

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫБОРА ПАРТНЕРА

Специфика добрачного периода

Содержание лекции

- 1. Формирование супружеской пары
- 2. Теории выбора брачного партнера
- 3. Дисфункциональные мотивы вступления в брак.
- 4. Добрачные факторы.
- 5. Принятие решения о вступлении в брак

Современное определение брака и его формы.

- Брак(современное определение) -это форма более или менее легализованных отношений между двумя людьми, основанная на их психологической и физической близости.
- На протяжении веков 2 основные формы: церковный и светский.
- Сейчас: зарегистрированный, гражданский, церковный, пробный, гостевой, однополый, групповой. С 2001 по 2015 однополые браки получили правовой статус уже 118 странах мира .

Содержание брака

Ранее на Руси – 3 основные задачи брака.

- продолжение семейных и сословных традиций (социально-культурная функция).
- создание социальной и экономической основы для выживания семьи (социально-экономическая функция).
- рождение детей (репродуктивная функция).

Содержание брака

Сейчас ведущее значение имеют психологическая и сексуальная сторона отношений.

Люди стремятся в первую очередь удовлетворить три индивидуальные потребности:

- Афффилиативную (в близости и привязанности)
- Нарциссическую (в признании своей грандиозности и значимости для партнера).
- Психосоматическую (в сексуальной реализации и физическом комфорте).

Формирование супружеской пары

Два периода отношений

- 1. Добрачный – до принятия решения о вступления в брак
- 2. Предбрачный – до заключения брачного союза.

Формирование супружеской пары

- 1. Особенности выбора брачного партнера.
- 2. Характер добрачного и предбрачного ухаживания .
- 3. Принятие решения о вступлении в брак .

ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ

3. Фрейд

Влечение, испытываемое детьми к родителям противоположного пола, благодаря сложному бессознательному процессу переносится на общественно одобряемые объекты -потенциальных супругов.

В. Томан

Идивид стремится воссоздать собственное положение среди братьев и сестёр, которое занимает в родительской семье.

Г. Дикси, Дж. Вили

Каждый выбирает себе человека, который мог бы ему воссоздать свои инфантильные ситуации и вернуться к своим не до конца разрешённым конфликтам. Речь идёт о проекции неудовлетворённых в детстве желаний.



Теория комплементарных потребностей

Р. Уинчи

Противоположности притягиваются. В выборе Брачного партнёра каждый ищет того, от кого ожидает максимального удовлетворения потребностей. Молодые люди должны обладать сходством социальных черт и психически дополнять друг друга.



Инструментальная
Теория

Человека влечет к тому, чьи потребности схожи с его собственными или дополняют их.


Р. Сентерс

Круговая теория любви

А.

Рейс

Механизм выбора брачного партнера объясняется через реализацию четырёх последовательных процессов:



установление взаимосвязи (лёгкость общения двух людей);

самораскрытие (ощущение взаимосвязи рождает чувство расслабления, доверия, облегчает раскрытие себя перед другим);

формирование взаимной зависимости. Постепенно у мужчины и женщины возникает и развивается система взаимосвязанных привычек, появляется чувство необходимости друг перед другом;

реализация основных потребностей личности (потребность в любви, доверии, стимуляции кем-либо её амбиций и т. д.).

Дисфункциональные мотивы вступления в брак.

Типичные проблемы выбора партнера:

- Решение актуальных проблем (отделения от родителей)
- Выбор партнера на основе внешних данных
- Чрезмерная идеализация партнера (Фиксация на достоинствах при игнорировании недостатков)
- Недооценка влияния родительской семьи партнера и его предыдущих отношений
- Короткое время знакомства
- Отсутствие планов на будущее
- Уверенность в возможности «перевоспитания» партнера и улучшения отношений после вступления в брак.
- Выбор не супруга для себя, а «родителя» для своего ребенка от предыдущего брака
- Брак «от обратного» - выбор партнера с противоположными качествами предыдущего супруга, отношения с которым не

Внешние объективные факторы

- Директивное вмешательство в жизнь будущих супругов их родителей
- Неразрешенные симбиотические отношения одного из будущих супругов с родителем противоположного пола («мамочкин сынок», «папина дочка»)
- Отсутствие отдельного жилья и собственной спальни в будущем.
- Сексуальная провокация со стороны друзей или коллег по работе.
- Физическое переутомление и трудоголизм.
- Компания друзей.
- Зависимое поведение одного из партнеров .
- Потери (болезни, увольнение с работы, аборт, потеря ребенка).
- Серьезные физиологические проблемы :болезни, сниженный интеллект, инвалидность, девиантное поведение).

