

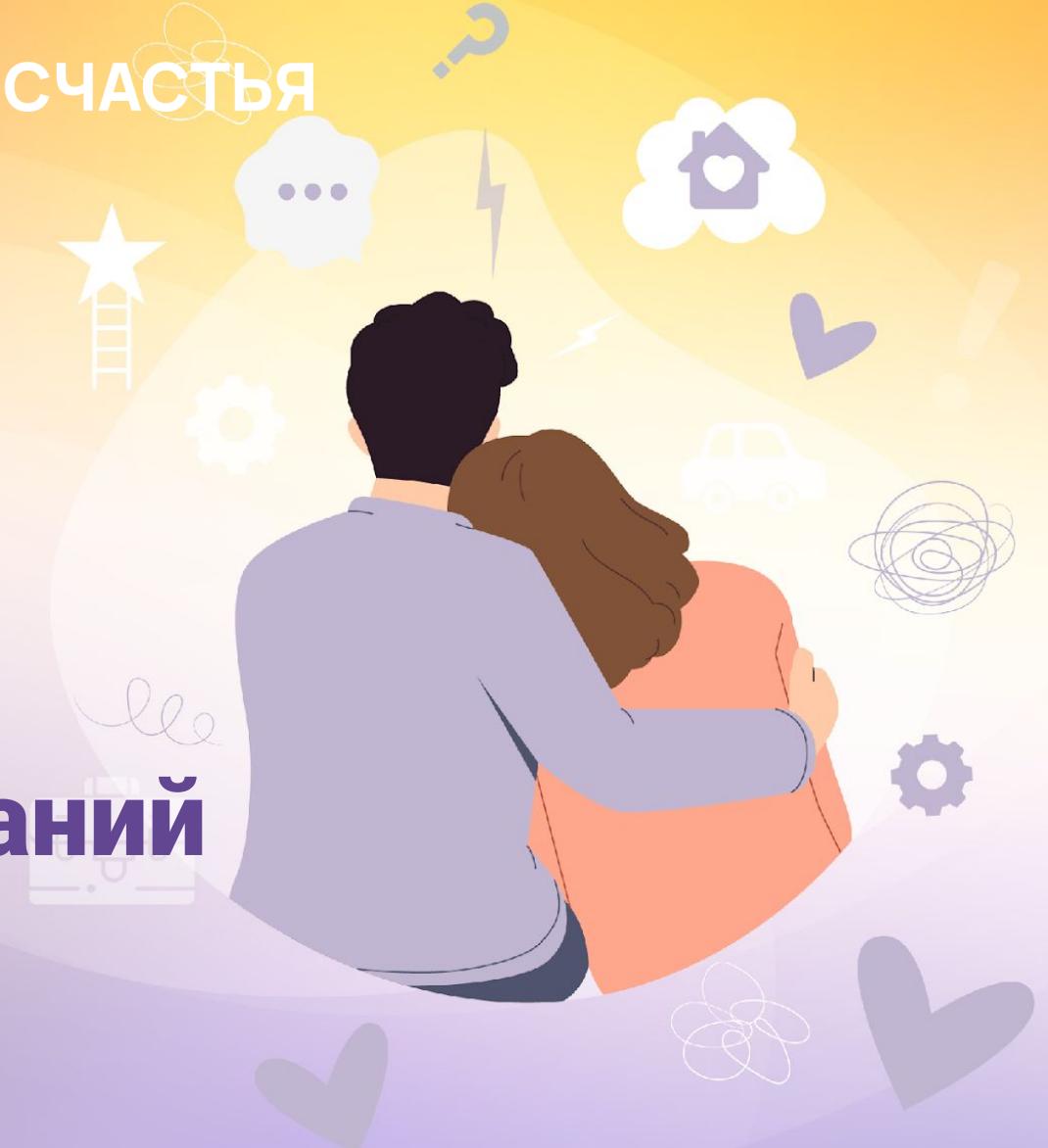


АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

**Семья без шаблонов:  
освобождаемся от ожиданий  
и стереотипов**

Светлана Елисеева





## Светлана Елисеева

- Психолог
- Гештальт-терапевт
- Системный семейный терапевт
- Специалист по психосоматике, кинезиолог
- Член Высшего экспертного совета кафедры "Интегративные технологии здоровья", спикер АНО Культура здоровья



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Семья.

Что означает это слово?

