

Психологическая помощь на разных этапах развода



Выполнила студентка 5 курса
Группа 501 П
Зыкова Т. Д.

Развóд — формальное прекращение
(расторжение) действительного брака
между живыми супругами.



Периоды развода

1. Развод:

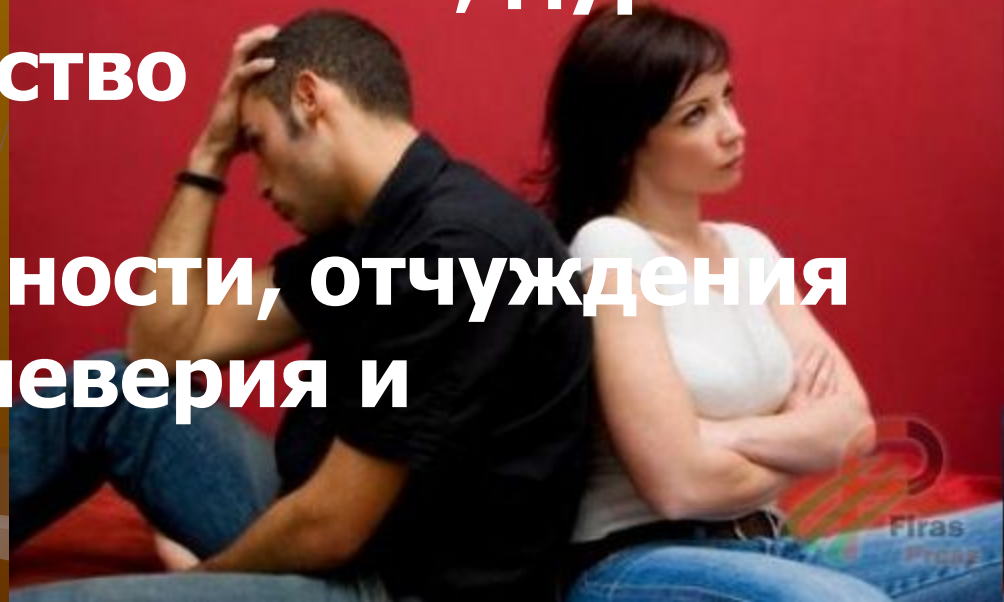
- Обдумывание и принятие решение о разводе
- Планирование ликвидации семейной системы
- Сепарация

2. Постразводный период



Фаза обдумывания и принятия решения

о прекращении брачно-семейных отношений как оптимальном в сложившихся условиях варианте разрешения семейного кризиса. Превалирует тревожность, дурное настроение, чувство разочарования, неудовлетворенности, отчуждения и охлаждения, неверия и недоверия.



Раздельное проживание создаст благоприятные условия для эмоциональной стабилизации супругов, переоценки ими реального состояния и будущего семьи и окончательного принятия решения о дальнейшей судьбе.



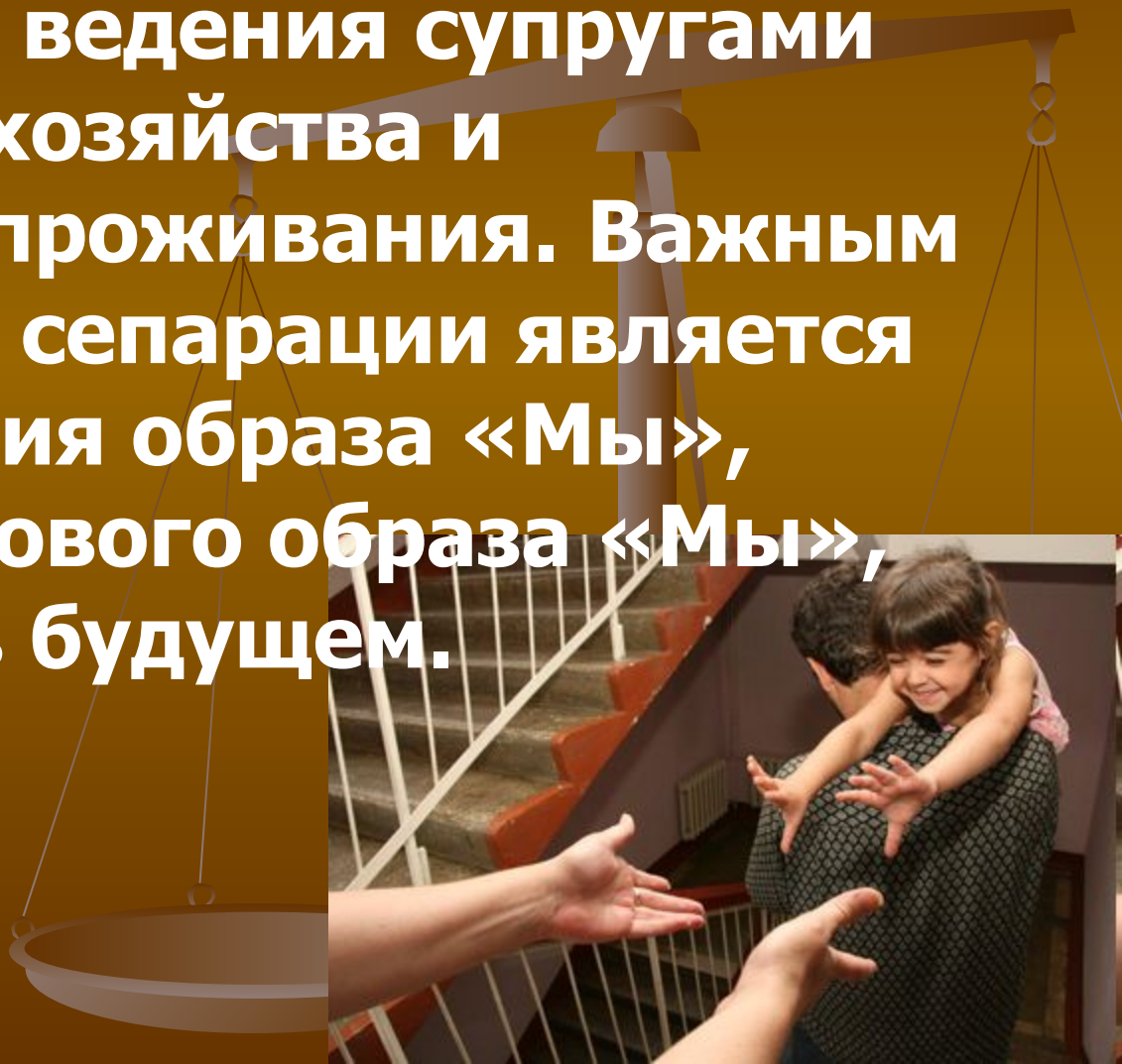
Задачи фазы планирования ликвидации семейной системы