Типичные трудности и конфликты в добрых отношениях

3 основные группы факторов, препятствующие достижению гармоничных и стабильных отношений:

- ❑ Ошибки при выборе брачного партнера.
- ❑ Внешние угрозы.
- ❑ Внутренние психологические проблемы партнера

ТЕОРИЯ ПОЗИТИВНОГО РАЗВИТИЯ ОТНОШЕНИЙ В ДОБРАЧНЫЙ ПЕРИОД

М.А.

Абалакина

Стадии позитивного развития отношений в добрачный период:

1. Происходит встреча и формируется первое впечатление.

2. Отношения переходят в устойчивую фазу. Окружающие воспринимают партнеров как стабильную пару.

3. Партнеры принимают решение о вступлении в брак.



Качества, благоприятные для вступления в брак

Для супругов

Оптимизм, эмоциональная живость, старательность, способность исполнять подчиненные роли при сохранении собственных суждений, доброжелательность и участливость, умение общаться с детьми.



Для мужчин

Умение брать на себя ответственность, способность получать удовольствие, ведя за собой других, уверенность в себе, забота о поддержании равенства в общении, умение подмечать детали

Для женщин

Способность к эмоциональной поддержке, способность получать удовольствие от помощи другим, спокойное отношение к советам, отсутствие тенденции в соперничестве, отсутствие излишней романтичности.

Добрачные факторы, влияющие на прочность брака

Факторы, влияющие на успешность адаптации супругов	Факторы, повышающие вероятность гармоничных отношений в браке
<ul style="list-style-type: none">• Место и ситуация знакомства молодых людей;• первое впечатление друг о друге;• социально-демографические характеристики вступающих в брак; продолжительность периода ухаживания;• инициатор брачного предложения: юноша, девушка, родители, другие;• время обдумывания брачного предложения;• ситуация оформления брака; возраст будущей пары;• родители и отношение последних к браку своих детей;• отношение в семье с братьями и сестрами	<ul style="list-style-type: none">• Высшее образование у мужчины; оптимальный возраст для вступления в брак; оптимальная длительность предбрачных отношений;• теплые отношения до брака;• сходные черты характера;• наличие ролевых ожиданий, их совпадения и согласованность;• наличие общих друзей;• согласие родителей на брак и их положительная оценка.• Девственность как залог семейного счастья и благополучия детей .

Психологические факторы успешного брака

- психофизиологическая совместимость – эротическое влечение, общая сенсорная доминанта, совместимость ритмов, сходство чувственности, комплиментарность эротических фантазий.
- сплоченность и парная идентичность – желание быть вместе, преданность, эмоциональное принятие друг друга, идентификация-ощущение сходства, чувство «мы».
- ценностное единство – общие ценности, интересы и предпочтения.
- ролевая согласованность – взаимодополняемость ролей.
- достижение безопасной близости – оптимальная для обоих психологическая дистанция, баланс сепарации-индивидуации, совпадение в этом, сепарация без угрозы распада.
- гибкость и стрессоустойчивость.
- синхронное развитие.

Психологические особенности счастливого брака

- одинаковая ценность брака для обоих;
- разделяемая фантазия о том, что этот брак наилучший для них; представление, что они лучше всего подходят друг другу;
- желание быть вместе;
- концентрация на достоинствах друг друга; отношение к браку как к прогрессирующей работе, требующей внимания на протяжении всей жизни;
- удовлетворительные сексуальные отношения;
- уверенность, что связь на стороне разрушит брак;
- уверенность, что брак требует внимания, усилий и развития.

Критерии и признаки здоровых семей

- функциональность (успешное решение жизненных задач)
- гармоничность отношений (взаимная удовлетворенность)
- отсутствие симптомов психосоматических, поведенческих и психических расстройств
- хорошая социальная адаптация членов семьи
- конструктивное разрешение конфликтов
- зрелые защиты
- развитая способность тестировать реальность
- прогрессивное развитие семьи.

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

1 РАУНД ИГРЫ

Выбор карты. Каждый участник берет одну карту из колоды рубашкой вниз.

Делимся на пары.

2. Исследуем тему или вопрос рауна.

3. С помощью карточки в своей паре и вспомогательных вопросов .

4. Читаем один нарратив из книги на выбор в своей паре .

***Что мне нравится в отношениях с
противоположным полом(или в
моих добрых отношениях?***

Что я получаю хорошего сейчас от отношений? Чем я горжусь в этих отношениях? Чем я доволен? Что мне нравится в наших добрых отношениях?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

2 РАУНД ИГРЫ

1. Исследуем карточку: во втором раунде поменяйтесь со своим партнером фотокартами.
2. Теперь у Вас новая карточка и постарайтесь ответить на второй вопрос раунда
3. Углубление с помощью вспомогательных вопросов.
4. Читаем второй нарратив из книги в своей паре.

Что в отношениях с противоположным полом (или д.о) мне хотелось бы поменять ?

