

Петров Сергей Викторович
Психолог, гештальт-терапевт

Зачем, когда и для чего нужно идти к семейному психологу

Начну с когда. Да в любой момент вашей семейной жизни. Поход к семейному психологу никогда не бывает лишним. Просто когда в семье все хорошо или терпимо к семейному психологу ходят редко. И в принципе правильно, как говорят некоторые психологи – не чеши, если не чешется, подразумевая, что не нужно расшатывать устойчивую систему. Так что когда хорошо можно пойти к семейному психологу для предотвращения будущих кризисов.

А ходят тогда, когда один или оба супруга понимают что то, что происходит в семье, их не устраивает и они в этом видят угрозу распада брака, или боятся признаться себе, что брак себя исчерпал и не один не решается взять на себя ответственность за его разрыв.

Теперь давайте перейдем к зачем. Первый и достаточно редко встречающийся вариант, фактически по приколу, все друзья ходили, а мы что хуже. Это конечно больше мой вымысел, чем реальность, но думаю, всякое встречается. Далее, это фактически поход для того чтобы разобраться что происходит в семье, почему жизнь в браке (паре) становится все хуже и хуже, а так недалеко до развода, что не желательно (планировали же один раз и до конца жизни). Причем это происходит как на первом году брака, так и после нескольких, а то и десятков лет прожитых вместе. Здесь я не буду касаться причин, по которым это происходит, причин ухудшения отношений, непонимания супругов. Думаю, что в каждом возрасте они свои, да и во многом зависят от особенностей супругов. Основой их, конечно же, становится невозможность понять друг друга и выработать взаимно удовлетворяющие договоренности.

Следующая причина, это желание одного (реже обоих) супруга при помощи психолога обучить уму разуму своего партнера. Здесь случаются очень разные, иногда анекдотические истории, видение одного или обоих партнеров их отношений иногда ставит психолога в тупик. Как правило, в таких случаях один из партнеров точно знает, как выглядит семья и не принимает каких либо новшеств в свое видение и заставляет (именно так, заставляет) другого партнера видеть их семейную жизнь точно также как он.

Иногда пары приходят, потому, что очень скучно и неинтересно стало жить вместе. Энергии в таких парах нет, эмоций друг к другу кроме безразличия практически не наблюдается. Одни из самых непростых случаев с точки зрения сохранения брака.

Следующий вариант причин, это когда один из партнеров резко подымает бунт, начинает не соглашаться с действиями партнера. Часто это выглядит так, один из партнеров (чаще женщины) в течение долгого времени забывали о себе ради каких-то с их точки зрения семейных ценностей. И в определенный момент (к примеру, лет через 15-20) их терпение лопнуло, и они начинали активно сопротивляться. Основная трудность в этом случае

состоит часто в том, что за эти годы столько накопилось злости, обиды, раздражения, что энергия этих чувств практически сметает все вокруг.

Есть еще семейные трудности связанные с детьми. Когда один из детей (или единственный ребенок) начинает или продолжает вести с точки зрения родителей неадекватно. И тогда семья приходит с запросом сделать из ребенка человека.

Есть еще множество причин, по которым приходят пары или целые семьи к психологу, однако в данной статье я хотел бы коснуться того, что же в результате качественной семейной терапии можно получить на выходе. Так вот, статистика успешной работы психолога говорит о следующем – почти половина обращений к семейному психологу заканчивается обоюдным решением развестись. Повторюсь, это в результате успешной работы психолога. В чем же здесь успех, воскликнет внимательный и ратующий за сохранения брака читатель. Согласен с вами, есть чему удивиться, но давайте разбираться.

Прежде всего, психолог изначально нейтрален, ему по большому счету все равно сохранится брак или нет. Именно благодаря своей нейтральности он может по максимуму беспристрастно взглянуть на то, что происходит с супругами в браке. И всю свою энергию направляет на то, чтобы супруги увидели, почувствовали, осознали, что именно они делают друг с другом в браке и с какой целью. И затем по максимуму беспрестанно приняли решение, как жить дальше. Если сохранять то, на каких условиях, что тогда нужно освоить, до чего договориться. И реально у многих пар жизнь становится гораздо разнообразней, насыщенней и главное счастливей. Если расставаться, то тоже обговорить условия, высказать друг другу наболевшее, по возможности простить друг друга и разойтись без фиги в кармане. В общем, успех работы состоит в том, насколько супруги станут более осознанными в том, как они живут своей жизнью в браке, и смогут сделать свой собственный свободный выбор о своей дальнейшей судьбе.

Правильных вам выборов.



Петров Сергей Викторович

Психологи на v17.ru

Опубликовано на сайте: 31 августа 2017, 152 просмотра

https://www.b17.ru/article/iti_k_semejnomu_psihologu/