- Эмоциональный развод
- Физический развод
- Экономический развод
- Социальный развод



Фаза сепарации

прекращением ведения супругами
совместного хозяйства и
совместного проживания. Важным
компонентом сепарации является
трансформация образа «Мы»,
построение нового образа «Мы»,
«Я» и «Ты» в будущем.



Фазы после разводного периода:

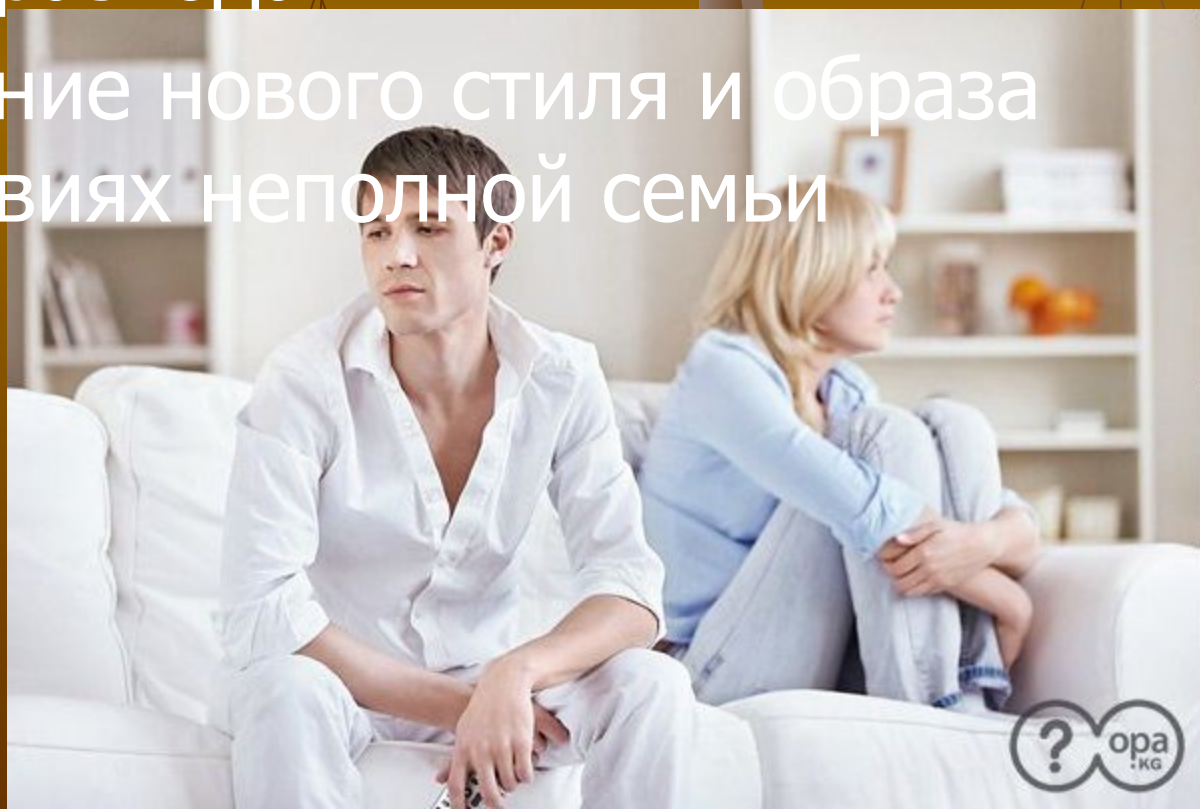
- Послеразводная (до одного года);
- Перестройка (2-3 года);
- Стабилизация (2-3 года).



Послеразводная фаза

Все члены семьи переживают кризис, наступающий после юридического оформления развода.

