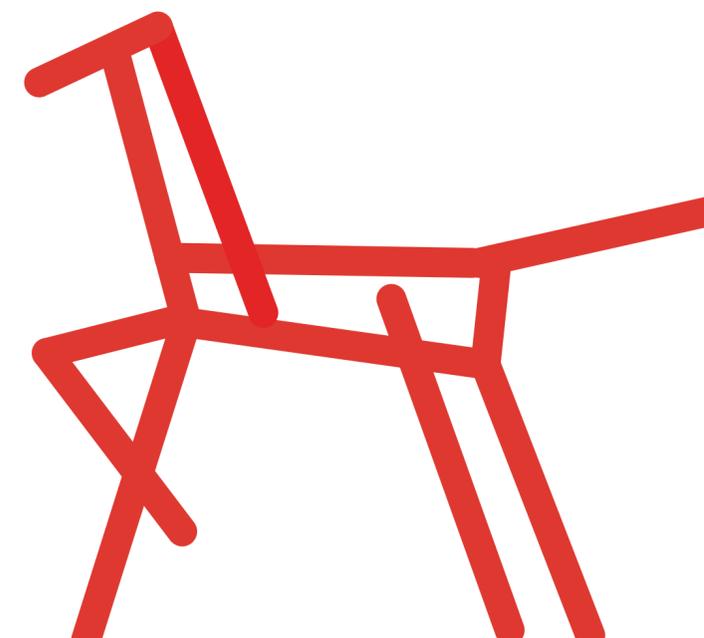


# АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ.

## Урок 5.5. Когда происходит сепарация?



# Программа «Азбука счастливой семьи»

[www.azbukasemi.ru](http://www.azbukasemi.ru)

