

Петров Сергей Викторович
Психолог, гештальт-терапевт

Счастливая семья

Думаю, что каждый из нас мечтает о своей счастливой семье. И первое что приходит мне, когда я представлю такую семью, это то, что в ней мне лично хорошо. И это так, в такой семье хорошо, причем не только мне, а всем членам семьи. А как это происходит на практике, давайте разбираться.

Вначале рассмотрим как, кто и для чего приходит в семью. Муж и жена приходят как правило по своей воле, добровольно, для того чтобы удовлетворять свои эгоистические (о это ужасное слово) потребности. Дети приходят не по своей воле, а опять таки по воле родителей, это они решают – а давай родим ребенка. Фактически их ставят перед фактом, ты родился, ты есть, тебя зовут так-то и так-то и мы твои родители. До совершеннолетия мы за тебя отвечаем и в основном решаем, как тебе жить. То есть по факту мнение у детей никто не спрашивает (да и как спросить то). Конечно же, существуют теории, которые утверждают, что мы сами выбираем, у кого из родителей родиться. А есть такие, которые говорят, что мужчина и женщина не сами выбирают себе пару, она предназначена нам по жизни. Однако на настоящий момент оставим эти теории в стороне и будем априори считать, что большая часть, что происходит в нашей жизни дело рук нас самих.

И так родители по собственной воле создают семью, а дети появляются потом по воле родителей. И вот как это быть счастливым во всем этом? Как показывает опыт, двоим долго говорить и жить счастливо не просто, а тут целая толпа разновозрастных людей. Можно ли им жить счастливо вместе? Я думаю что можно. Для начала давайте определимся, что такое счастье и счастливая семья. Для меня счастье это состояние парения, удовольствия, радости в определенный момент времени. Иногда оно приходит вдруг, а иногда после каких-то своих действий. И тогда счастливая семья, когда все члены семьи счастливы. Я бы тут уточнил – члены семьи могут периодически испытывать счастье. У них есть такая возможность, и они ею пользуются.

Главное условие, при котором возможно испытывать счастье – это нужно быть живым. Не просто чтобы у вас функционировали все органы (сердце, почки и тд) а еще и существовала возможность испытывать все многообразие жизненных ощущений (эмоций, фантазий, желаний и тд) и иметь возможность их переживать. И так, только живой человек может быть счастливым. И тогда если в семье все живые, такая семья может быть счастливой.

И здесь хотелось бы отметить следующее. Семья это система. И не бывает так, чтобы в этой системе один был несчастлив, а остальные все счастливы (или какие-то другие пропорции). Либо все имеют возможность испытывать счастье, либо никто. Я имею в виду продолжительное время. Если кому-то тяжело в такой семье, это на себе ощутят все. Так как же

достичь этого состояния – счастливой семьи? Приведу несколько главных условия для этого.

Прежде всего, в семье должна быть возможность общения между всеми членами семьи. Открытого общения, чтобы каждый мог каждому сказать все что он (она) думает, с уверенностью, что тебя услышат и ответят. И это не значит, что разговоры ведутся только о приятном (таких как правило, больше), они могут быть очень жесткие и сложные. Но они могут быть, они могут привести к взаимному договору, и это одно из главных условий счастливой семьи.

Далее, каждый в такой семье может развиваться так и туда куда считает нужным. Другие могут соглашаться или нет с выбором, однако этот выбор всегда уважается. И соответственно это обсуждается по необходимости в семье.

Каждый совершеннолетний член семьи (включая мужа и жену) может в любой момент покинуть эту семью. И них есть такое право. Ему, конечно, вернут все что думают и чувствуют по этому поводу другие члены семьи, но право такое есть. Но как показывает опыт из такой семьи уходят лишь совершеннолетние дети, чтобы создавать свои собственные счастливые семьи.

В такой семье каждый может сказать о своих желаниях вообще в жизни, а также по поводу каждого конкретного члена семьи. И его выслушают (те к кому будут обращаться). Не факт что одобряют и поддержат, но реакция обязательно будет. Причем реакция следующего плана – ты любим нами, дорог, важен и наше (каждого конкретно) мнение такое.

В данной семье общие семейные мнения, конечно же, случаются, но даются не всегда просто. Иногда, даже очень сложно, особенно когда дети подрастают. И в этом случае не делается трагедии в том, что пока не удастся договориться. Главное что процесс идет и есть возможность договориться.

В счастливой семье каждый каждому дорог по-своему. Нет такого, что все друг другу дорог одинаково. Может быть, даже такое что кто-то из членов семьи кому-то и не очень дорог в определенное время жизни. Да, как правило, открытой неприязни в таких семьях нет. И это происходит по той простой причине, что в семье об этом можно говорить, и можно обсудить с тем с кем это хочется сделать.

В такой семье, как правило, нет глобальных секретов одного члена семьи от других. Группировки обычно есть, но они случаются скорее по интересам. И отношения как внутри группировки, так и между ними прозрачные и проговариваются.

Отношения в такой семье уважительные и доверительные. И доверие не получено по наследству а, как правило, выработано всей жизнью данной семьи.

В отношениях разрешены проявления любых адекватных эмоций, включая злость, обиду, ненависть и тд.

Вот такие условия мне пришли на ум в связи со счастливой семье. Возможно, я что-то и забыл, но пока так. И думаю что все то что я описал

можно достичь в семье, да придется приложить усилия, но они того стоят. Стоят того чтобы каждый день с удовольствием возвращаться в свою семью, чтобы в такой семье наполняться энергией, получать удовольствие, испытывать благодарность, чувствовать за собой прочный тыл.



Петров Сергей Викторович

Психолог на v17.ru

Опубликовано на сайте: 14 ноября 2016, 388 просмотров

https://www.v17.ru/article/schastlivaja_semija/