Цель - построение нового стиля и образа жизни в условиях неполной семьи



Задачи:

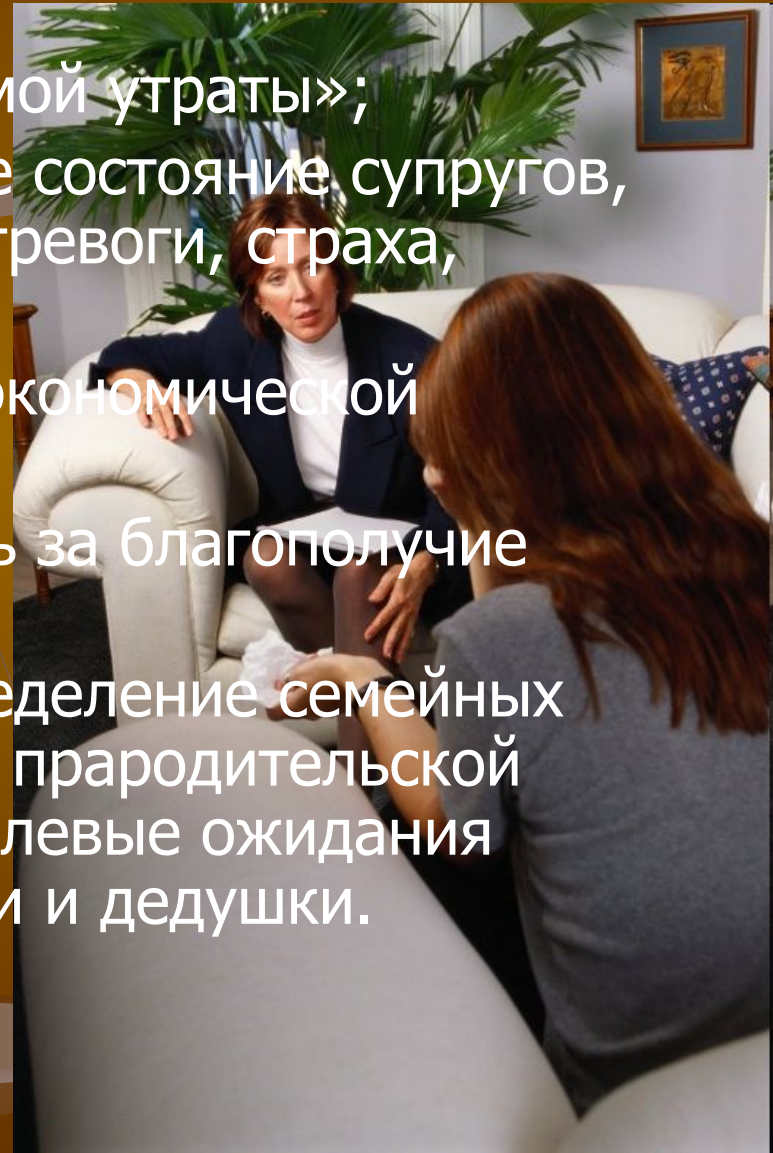
- Преодоление «эмоционального дефицита» и «дефицита делового сотрудничества»;
- восстановление экономического функционирования семьи, достижение финансовой и экономической компетентности разведенного супруга;
- приобретение необходимой компетентности в воспитании детей каждым из разведенных супругов;
- построение новой системы социальных отношений с друзьями, коллегами, прародителями;
- реконструкция эго-идентичности.

Постразводный синдром, включающий переживание депрессии безысходности, утраты смысла жизни, страха и отчаяния, низкой самооценки более характерен для женщин. Мужской вариант постразводного синдрома отличается чувством одиночества, подавленности, растерянности нарушениями сна, аппетита, обращением к алкоголю, снижением интереса к профессиональной деятельности, сексуальными расстройствами.



Задачи психологической помощи супругам

- уничтожить образ «невосполнимой утраты»;
- стабилизировать эмоциональное состояние супругов, помочь им преодолеть чувство тревоги, страха, безысходности;
- обрести чувство финансовой и экономической самостоятельности;
- помочь принять ответственность за благополучие себя и детей;
- обеспечить эффективное распределение семейных ролей с привлечением ресурсов прародительской семьи, согласовать взаимные ролевые ожидания супругов, включая роли бабушки и дедушки.



Задача психологической работы на фазе «перестройки»

помощь в реинтеграции и развитии
ПОЗИТИВНОЙ ЛИЧНОСТНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ



