



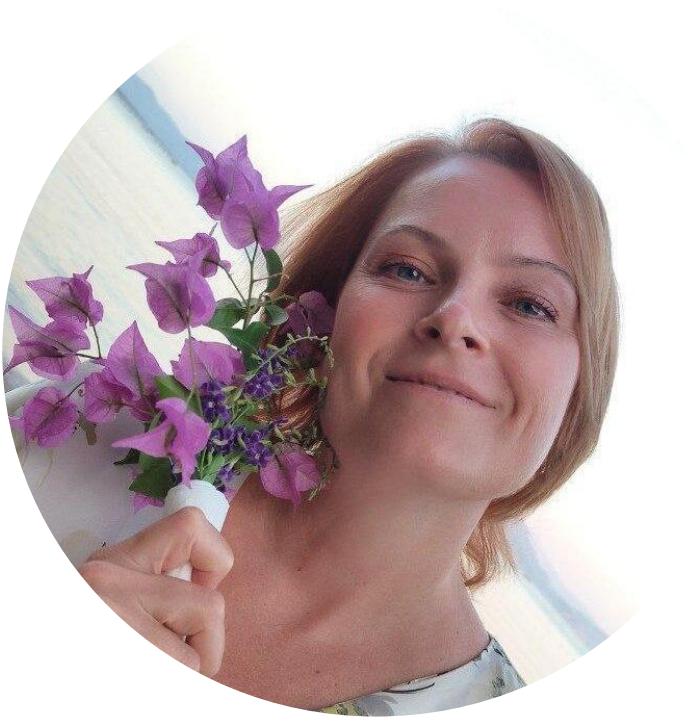
АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

# ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ

**Мы такие разные,  
и все-таки мы вместе...**

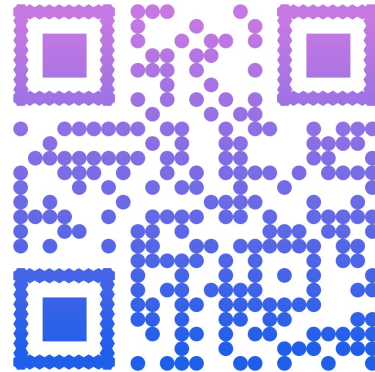
Ирина Танетова





# Танетова Ирина

- Трансперсональный психолог и коуч
- Член президиума Ассоциации Трансперсональной Психологии и Психотерапии
- Веду Телеграм-канал «Eros Sagrado» [https://t.me/eros\\_sagrado](https://t.me/eros_sagrado)



# Мы такие разные...

1

Гендерные био-  
психологические  
различия

2

Различные  
темперамент  
и сенситивность

3

Ментальные  
жизненные  
стратегии

4

Эмоциональные  
различия +  
восприятие

5

Различия  
в ценностях

6

Семейные  
различия

7

Скорость  
и траектории  
психологического  
роста

8

Различия  
в отношении  
к ресурсам

# «Счастливы в браке». Женский взгляд



Авторство: проект «Нейронутые»





# «Счастливы в браке».

## Мужской взгляд



Авторство: проект «Нейронутые»



**СЕРИАЛ В 5 СЕЗОНАХ**

**Метаморфозы Нашей Любви...**



**«Вот и встретились  
два одиночества...»**



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**



**«Вот и встретились  
два одиночества...»**

## Притяжение

- ✓ Принцип сходства
- ✓ Принцип Дополнительности
- ✓ Физическая привлекательность
- ✓ Эффект «Среды»
- ✓ Взаимность симпатии





# Притяжение. Глубинная психология

- ✓ Анима и Анимус
- ✓ Сила Архетипов
- ✓ Тень



**«Вот и встретились  
два одиночества...»**



**Упражнение.**

**Ищем сценарий нашей Большой  
Игры**

Теория «Имаго» Харвилла Хендрикса

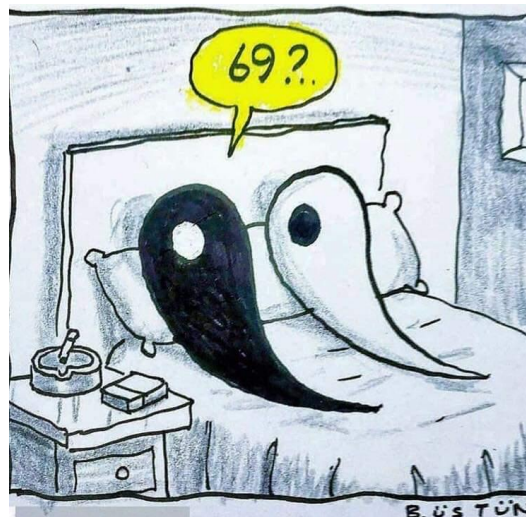
# Формула сценария

- Я всю жизнь искал человека с чертами характера: **[2]**.
- Когда я с ним, меня тревожат его черты характера: **[1]**
- Я хочу, чтобы этот человек дал мне **[3]**,  
чтобы я чувствовал себя **[4]**.





«Удар по розовым очкам»



"Ты будешь секс?" - спросила Зоя.  
И Игорь понял - супа нет.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ



# Статистика разводов

- До 1 года – 3,6%
- 1-2 года – 16%
- 3-4 года – 18%
- 5-9 лет – 28%
- 10-19 лет – 22%
- 20 и более лет – 12,4%

В первые **5 лет** брака происходит около **40%** разводов.

Основная причина разводов в парах, проживших вместе **10-19 лет** – измена.





## Что держит вместе?

- ✓ Остатки гормонов страсти + рост гормонов привязанности
- ✓ Упрямство новичка  
*«Кто победит в споре за открытый тюбик пасты?»*
- ✓ Любопытство  
*«А что будет дальше?». Terra incognita*
- ✓ Первые ростки **настоящей** привязанности

«Удар по розовым очкам»





«Dream Team(?)»



