

Любая семья — это всегда, нечто целое, это единый организм, живущий по своим законам.

Каждая семья существует не сама по себе, а включена в цепь поколений. И то, как именно будет устроена и будет действовать данная семейная система, во многом зависит от того, какие примеры, уроки, заветы она получила от своих предков. То есть, семейная система во многом определяется семейной историей. Опыт предков действует на нас на подсознательном уровне и подсказывает выходы из сложных ситуаций, которые в этот момент кажутся нам самыми простыми и естественными. Если знать об этом, то сила такого «внушения» сразу ослабевает — и мы начинаем мыслить более разумно и самостоятельно.

С другой стороны, семейная история служит для нас и источником силы. Когда мы впадаем в отчаяние оттого, что у ребенка сплошные простуды или нам не хватает денег ему на модную одежду, достаточно вспомнить опыт своей бабушки, которая в полной бедности вырастила и поставила на ноги тяжело больного сына.

В любой семье есть своя иерархия — оговоренные или подразумеваемые правила касательно того, кто «главнее», кто принимает решения, чье мнение учитывается в первую очередь. Правильная, естественная иерархия должна быть построена на здравом смысле, то есть «главнее» тот, кто старше, умнее, опытнее, от кого в большей степени зависит благосостояние семьи. При естественной иерархии семейная система устойчива и гармонична, каждый член семьи получает столько заботы, сколько ему нужно, и имеет столько ответственности, сколько способен нести.

Нарушение иерархии может сделать семейную жизнь негармоничной, спровоцировать конфликты и недовольство. Тот, кто отказывается от ответственности, перекладывает ее на плечи других. Тот, кто забирает себе много власти, лишается права на проявление слабости и заботу.

Нарушения иерархии всегда отражаются на отношениях между поколениями в семье. Это может проявляться в виде постоянных конфликтов или в виде скрываемого (возможно, от

самих себя) постоянного недовольства, напряжения.

Гармоничная семья обладает значительной гибкостью, то есть способностью приспосабливаться к изменившейся ситуации, сохраняя вместе с тем все, что для членов семьи дорого и важно. Гибкость позволяет семье переживать критические ситуации, которых в жизни немало (переезд, изменение материального положения, изменение состава семьи и пр.).

Гибкость тоже не должна быть чрезмерной. Доведенная до крайности, она превращается в хаотичность, непредсказуемость.

Еще одна важная характеристика семьи — сплоченность, теплота отношений. Это и взаимопонимание, и душевный комфорт в обществе друг друга, и готовность прийти на помощь.

Вместе с тем встречаются семьи с избыточной сплоченностью, доходящей до слияния, слипания. В этих семьях все очень сильно привязаны друг к другу, но при этом отрицается право отдельного человека на свои интересы, на распоряжение собственной жизнью. Члены семьи не признают личных границ друг друга, право иметь свою тер-

риторию, свои тайны, свои интересы или отношения с другими людьми. Происходит «удушение любовью», формируется зависимость друг от друга.

Семья является очень удобной формой сосуществования людей потому, что в ней возможно эффективное разделение труда. Каждый делает то, что у него лучше получается или что ему нравится. Примерно так же обстоит дело с разделением психологических «обязанностей». В каждой семейной системе существует определенное разделение семейных ролей. В гармоничной семье распределение ролей помогает каждому найти свое, комфортное место в системе. При этом важно, чтобы семейная роль отвечала личным особенностям и потребностям человека, и каждый должен иметь возможность сменить свою роль, если это в данный момент ему нужно.

Проблемы начинаются тогда, когда какие-то обязанности никто не хочет выполнять, — например, никто не хочет принимать решения. Или, напротив, на какую-то роль претендуют слишком многие, например, на роль семейного любимца. Встречаются

также роли, которые сами по себе негармоничны, поскольку наносят вред их «исполнителю».

Семейная жизнь будет гармонична тогда, когда члены семьи умело пользуются своей семейной историей. Иерархия семьи построена разумно, имеется достаточная гибкость, сплоченность, семейные традиции, ценности.

По дополнительным вопросам Вы можете обратиться в «Центр диагностики и консультирования «Семья»», г.Чита, ул.Ленина 27А, тел: 41-11-91.



**Педагог-психолог ГОУ
Центр «Семья»
Ксения Алексеевна
Дементьева**

«Как важно каждому найти в свою семью свои пути»