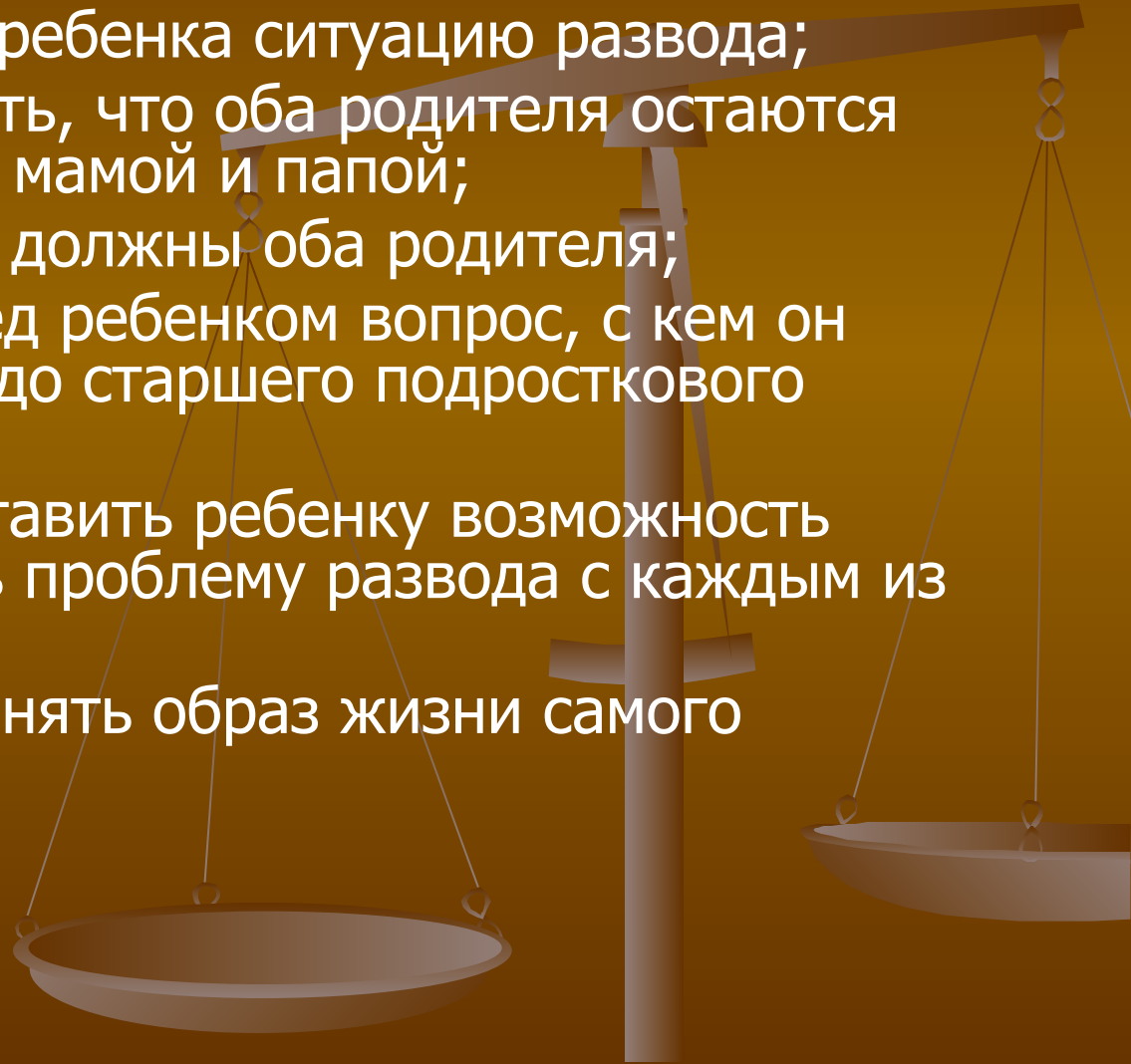
Основные направления оказания психологической помощи семье:

- Помощь в построении нового образа семьи и семейной структуры ;
- Восстановление и амплификация реабилитационного ресурса сети социальных связей и отношений семьи
- Формирование нового образа семьи у детей.