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ

# Что держит вместе?

## Инвестиционная модель Керил Расбалт

1. Уровень удовлетворенности
2. Качество альтернатив
3. Размер инвестиций





# Что держит вместе?

## Теория саморасширения

### Артура и Элейн Арон

1. Люди имеют врожденное **стремление к саморазвитию** и реализуют это стремление, следуя за своим **любопытством**, совершенствуя свои способности или используя открывающиеся возможности.
2. Основной способ, которым они это делают, — **близкие отношения**, особенно романтические, в которых представление о себе («я») *расширяется* и включает в себя другого человека («**МЫ**»).



# Что держит вместе?

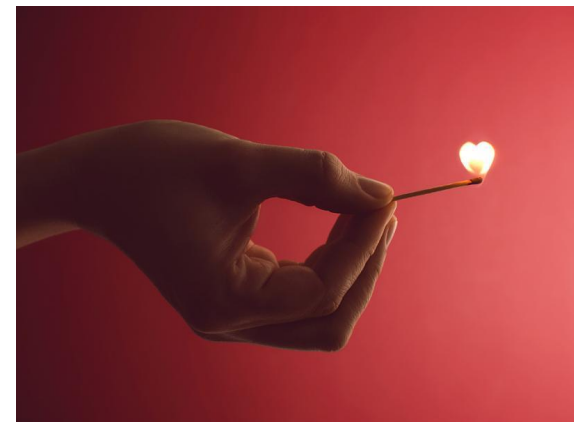
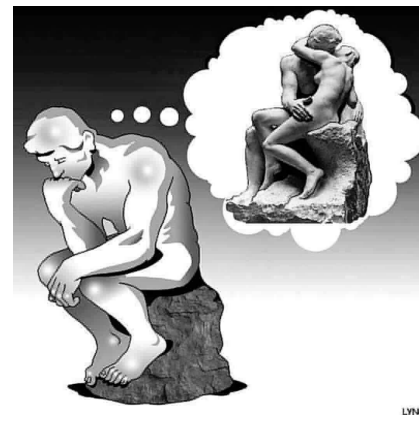
## Исследования Джона и Джули Готтман

1. Отношения, где мужчины принимают влияние своих жен, предсказывают счастливый и стабильный брак
2. Юмор физиологически успокаивает
3. Большинство проблем в отношениях (69%) никогда не решаются, а являются «вечными проблемами», основанными на личностных и/или ценностных различиях между партнерами
4. Пара скорее всего расстанется, если в ее коммуникации присутствуют **«4 всадника апокалипсиса»** (критика, презрение, оборона, каменная стена)
5. Магия соотношения «5:1»





«Ренессанс: от кризиса  
к сотворчеству  
Нового 'Мы'»



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ



«Ренессанс: от кризиса  
к сотворчеству  
Нового 'Мы'»





# Какую новую форму должны принять отношения?

Отношения как **духовный путь**, где партнер — не объект для удовлетворения потребностей, а зеркало и учитель, помогающий выйти за пределы эго.

Переход от «любви по сценарию» к **«любви-сотворчеству»**.

## Что может держать нас вместе?

- Осознанное сотрудничество в трансформациях
- Глубокая экзистенциальная близость
- Общая Миссия



# Что поможет перевести отношения на новый уровень?

- «Свидания с настоящим»
- Переосмысление близости и секса
- Ритуалы перехода: прощание со старыми ролями и приветствие нового этапа
- Глубинная и трансперсональная терапия для каждого в паре
- Парная терапия (с фокусом на системный или экзистенциальный подход)





## «Мудрость и Тень Заката»



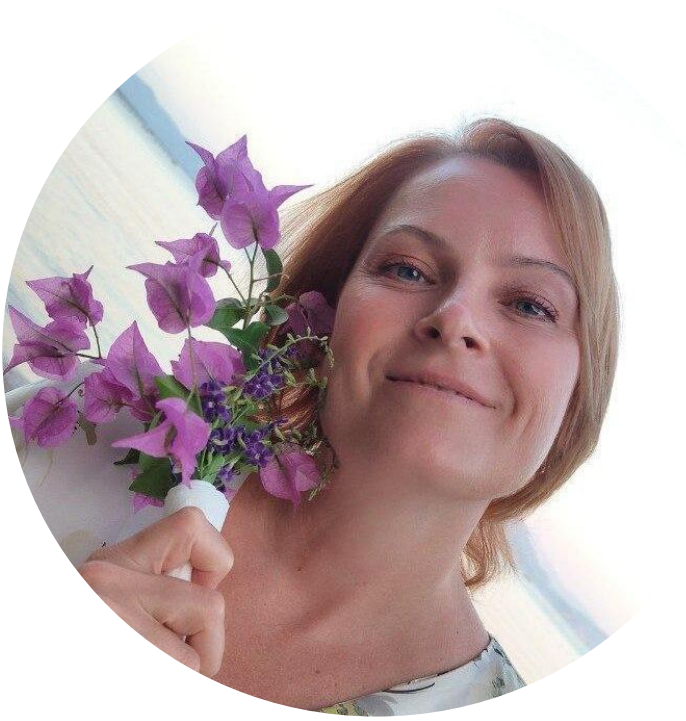
АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

**КОНЕЦ (?)**







## Танетова Ирина

- Трансперсональный психолог и коуч
- Член президиума Ассоциации Трансперсональной Психологии и Психотерапии
- Веду Телеграм-канал «Eros Sagrado» [https://t.me/eros\\_sagrado](https://t.me/eros_sagrado)



страница эксперта