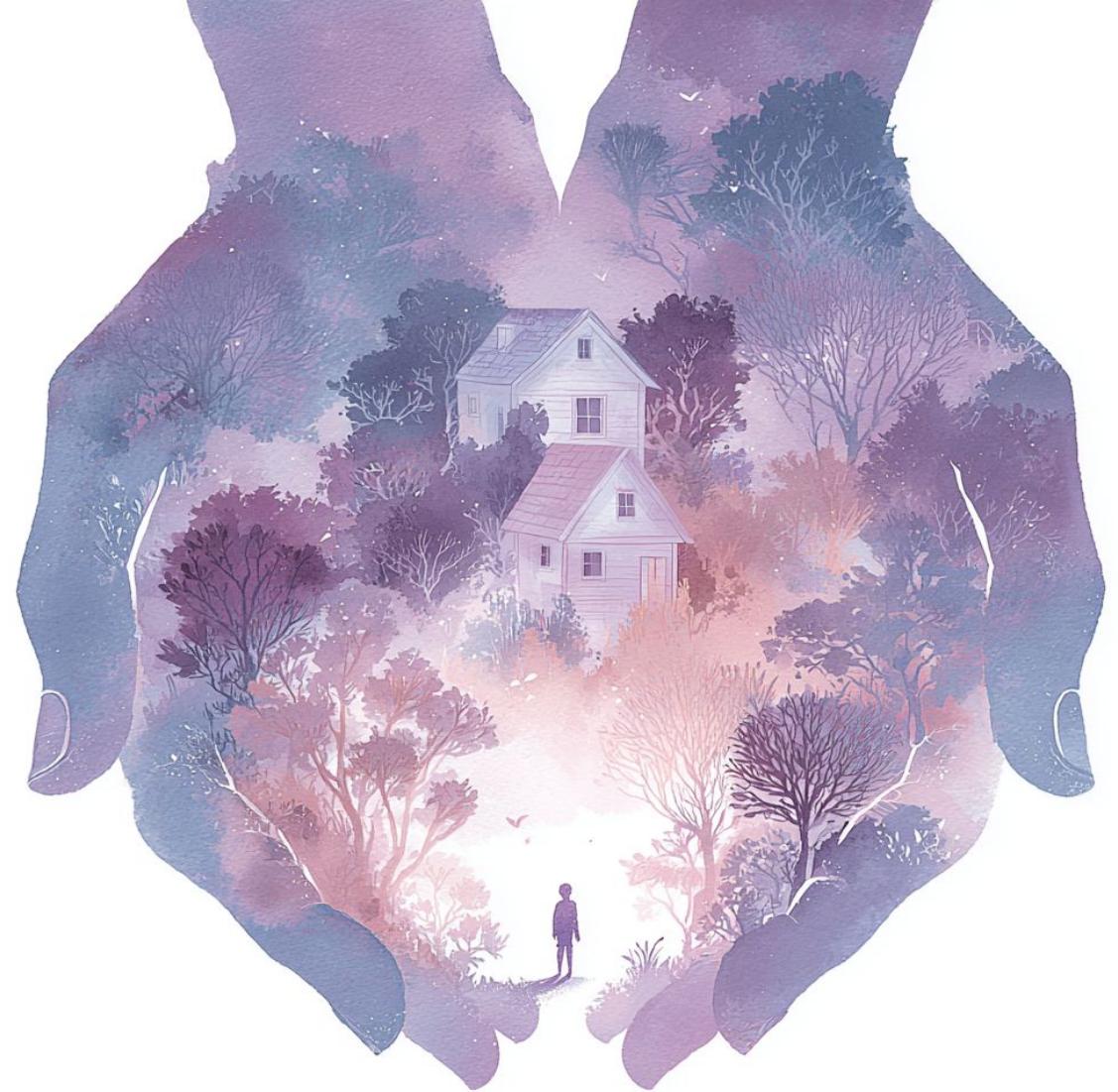


АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

**Семья.**

**Какие функции в жизни  
человека и общества  
выполняет семья?**



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Семья.  
Что я знаю о том, как  
должны люди жить в семье.  
Откуда я это узнал?



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

# Почему раньше было проще создать семью?

Бесконечно меняющийся мир отбирает у нас  
опору на традиции. Постоянные изменения  
могут стать опорой?



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Мы наполнены стереотипами и шаблонами. Это основа психического развития в обществе.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

**Важный стереотип.**  
Я борец и победитель!  
В начале было желание.

Мы ищем качества полноты  
жизни во вне себя.

Ищем того, кто достроит нас  
до ощущения целостности.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Жизнь из стереотипа,  
приводит к отсутствию  
контакта с человеком  
и с Миром.