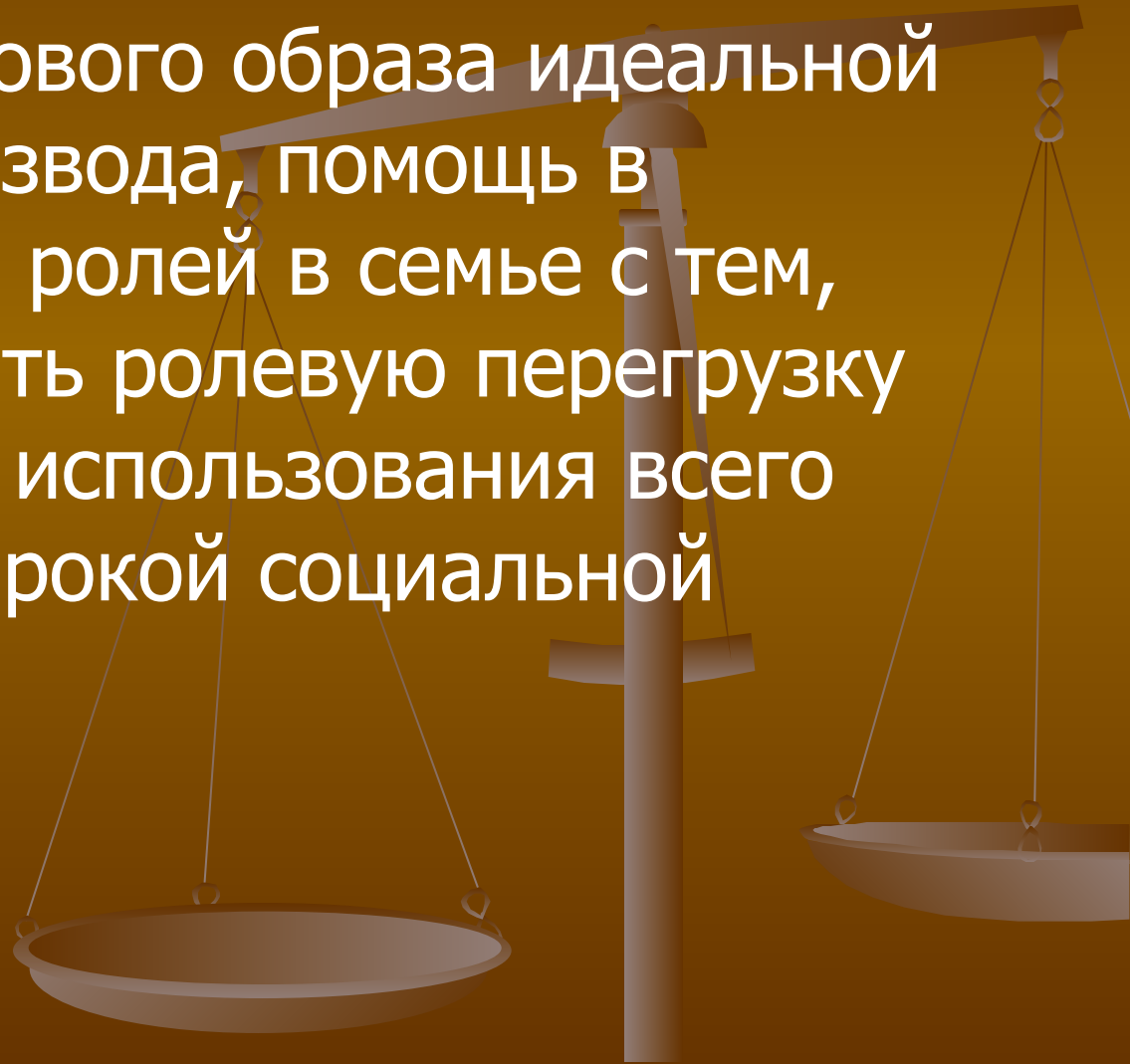
Психологические рекомендации по формированию нового образа семьи у ребенка:

- нельзя скрывать от ребенка ситуацию развода;
- необходимо сообщить, что оба родителя остаются для него любящими мамой и папой;
- сообщать о разводе должны оба родителя;
- нельзя ставить перед ребенком вопрос, с кем он будет жить, вплоть до старшего подросткового возраста;
- необходимо предоставить ребенку возможность свободно обсуждать проблему развода с каждым из родителей;
- желательно не изменять образ жизни самого ребенка.