Что не устраивает или не хватает сейчас ? Что можно улучшить?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

3 раунд ИГРЫ.

1. Возьмите свою последнюю карту вместе с нарративом и найдите новую пару в группе. Обменяйтесь картами и нарративами в новой паре.
2. Исследуйте полученную карту дальше в новой паре с помощью вопросов.
3. Прочитайте самостоятельно свой нарратив к новой карте.
4. Обсудите в паре какое озарение, возникшее в процессе размышления или обсуждения, стало для Вас самым важным?

Что я хочу пригласить в наши отношения?

Когда “Возможно ВСЕ ...”

Какие отношения это будут ? Какими хочу их видеть?

Возможные ресурсы, желания, цели или мечты?

ИГРА POINTS OF YOU™

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ИГРЫ

1. Сформулируйте вывод и запишите его на листочке.

Чем точнее вы продумали, проговорили и записали это озарение – тем больше у вас возникает желания для изменения в жизни.

2. Как я собираюсь воплотить результат этой игры в жизнь.

-Что я сделаю в ближайшие 24 часа?

-В течении этой недели?

-В следующем месяце?

ИГРА POINTS OF YOU™

Поделитесь своими мыслями и ощущениями после участия в практикуме и игре.

Что Вас наполнило во время игры ?
Что отражает Ваше состояние сейчас?

Брак должен быть венчанным.



ВОРКШОП ПО ФОТОТЕРАПИИ

« Мой мир ресурсов».

1 РАЗ В МЕСЯЦ с 13.00 до 18.00

Воркшоп будет полезен всем тем, кто стремится к личностному росту, изучению себя, индивидуальных ресурсов личности для повышения качества своей жизни .

ели:

практически познакомить участников воркшопа с темой ресурсы и фототерапия.
исследовать личные ресурсы человека с помощью фотографии и техник Фототерапии.

сновные задачи :

Раскрытие Ваших ресурсных состояний через фотографию.

Что такое ресурсные состояния у человека.

Как каждый человек по-разному использует свои ресурсы.

Как активировать свои ресурсы с помощью фотографии.

Что значит быть в ресурсе и как может помочь в этом фотография.

Как ресурсы позволяют улучшить качество жизни и достигнуть своих целей.

Обучение организовано Санкт-Петербургским Психологическим Обществом:

Виленский пер., д.7 Информационно-консультационный центр «Психометрика».

Стоимость участия – 1900 рублей.

Включает бесплатный сертификат для членов психологического общества. Другие участники получают сертификат по желанию при дополнительной оплате 500 руб.

Количество мест ограничено не более 6-8 человек.

Памятка участнику

Участникам необходимо принести с собой на распечатанные фотографии:

1. Фото с документа (желательно , чтобы оно было сделано не менее, чем год назад);

2. 12–15 шт. напечатанных фотографий (можно на ч/б принтере) из разных периодов своей жизни: с семьей, друзьями, коллегами. Допускается создать личный фотоальбом своих фотографий в метафорической форме.

3. Найдите в интернете, личных архивах или создайте свою метафорическую фотографию на тему "Мои ресурсы-помощники" и распечатайте эту фотографию (возможно ч.б вар-т на принтере).

Частоты проведения: 1 РАЗ В МЕСЯЦ .

Формат : 1 день с 13.00 до 18.00 часов; кофе-брейк .

