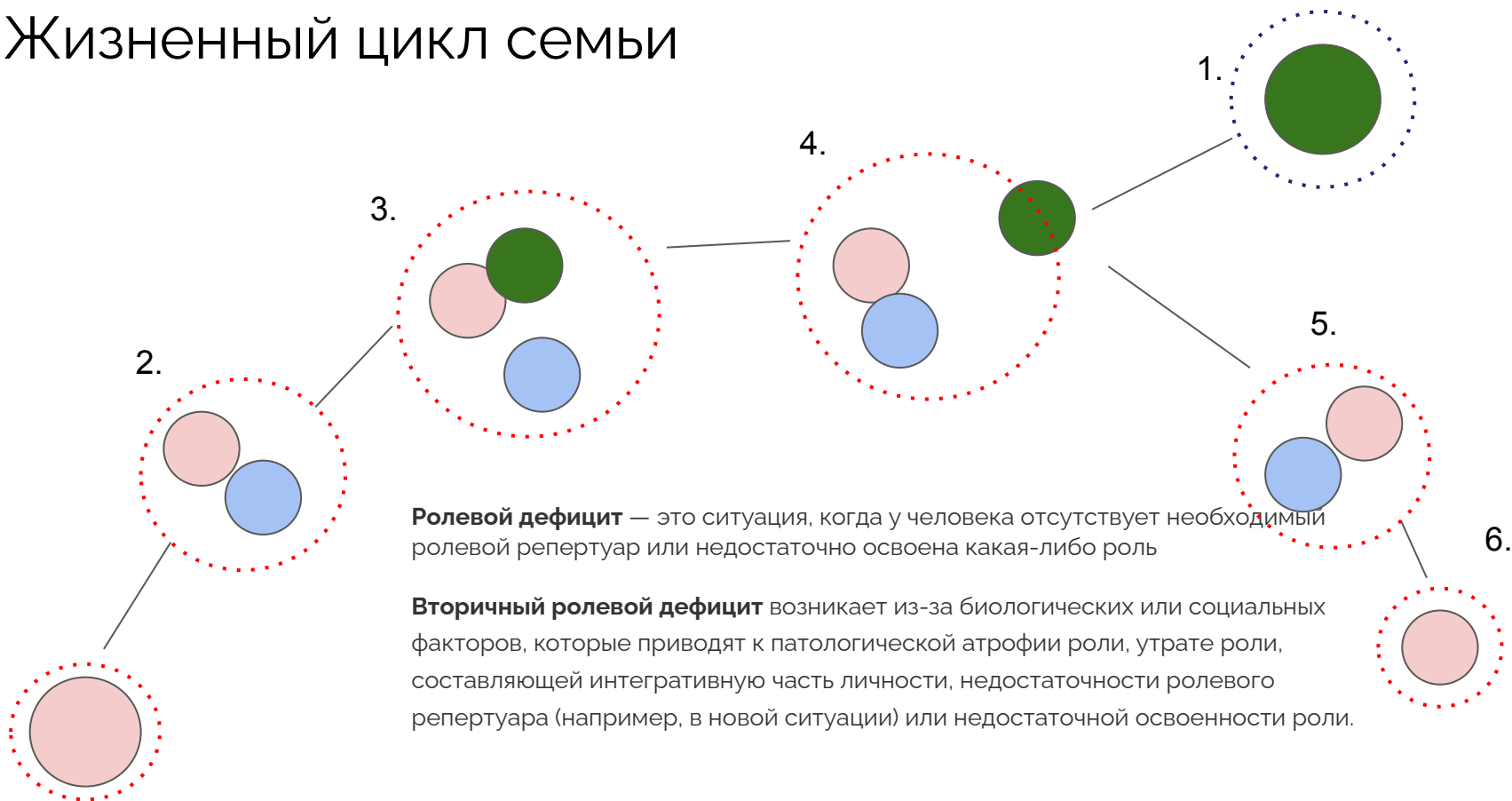


История жизни

баланс внешнего и внутреннего

Жизненный цикл семьи



Ролевой дефицит — это ситуация, когда у человека отсутствует необходимый ролевой репертуар или недостаточно освоена какая-либо роль

Вторичный ролевой дефицит возникает из-за биологических или социальных факторов, которые приводят к патологической атрофии роли, утрате роли, составляющей интегративную часть личности, недостаточности ролевого репертуара (например, в новой ситуации) или недостаточной освоенности роли.

Конфликт с отцовской фигурой



Детская роль:

Быть хорошим правильным ребенком послушным, робким, зависящим от оценки других, ожидающим похвалы и избранности?

Подростковая роль:

Быть в вечном конфликте и оппозиции

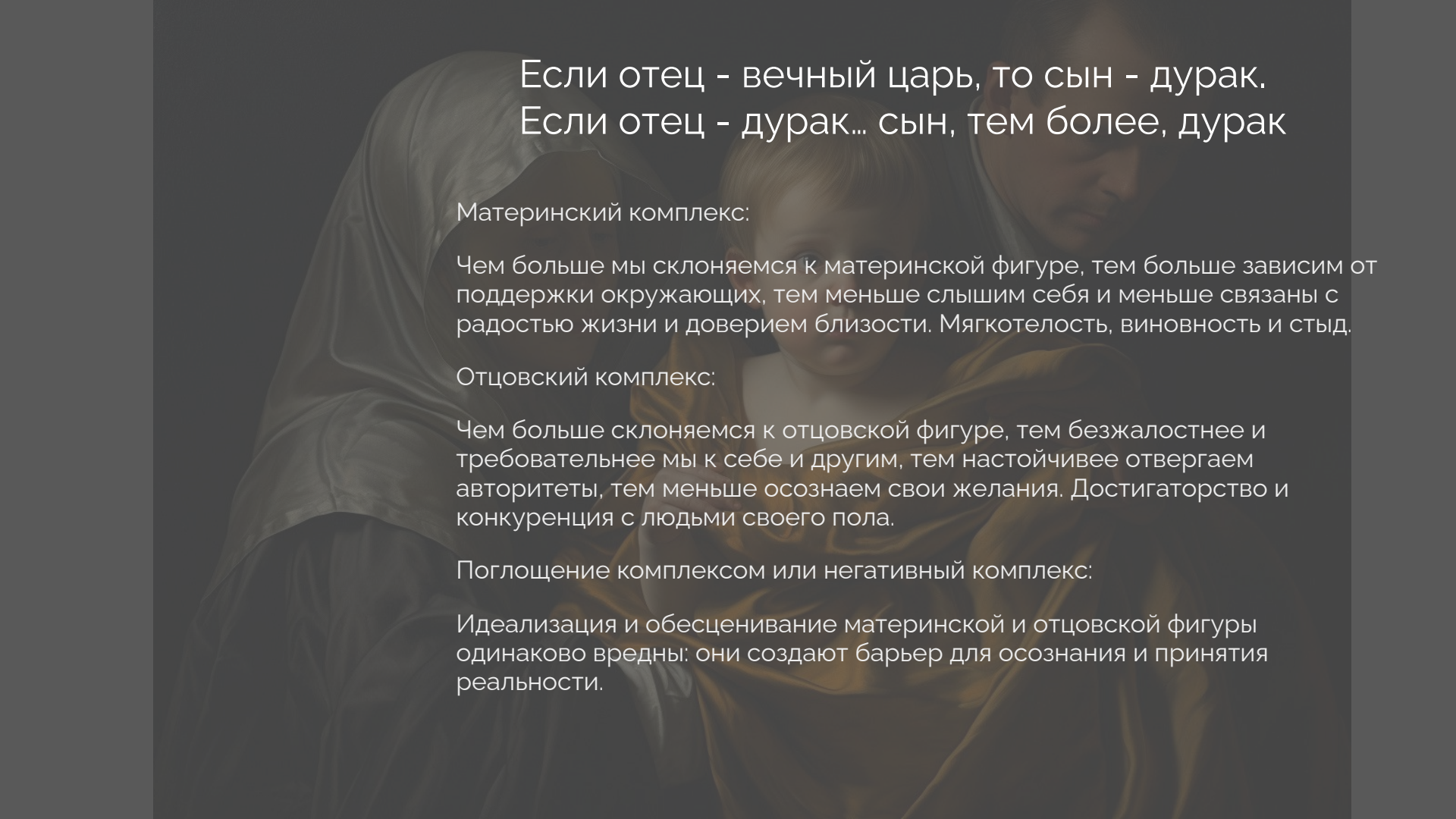
НАМ НУЖНО ПРИНЯТЬ ОТЦА, чтобы выйти из диады с матерью, иначе мы попадаем в вечный выбор. А потом вернуться к образу жены отца и ПРИНЯТЬ по взрослому МАТЬ

Причины застревания на пороге героического пути взросления:

- ранняя разлука с матерью и страх ее потерять
- слияние с ее чувствами к мужу
- ненадежный образ отца - слабый, иллюзорный
- стыд за отца
- грандиозный отец
- отсутствующий, дистантный отец
- ответственность за отца (унижает его)
- отвергающий отец

Мать становится притягательным объектом, а отец раздражающей преградой.





Если отец - вечный царь, то сын - дурак.
Если отец - дурак... сын, тем более, дурак

Материнский комплекс:

Чем больше мы склоняемся к материнской фигуре, тем больше зависим от поддержки окружающих, тем меньше слышим себя и меньше связаны с радостью жизни и доверием близости. Мягкотелость, виновность и стыд.

Отцовский комплекс:

Чем больше склоняемся к отцовской фигуре, тем безжалостнее и требовательнее мы к себе и другим, тем настойчивее отвергаем авторитеты, тем меньше осознаем свои желания. Достигаторство и конкуренция с людьми своего пола.

Поглощение комплексом или негативный комплекс:

Идеализация и обесценивание материнской и отцовской фигуры одинаково вредны: они создают барьер для осознания и принятия реальности.

Рассказать историю родителей - найти свою Тень

Определение роли по Морено:
актуальная на данный момент и осязаемая форма, которую принимает наша самость. Некоторый обобщенный характер или некоторая функция, существующая в социальной реальности, окончательная кристаллизация жизненных ситуаций человека, То есть специфическая область оперирования, которую человек в свое время освоил.

Заметив ролевой дефицит:

- Посмотреть на историю родителей глазами взрослого человека, а не ребенка
- Увидеть дефициты и защиты
- Признать нерешенные задачи и компенсации
- Признать противоречивость, а не идеальность
- Позволить себе их способы адаптации конструктивно, как одну из стратегий, а не гротескное застревание

*задание со звездочкой - посмотреть на свое родительство глазами взрослых детей

Личность - наш личный миф

Нарративная психология — направление в психологии, в основе которого лежит идея о том, что с помощью историй (нарративов) человек может упорядочить собственный опыт.

Мы зарождаемся, живем и не умираем в историях.

Собственные рассказы о жизни не только создают наше представление о себе, но и влияют на то, как мы взаимодействуем с окружающими и воспринимаем мир - делают нас творцами собственной судьбы.