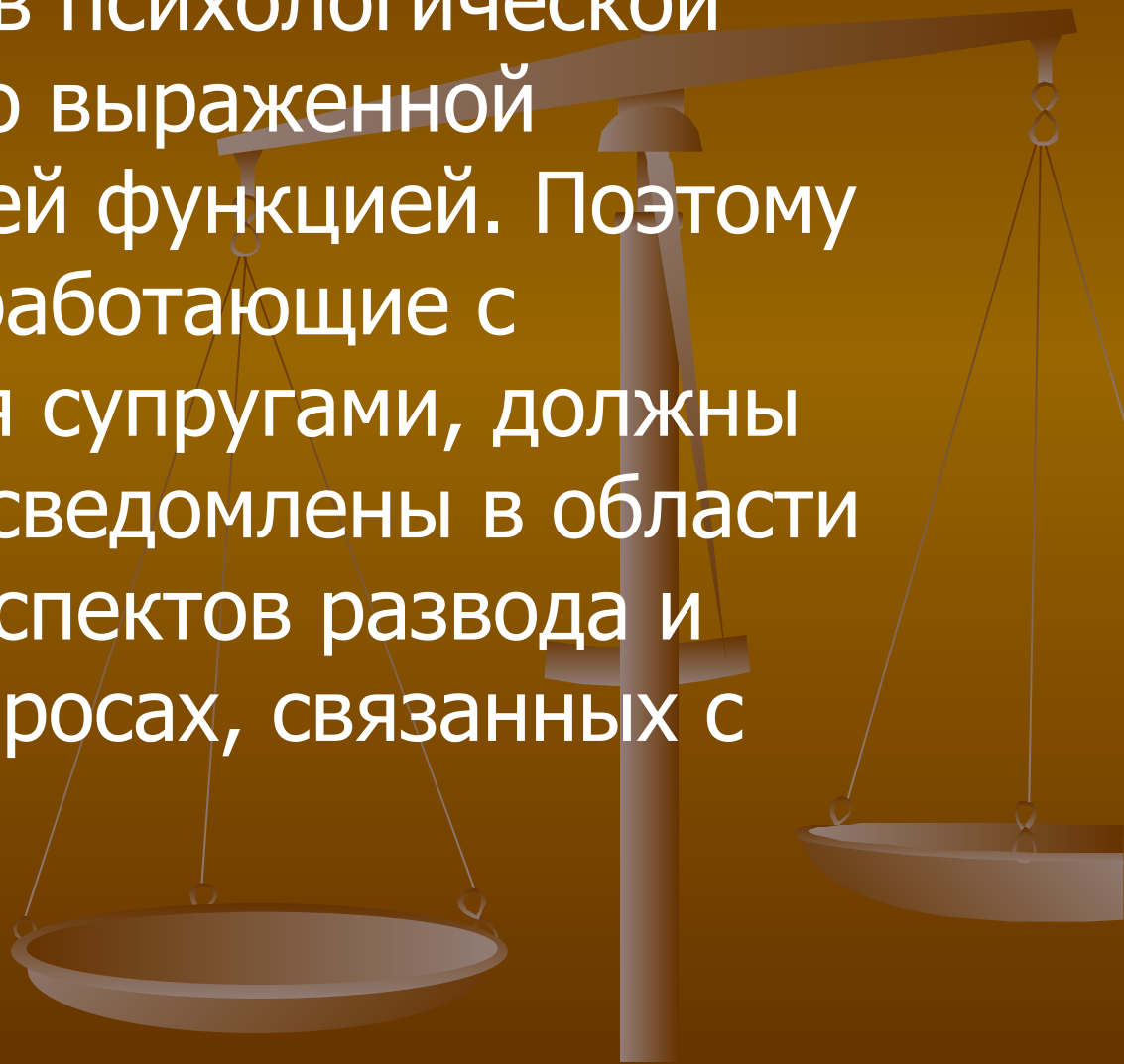


Задачами психологической работы с семьей на завершающей фазе

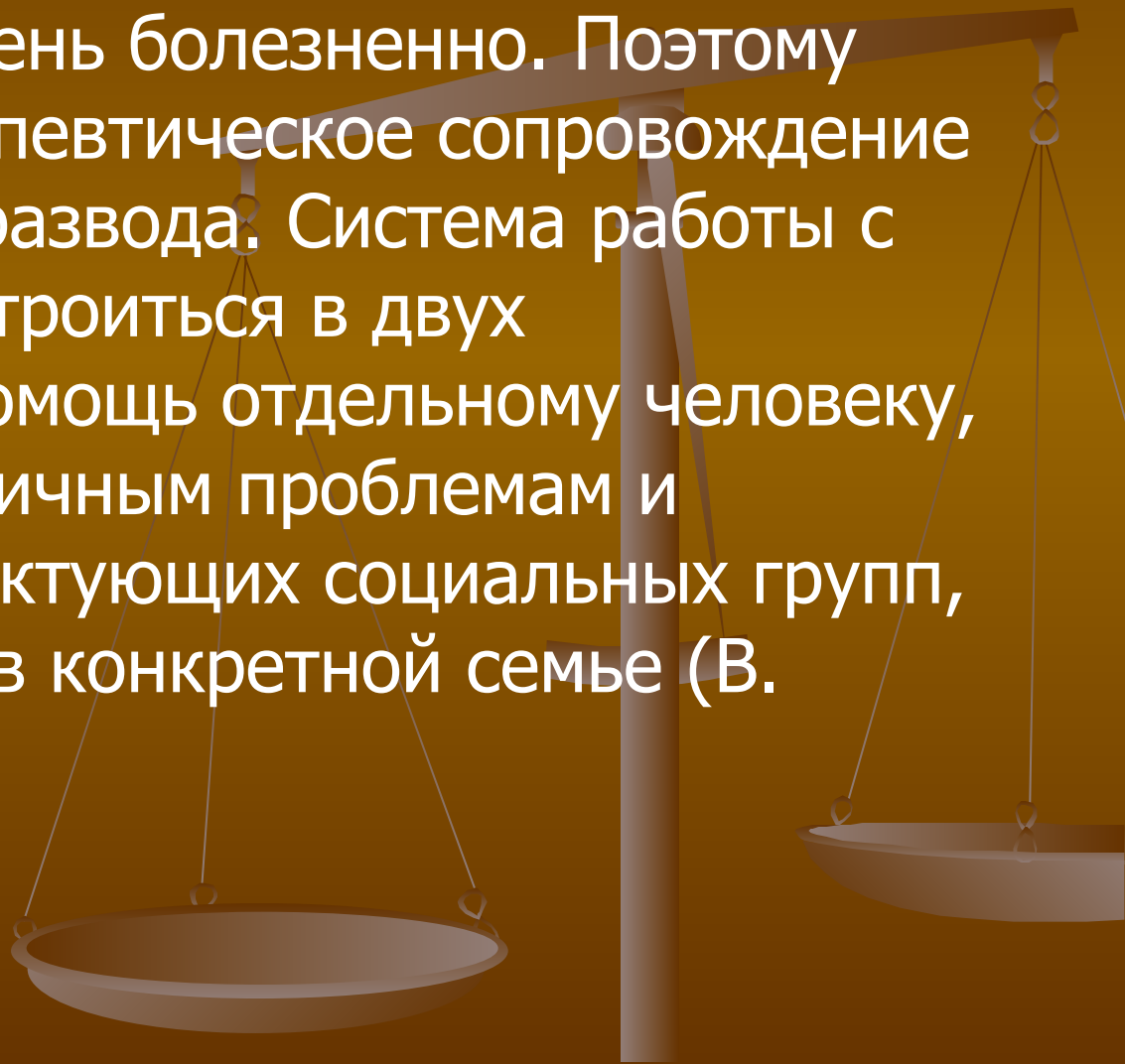
Формирование нового образа идеальной семьи после развода, помощь в распределении ролей в семье с тем, чтобы исключить ролевую перегрузку матери за счет использования всего потенциала широкой социальной поддержки.