Телефон для связи: +7 (965) 055-20-00 или 905-93-93

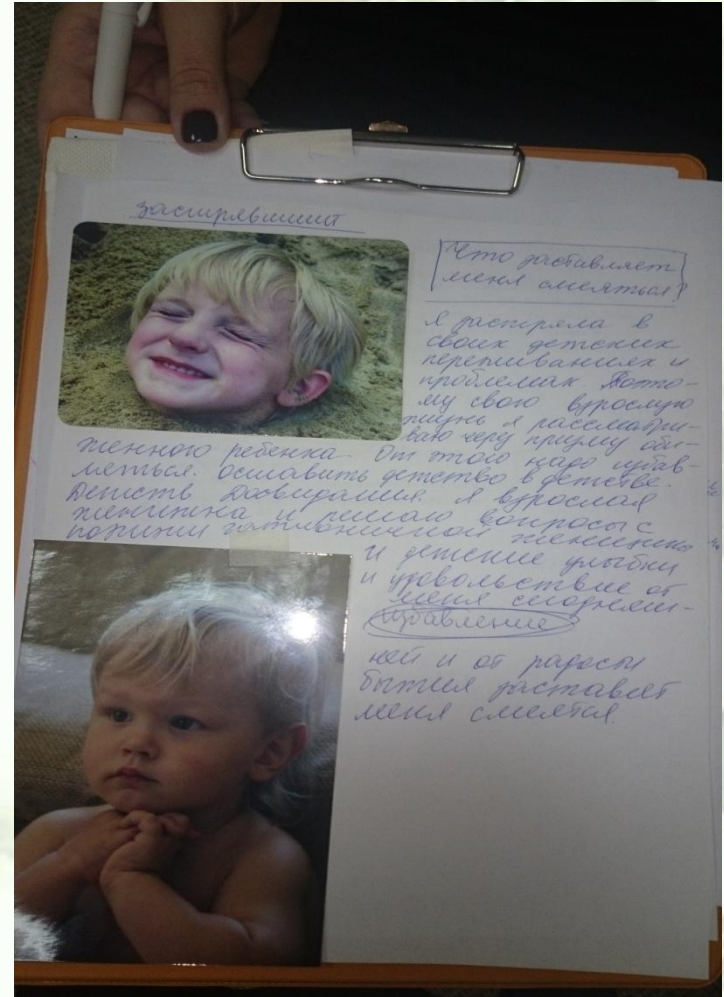
angela@cotka.ru

ФОТОКОММУНИКАЦИЯ НА ВОРКШОПЕ

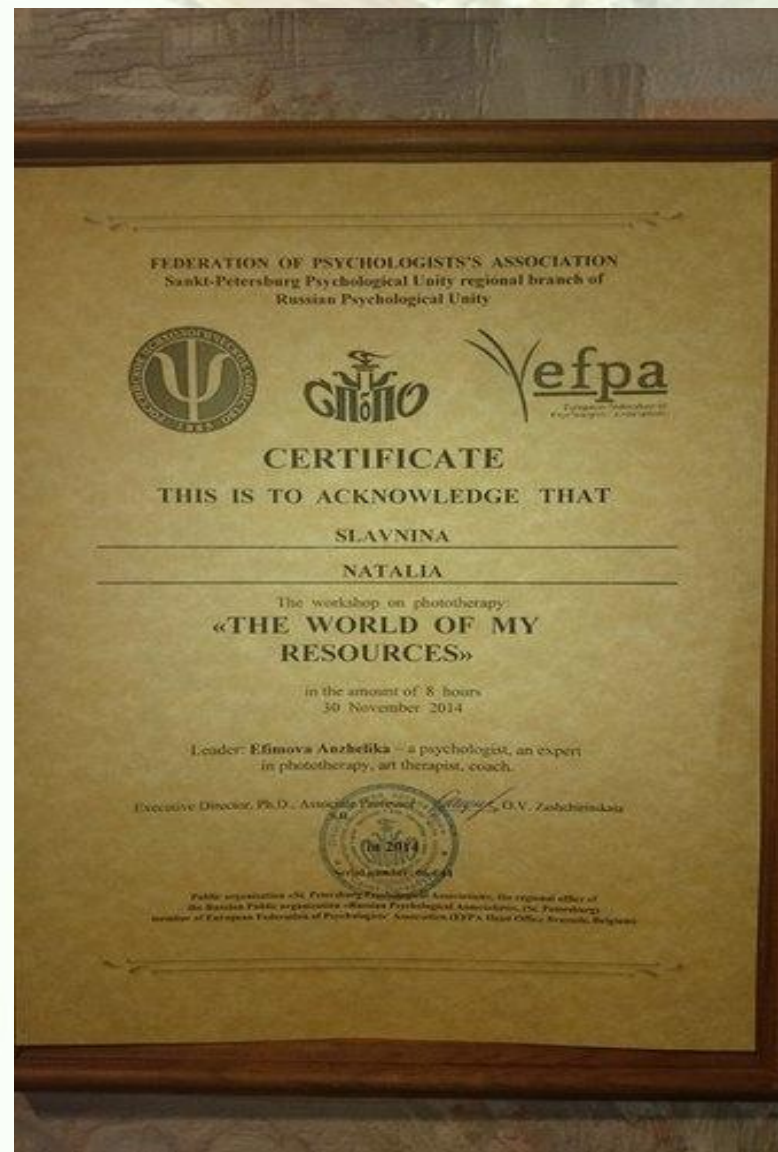


« Современные методы и приемы обучения в школе с помощью техник Фототерапии»

ФОТОКОММУНИКАЦИЯ НА ВОРКШОПЕ



ФОТОКОММУНИКАЦИЯ НА ВОРКШОПЕ



« Современные методы и приемы обучения в школе с помощью техник Фототерапии»

Благодарю за внимание

Ефимова Анжелика Михайлова

Эксперт-преподаватель. Психолог фототерапевт.

Член Профессиональной Российской Арт -терапевтической ассоциации.

Координатор секции “ФОТО-АРТ-ТЕРАПИИ “ в Санкт-Петербурге.

Контактный телефон : моб. 905-93-93

E-mail : angela@cotka.ru