**Развитие  
родительской  
осознанности**

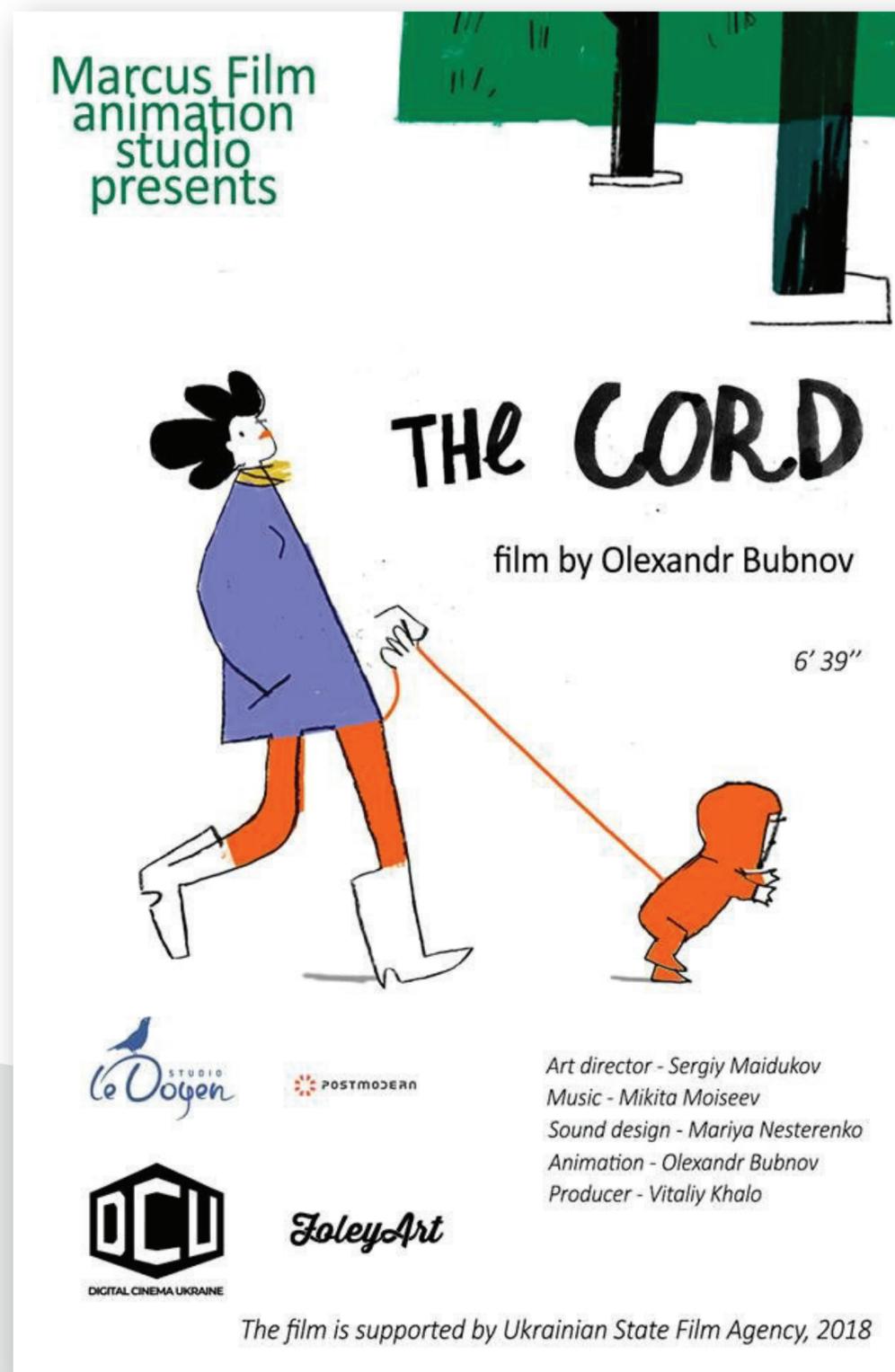


## Блоки программы:

- Семейная система
- Привязанность
- Детские психологические травмы
- Трудное поведение
- Взросление и сепарация детей



# Отсутствие сепарации



Мультфильм  
«Пуповина», 2019

# Как быть с чувствами родителей?

**Смысл воспитания:  
подготовить ребёнка  
к самостоятельной  
жизни.**

Сепарация повзрослевшего ребёнка — это доверие и поддержка. Это готовность родителей отпустить с любовью и их умение справиться с личными чувствами, амбициями ради счастливого будущего своих детей.



# Из чего складывается готовность родителей?

1. Супружеские отношения
2. Отсутствие созависимости
3. Возможность справиться с родительскими страхами и тревогами
4. Дать детям право на ошибку
5. Готовность принимать выбор, отношения и решения ребёнка

Счастливая супружеская жизнь помогает пережить отделение детей. Но если в браке накопились проблемы, которые не решались годами и десятилетиями, то дети уйдут, а родители останутся в одной квартире с чужим или малознакомым человеком.



# Как родители могут помешать взрослению своих детей?

Невозможность справиться с родительскими страхами приводит к тому, что они перекрывают ребёнку кислород, не позволяют развиваться и жить.



# Что, если сепарация не происходит?



**Анна Яковлевна Варга**, психолог, кандидат психологических наук утверждает, что **незавершенность сепарационных процессов негативно сказывается на решении основных задач, которые стоят перед человеком в юности и взрослости.** А именно на становлении в профессиональной сфере, поиске партнера и рождении собственных детей.



# Как создать условия для сепарации

## Наши правила

- Наш дом — наши правила
- Праздники и вечеринки только с согласования с семьёй
- Бытовые обязанности совершеннолетних приравнены к обязанностям взрослых
- Совершеннолетние полностью обслуживают себя
- Нет карманным деньгам после 18 лет
- Основная обязанность ребенка — работа или учёба
- Материальная помощь — добрая воля, а не обязанность родителей
- Время прихода домой — не позже 23:00.

Стимулом покинуть родительский дом становится жажда свободы. При этом дети с заранее сформированными навыками самостоятельной жизни заранее осознают, что свобода — это всегда ответственность.



# А если дети опекают родителей?



Фильм  
«Отцы и деды»,  
1982 г.



