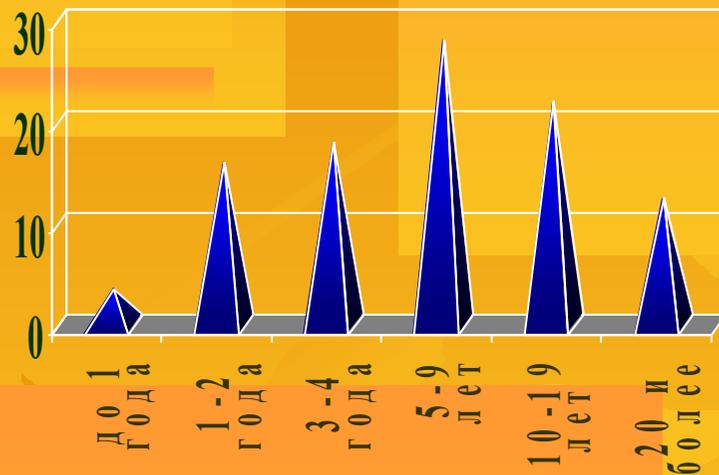
Статистика разводов в мире.

- Создать семью – мало, гораздо больше сил, затрат и умений требуется чтобы ее сохранить.
- Статистика разводов показывает, что родители убегают из дома гораздо чаще, чем дети.



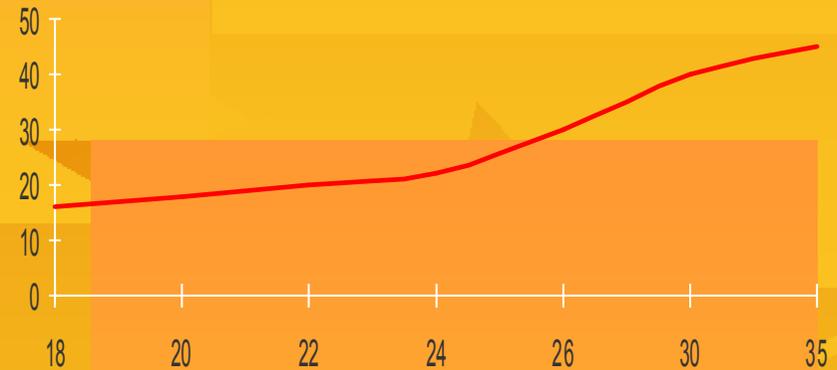
Статистика.

Статистика разводов по годам совместной жизни



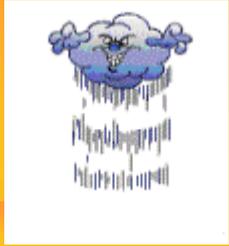
10 лет в назад в СССР распадался каждый третий брак, сейчас наблюдается рост разводов в 1,5 раза.

Зависимость количества разводов от возраста супругов

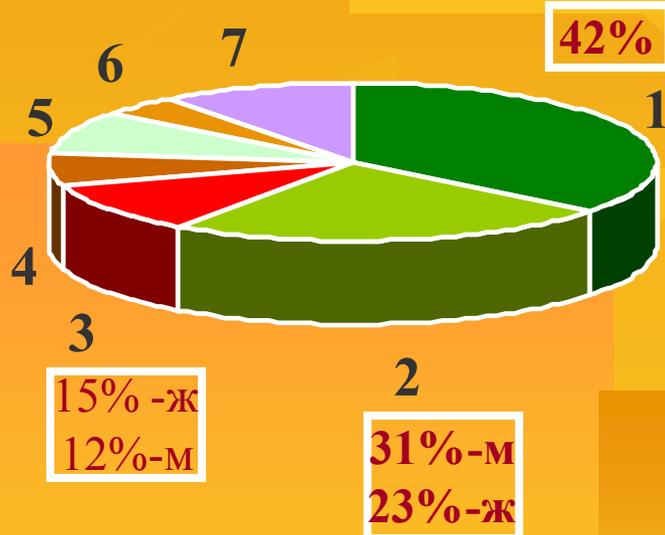


Первые 4 года происходит 40% разводов, а за 9 лет – около 2/3 общего числа. Установлено, что браки, заключенные когда обоим супругам было до 30 лет, в среднем вдвое долговечнее браков, возникших, когда супругу было за 30. Одна из причин – молодым легче адаптироваться друг к другу.

Причины разводов



7 основных причин разводов



1

Необдуманное вступление в брак и брак по расчету

2

пьянство

3

Супружеская неверность

4

Несовместимость характеров

5

Сексуальная неудовлетворенность

6

Неподготовленность к семейной жизни

7

другие



Причины разводов. Статистика.

