

Крепкая и счастливая семья – из чего состоит?

Критерии счастливых, гармоничных, стабильных, успешных, зрелых, благополучных семей

1. Сформированность представлений о любви и браке во взаимоотношениях родительской семьи; их открытое обсуждение, что создание семьи – главная задача взрослой жизни.
2. Удачный выбор: разумный выбор супругов, основанный на единстве целей, потребностей, взглядов на будущее.
3. Психологическая готовность к браку: совместимость супругов; знание ими особенностей друг друга и нахождение приемлемых способов использования различий на благо семьи.
4. Дети по желанию: решение вопросов о детях в соответствии с пожеланиями супругов; создание благоприятных условий для успешной социализации детей, достижения их психологической и физической зрелости.
5. Любовь и забота: демонстрация любви, заботы и внимания как постоянных чувств; стремление к нежности, дружбе, взаимному признанию в позитивных чувствах.
6. Подлинное доверие: наличие доверия, честности, откровенности в отношении членов семьи.
7. Высокая степень взаимопонимания: умение смотреть на события, обстоятельства с учетом позиции другого; учет потребностей, взглядов, мнений членов семьи и их глубокое изучение.
8. Эмпатия: устойчивое проявление отзывчивости, доброжелательности, эмпатии, то есть сопереживание другим членам семьи; действенное сочувствие, эмоциональный отклик на неблагополучие партнера, умение разделить радость.
9. Гармоничный секс: удовлетворенность внешними физическими данными супруга, достижение физиологической и психологической близости.
10. Удовлетворение потребностей в целом: соединение бессознательных и сознательных потребностей членов семьи; достижение компромиссов в их удовлетворении и заинтересованность в совместной жизни.
11. Комфортное естественное общение: гибкость, уважительное общение в семье с тенденцией минимальной конфликтности, его высокая культура; поисковый характер творческого решения проблем.

12. Семья, как мастерская роста: психологическая зрелость супругов: высокий уровень адаптации к партнеру; самостоятельность и возможность роста для каждого как фактор, обеспечивающий эмоциональный комфорт, психическое здоровье.

13. Интересный семейный досуг: заинтересованность в семейном проведении досуга, в семейном отдыхе в соответствии с потребностями каждого члена семьи и с учетом образовательного уровня, постоянных увлечений супругов; информирование друг друга в случае раздельного осуществления досуга.

14. Взаимная ответственность: обеспечение отношений взаимной ответственности в соединении с любовью; требовательности к себе в браке со стороны каждого из супругов; значимости моральных качеств; реализм в восприятии семейных проблем.

15. Паритетность обязанностей в семье: достижение паритетности в семейных делах, служебной деятельности; ведение домашнего хозяйства в соответствии с полоролевой дифференциацией супругов.

16. Психологический комфорт: наличие психологического убежища: снятие напряжения; создание эмоционально-психологического комфорта; выражение любых чувств.

17. Баланс власти эмоциональной привязанности: баланс в сочетании доминирования и эмоциональной привязанности во взаимоотношениях членов семьи; удачное распределение лидерства и подчинения в соответствии с семейной структурой.

18. Здоровое взаимодействие с окружением: компромиссное, ровное взаимодействие каждого из супругов с родителями партнера и с собственными родителями, иными родственниками, соседями, сослуживцами и другим социально-психологическим окружением в семье.

19. Уверенность и свобода: уверенность в прочности семейного союза; благополучие и свобода действий всех членов семьи.

У проблемной семьи признаки, присущие здоровым семьям, либо отсутствуют, либо проявляются в недостаточной степени, либо имеется только часть их.

Материалы взяты из информационно-методического журнала «Не будь зависим» (№10 за 2016г.)