# Памятка для родителей

## Как подготовить подростка к будущей успешной карьере

- 1.** Придерживайтесь правил в семье для всех, включая совершеннолетних детей.
- 2.** Передавайте совершеннолетним детям бытовые обязанности, равные обязанностям родителей.
- 3.** Договоритесь о том, что совершеннолетние дети полностью обслуживают себя.
- 4.** Стимулируйте совершеннолетних детей самостоятельно зарабатывать деньги.
- 5.** Не покрывайте все материальные потребности совершеннолетних детей.
- 6.** Настаивайте на обязательной занятости совершеннолетних работой или учебой.
- 7.** Оказывайте совершеннолетним детям моральную поддержку, сочувствуйте в ситуациях неудач.
- 8.** Радуйтесь успехам совершеннолетних детей, разделяйте с ними положительные эмоции.

# Главная мысль урока

Сепарация повзрослевшего ребенка — это доверие и поддержка. Это готовность родителей отпустить с любовью и их умение справляться с личными чувствами, амбициями ради счастливого будущего своих детей. Успешная сепарация становится необходимым мостиком к собственной семье взрослого ребенка, а также к рождению его детей.



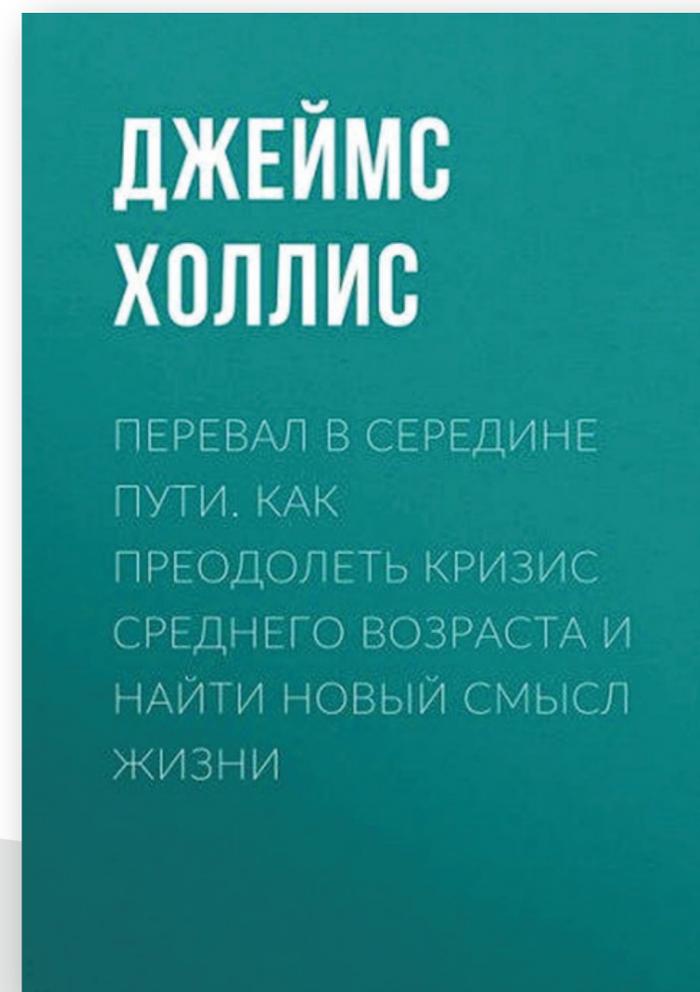
# Упражнения на дом

- 1.** Закройте глаза и представьте себе тот день, когда ваш взрослый ребенок покинет родительский дом, чтобы начать самостоятельную жизнь.
- 2.** Подумайте, какие слова поддержки вы хотите ему сказать. Например: «Я верю в тебя. И горжусь, что ты стал(а) взрослым самостоятельным человеком».
- 3.** Скажите своему подростку эти слова при первой возможности. Повторяйте их время от времени, помогая ему взрослеть.



# Список литературы

Раздел «Библиотека» на [azbukasemi.ru](http://azbukasemi.ru)



«Библиотека»  
на [azbukasemi.ru](http://azbukasemi.ru)

”

*Судьбы мира вершатся в детских. Именно там решается, станут ли завтрашние мужчины и женщины душевно здоровыми людьми доброй воли или искалеченными индивидами, пользующимися каждым случаем, чтобы осложнить жизнь своим ближним.*

*Астрид Линдгрен*

АЗБУКА  
СЕМЬИ



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,  
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ  
ОБРАЗОВАНИЯ