1. **Необдуманное вступление в брак и брак по расчету.** Невнимательность друг к другу, нежелание помогать в домашних делах и воспитании детей, неумении уступать, в отсутствии общих интересов, в неумении сглаживать конфликты.
5. **Сексуальная неудовлетворенность.** Разведенные мужчины жалуются на то, что не было серьезной близости (37%), повседневной нежности (29%), упорядоченной половой жизни (14%), заботы о нем (9%), чувствовали себя закабаленным ("веревка на шее") - 14%.
6. **Неподготовленность к семейной жизни и, как следствие, накопление ошибок в семейных отношениях, разочарование в любимом человеке или себе;**
7. **Другое:**
 - Отсутствие помощи супруга в домашних делах - 9% женщин.
 - Бытовая неустроенность (3,1%),
 - Различие взглядов на вопросы материального благополучия (1,6%),
 - Материальные трудности (1,8%),
 - Необоснованная ревность одного из супругов (1,5%),
 - Половая неудовлетворенность (0,8%),
 - Отсутствие детей (0,2%).



Этапы супружеских отношений

- Симбиоз
- Этап дифференциации
- Этап практикования («период одинокого скитальца»)
- Возобновление дружеских отношений
- Взаимозависимость



Симбиотические отношения в семье

- Это период поглощения друг друга, когда требования к партнеру снижены, и супруги превозносят друг друга.

(период создания «божества и «постановка его на пьедестал»)



Этап дифференциации



- «Снятие божества с пьедестала»

Желание иметь большее пространство для себя; начинают замечать друг у друга различия; появляется желание побыть наедине с собой.

Может появиться чувство вины, в мыслях мелькает фраза: «Неужели я охладел?».

Это период крушения надежд, иллюзий в браке.



Этап практикования

- «период одинокого скитальца»

Деятельность не связана с партнером. Партнеры не настроены улавливать желания друг друга.

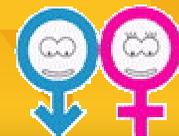
Этап достижения результатов в карьере. Очень важен для мужчин 40 лет.

Главное в этот период – развитие своего «Я».



Возобновление дружеских отношений

- Появляется потребность в интимности, в психологической поддержке, в возвращении в семью, в дружеских отношениях друг с другом. Конфликты незначительные. Проблемы обсуждаются. Устанавливается баланс «Я-Мы».



Взаимозависимость



- Дальнейшее укрепление постоянства.

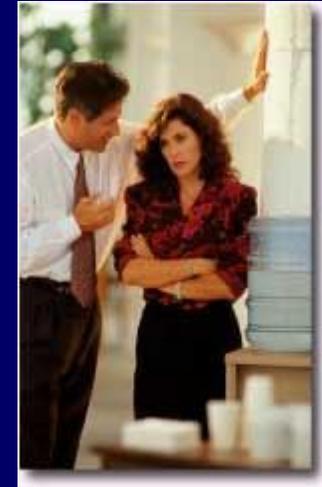
Появляется глубокая привязанность.

Отношения развиваются: «Мы» - больше, чем «Я»



Супружеские конфликты. Источники.

- Различное понимание прав и обязанностей другого супруга.
- Несогласованность в разделении труда.
- Дефекты воспитания характера.
- Завышенные добрачные ожидания.
- Несоответствие ролей (ожиданий, потребностей) в супружеской паре.



Бесконфликтное общение в семье



- **Всегда сохраняй хорошее настроение. Контролируй свои отрицательные эмоции.**



- **Не ворчите. Сварливость убивает сначала любовь, а потом брак.**



- **Не старайтесь перевоспитывать супруга**



- **Не критикуйте его (ее) в присутствии кого-либо.**



- **Находи достоинства супруга и восхищайся.**



Один из секретов счастливой семьи – жизненные ценности супругов совпадают.

Свобода в суждениях и поступках



деньги



Здоровье, занятие спортом



развлечения



Интересная работа



Верные друзья



Любовь, семья



Уважение окружающих



Тяга к знаниям

! Несовпадение ценностей
ведет к разрыву отношений.



КРИЗИСЫ ЖИЗНИ.

Кризисы у мужчин протекают тяжелее и ярче, чем у женщин.

15-21 год-

Нужно доказать себе и другим:
«Я не маленький, я все могу сам
не хуже взрослого.

Поиск себя и самоутверждение.
Ориентация на будущее



21-25 лет.

Нужно доказать «Я полноценный
взрослый. Планы на всю жизнь.

Начало самоопределения:
либо в семье либо в карьере.
Стремление стать «профи».