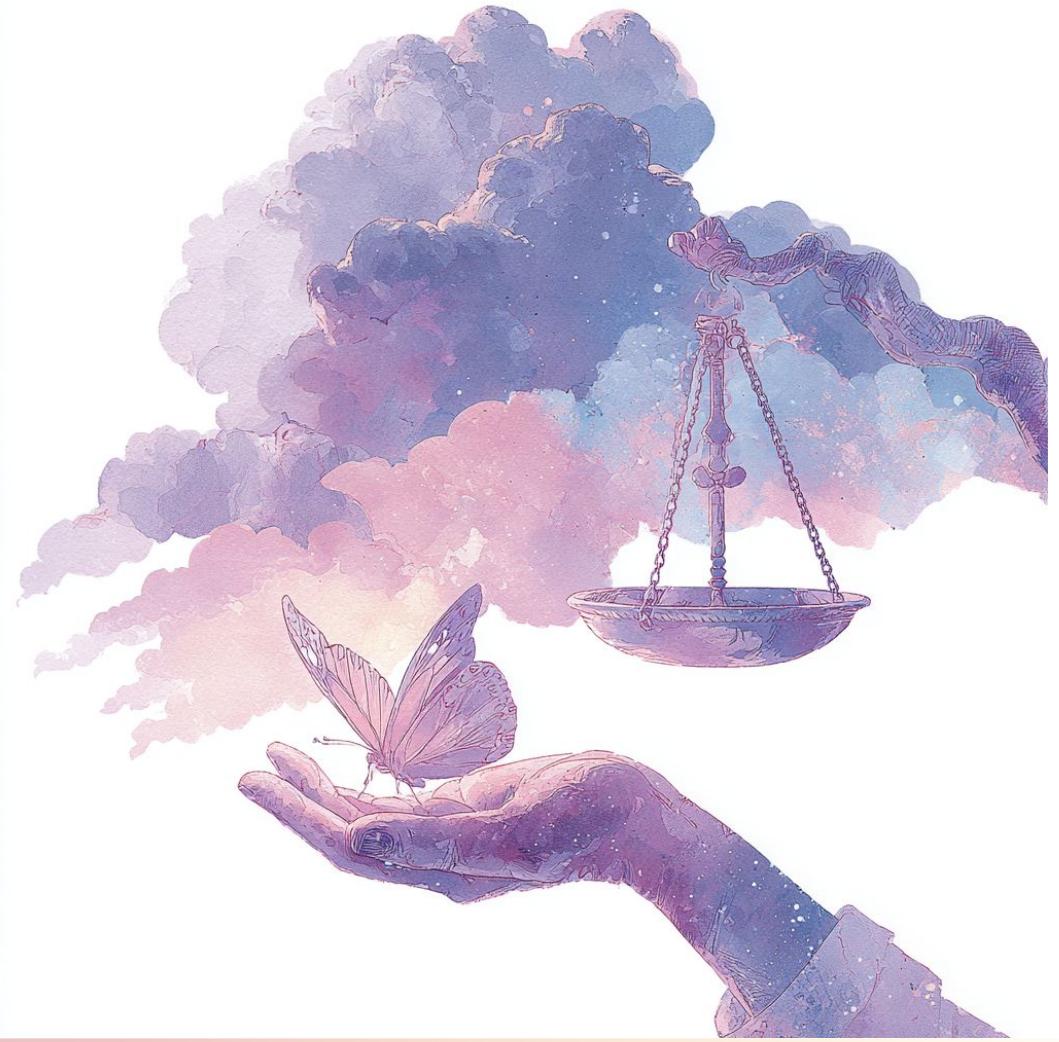
АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

**Изучение себя. Что мне подходит?  
Развитие способности чувствовать себя.**

**Уход от мотивации страхом  
и наказание.**

**Принятие интереса к жизни  
и опоры на свою внутреннюю  
гармонию.**



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Есть важная необходимость  
изучения своих  
собственных смыслов,  
вложенных в слова, именно  
смыслы строят реальность  
ваших жизни.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ

Отношение в семье –  
это парадоксальное сочетание  
традиций и личностной  
составляющей.

Задача – создать семью,  
соответствующую вашим  
собственным убеждениям и  
принципам.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

Преданность и защита своей  
близости в семье нужно  
воспринимать не как  
ограничения и вынужденную  
ситуацию, а как избранность.



АКАДЕМИЯ  
СОЦИАЛЬНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ  
**ФОРМУЛА СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ**

# Помнить в отношениях, что

- Отличаться друг от друга – это нормально
- Совершать ошибки – это нормально
- Проявлять эмоции – это нормально
- Хотеть большего – это нормально, а ценить то,  
что есть сейчас – это важная опора для будущего
- Выражать свое несогласие – это нормально

Не иди позади меня –  
возможно, я не поведу тебя.

Не иди впереди меня –  
возможно, я не последую за тобой.

Иди рядом со мной  
и мы будем одним целым.

# **Медитация «Я – дитя Великой матери Земли»**

страница эксперта