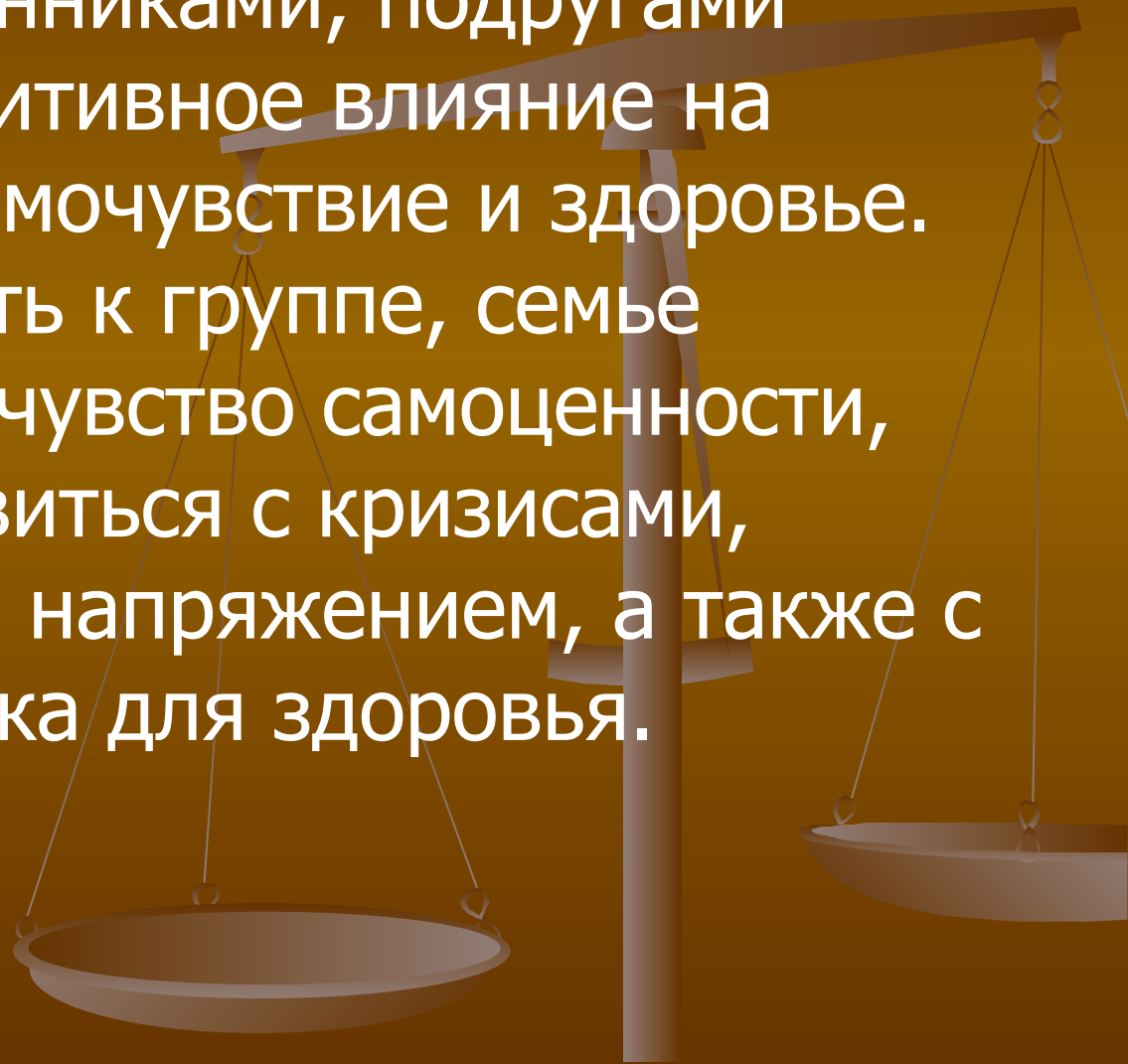
По мнению психолога Ю.Е. Алешиной, консультирование тех, кто принял решение расторгнуть брак, отличается от других видов психологической коррекции ярко выраженной информирующей функцией. Поэтому специалисты, работающие с разводящимися супругами, должны быть хорошо осведомлены в области юридических аспектов развода и особенно в вопросах, связанных с детьми.



Один из основателей американской семейной терапии Р. Лэнг убежден, что даже сегодня слово «брак» для многих означает клятву, обещание, и нарушение этой клятвы человек воспринимает очень болезненно. Поэтому необходимо терапевтическое сопровождение на всех стадиях развода. Система работы с семьями может строиться в двух направлениях: помощь отдельному человеку, внимание к его личным проблемам и изучение конфликтующих социальных групп, представленных в конкретной семье (В. Сатир).



Социальная психология и психотерапия
исходят из того, что надежные
социальные отношения между членами
семьи, родственниками, друзьями
оказывают позитивное влияние на
психическое самочувствие и здоровье.
Принадлежность к группе, семье
поддерживает чувство самооценности,
помогает справиться с кризисами,
конфликтами и напряжением, а также с
факторами риска для здоровья.