28-30 лет - **КРИЗИС**

– исчезает налет о романтической любви.

Характерно – потеря себя и желание раствориться в других.

Очевидно, что мечты недостижимы...Он меняет работу,
квартиру...В семье – конфликты. Так жить нельзя. Он
ищет любовь на стороне. Видя, что все вокруг рушиться –
бежит от себя, часто в пьянство. Супруги живут каждый
своей жизнью. Мужчина «уходит» в зарабатывание
денег. Кризис заканчивается,
принимая реалии жизни.



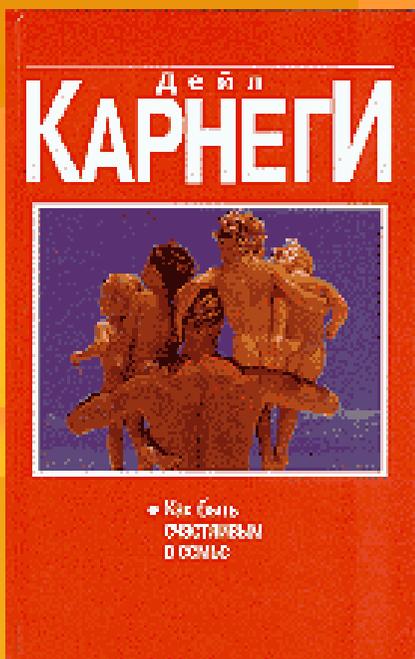
КРИЗИСЫ ЖИЗНИ.

40 ЛЕТ - КРИЗИС
СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ

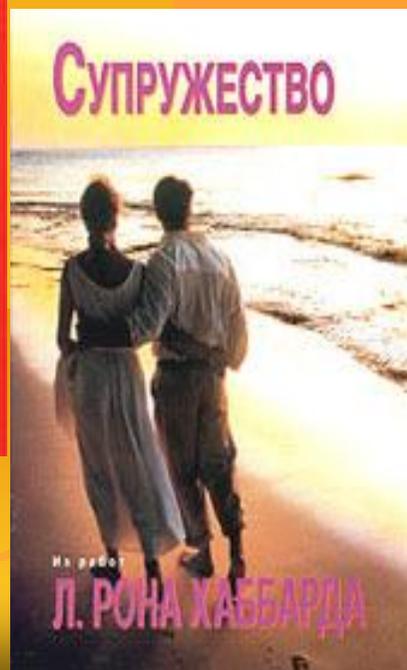
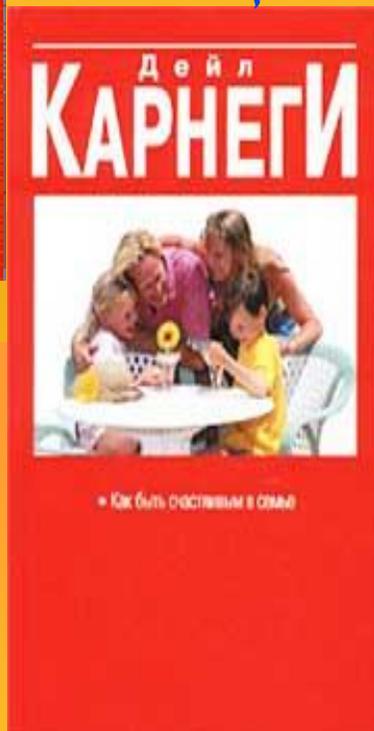


- В это время мужчина ощущает приближение смерти, чувствует это через здоровье. Старается восстановить здоровье через спорт, диеты, закаливание. Деньги и карьера в сознании обесцениваются - «Зачем, с собой не возьмешь...». Больше хочет работать на человеческой, чем престижной работе. Вновь возвращает свое «внимание» на семью, хочет передать свои знания детям. Но ребенку уже 16 лет, его задача - «рвать корни» и отец натывается на противостояние и отталкивание. Он может потянуться к жене, но у обоих сейчас начинаются возрастные гормональные сдвиги. У мужчин «вымываются» мужские половые гормоны, он становится более сентиментальным, чувственным, в то время как у нее появляется больше мужских качеств. Жена грубеет, да и сам он отучил ее от нежности и откровенности. Он понимает: «Семья – рутина, жена – скотина». Он одинок, жизнь бессмысленна, поэтому снова уходит в пьянство, измены, как доказательство, что он на что – то годен. Второй пик разводов.





*Опыт – это маленький фонарик
висящий у нас за спиной, и
освещающий пройденный нами путь...*



*Будьте терпимы
друг к другу!
Будьте счастливы!*