Консультирование, ориентированное на сеть социальных отношений, понимается не как альтернатива существующим концепциям терапии и консультирования, а как их дополнение и дальнейшее развитие. Первый уровень ориентированного на сеть консультирования - это содержательный анализ, диагностика взаимоотношений клиентов с окружающими людьми. Анализ сети - это метод визуального содержательного представления социальных отношений человека.

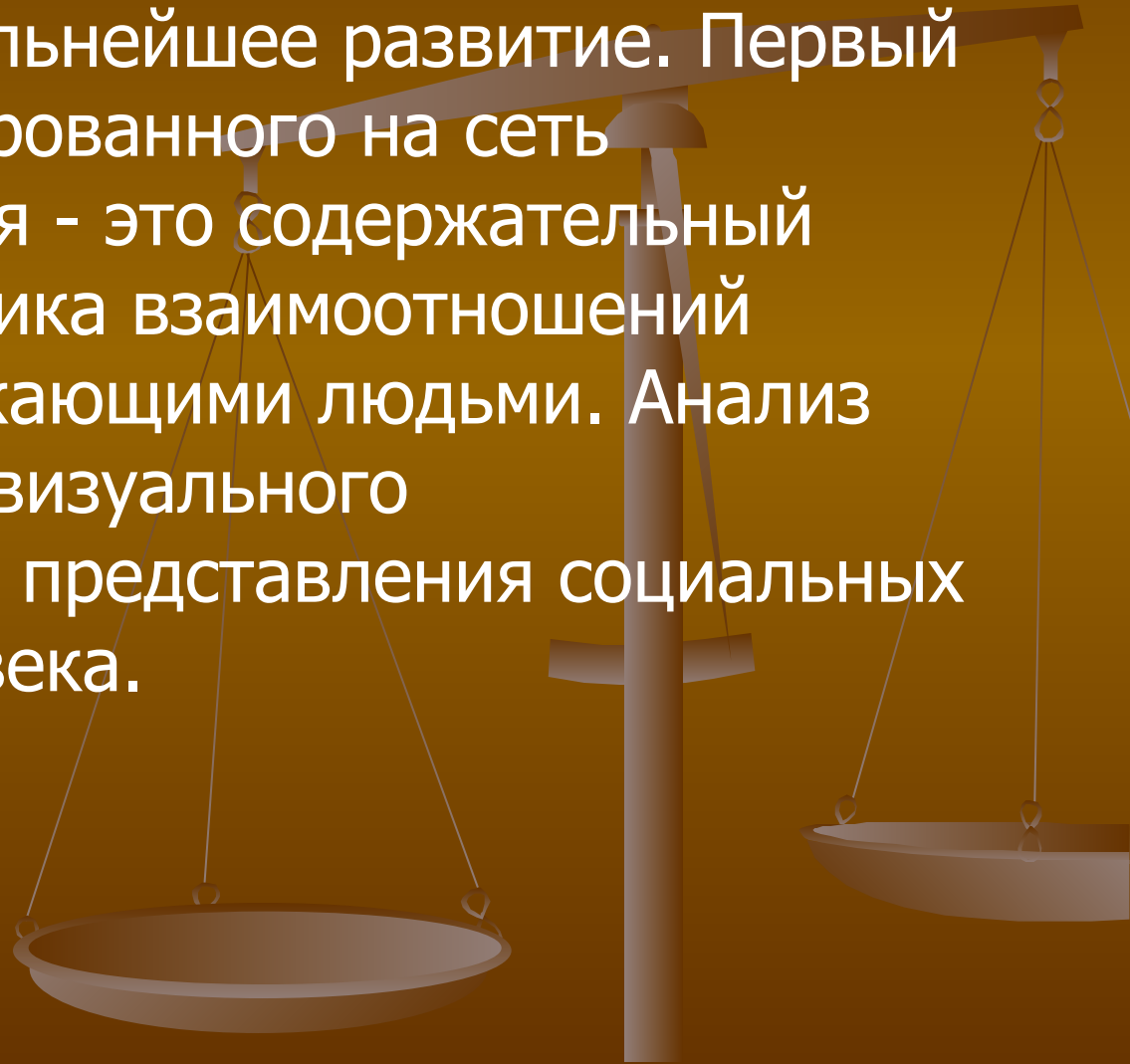


Схема анализа сети в рамках консультативной работы

- В процессе консультирования клиенту предлагают углубленно рассмотреть сеть социальных отношений;
- Перед клиентом лежит лист бумаги, на котором в изобилии изображены концентрические круги. В центре внутреннего круга стоит слово «я» ;
- Он должен сделать первый шаг: представить себе людей, с которыми чувствует себя особенно тесно связанным, без которых ему трудно;
- Затем его спрашивают о людях, которые так важны в его жизни, но с ними он менее связан, чем с людьми из первого круга;
- В конце размещают людей, с которыми социальные контакты установлены, существуют, но эмоциональные связи слабее или более дистанцированы;
- В заключение при составлении карты сети особыми значками отмечают те, кто связан с поставленными проблемами, с кем отношения особенно конфликтны или развивались напряженно;
- Эта визуальная реконструкция служит основой для общего анализа структуры отношений, анализ нередко продолжается на последующих консультациях;
- Анализ ресурсов поддержки в сети;
- Ресурсы сети клиента и готовность использовать их.

Спасибо за внимание

