

КРИТЕРИИ ЗДОРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОСЛЕ РАЗВОДА:

- супруги не «делят» детей;
- присутствует взаимное уважение: каждый из супругов в общении с детьми и остальными родственниками готовы говорить о другом хорошем («я хорошая, папа хороший, но мы не подошли друг другу»);
- каждый из супругов с готовностью вспоминает о приятных моментах прошлых супружеских отношений;
- каждый из бывших супругов берет на себя часть ответственности за то, что не сложилось, отдавая оставшуюся часть другому;
- каждый из них чувствует, что он мог бы создать новую семью.

СЕМЕЙНАЯ МЕДИАЦИЯ

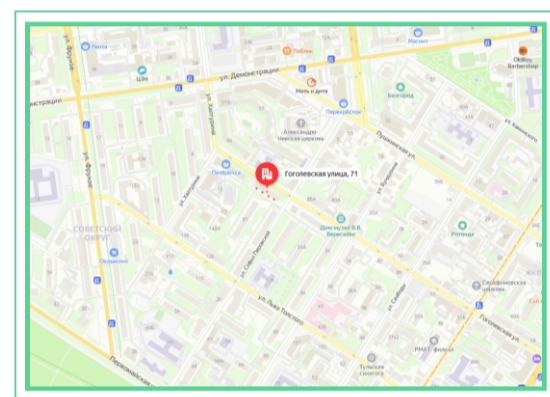
Медиация - это процесс урегулирования споров и конфликтов с участием нейтральной третьей стороны - медиатора.

Медиатор способствует созданию условий для конструктивного разрешения спора и сохранения отношений.

Если становится ясно, что брак сохранить невозможно, то при участии медиатора беседа о разводе пройдет в условиях минимального стресса и позволит выйти из него мирно, с учётом интересов всех сторон, в том числе и детей.

В ходе медиации участники сами ищут, обсуждают и формулируют возможные решения спорной ситуации и совместными усилиями приходят к соглашению.

Семейная медиация - это шанс для супругов сохранить брак или перенести развод менее болезненно, сохранив достоинство и конструктивные отношения между родителями в интересах детей.



РЕЖИМ РАБОТЫ
ПН-ПТ: с 8:00 до 20:00
Обед: с 13:00 до 13:48
СБ-ВС: выходной

Адрес: 300034, г. Тула, ул. Гоголевская, 71, ул. Демонстрации, д.11

Телефон/факс: 8 (4872) 56-55-30, 8 (4872) 56-83-99

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ: 8 (4872) 56-46-36

Email: obicentr@tularegion.ru

Сайт: www.kriziscentr71.ru

Вконтакте: vk.com/obicentr71

Телеграмм: https://t.me/msc_tula



Директор учреждения:
Щубинская Эвелина Борисовна

Единый номер семейной диспетчерской: 129

Министерство труда и социальной защиты Тульской области
Государственное учреждение Тульской области
«Семейный МФЦ «Мой семейный центр»



«БЫТЬ ВМЕСТЕ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ»
(выбор за вами)



Тула

Рекомендации для супругов

«БЫТЬ ВМЕСТЕ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ» (выбор за вами)

Трудности в общении часто возникают из-за низкой коммуникативной компетентности супругов и использования ими высказываний типа коммуникационных барьеров, затрудняющих процесс эффективного общения.

Типы неэффективных высказываний включают в себя:

приказания, прямое инструктирование
предостережения, угрозы
нотации, морализаторство
советы и разъяснения
логическую аргументацию
прямую негативную оценку
высмеивание, навешивание ярлыков
интерпретацию поведения, постановку диагноза
расследование, допрос
утешение, успокаивание
отвлечение внимания, уход от проблемы

Если трудности общения приобретают хронический характер, возникает так называемая коммуникативная проблема, связанная с неадекватным способом передачи информации, то возникает **конфликт**.

Конфликт - это неотъемлемый атрибут семейной жизни. Независимо от того, насколько счастливыми являются супруги в браке, всегда найдется повод для столкновения интересов, противостояния сторон.

Рекомендации для супругов

Конфликт - это стимул к изменениям, это вызов, требующий творческой реакции. Ценность конфликтов в том, что они предотвращают окостенение системы, открывают дорогу изменениям. Причин для возникновения конфликтных ситуаций существует огромное количество. Но основной причиной чаще всего является обычное несоответствие интересов - **разногласие**.

Чтобы разногласие не переросло в семейный скандал, в неприязнь и ненависть, нужны всего лишь привычки мирного разрешения конфликтных ситуаций - соответствующие стереотипы мышления и поведения - и отсутствие эгоизма, который всегда мешает нахождению общего решения. В любом случае супругам не следует забывать о том, что разрушить брак легко, а создать новую, да притом еще и счастливую семью удается не всем и не всегда.



Рекомендации для супругов

СОВЕТЫ КОНФЛИКТУЮЩИМ СУПРУГАМ

- 1 **никогда не нужно начинать разговор со своим супругом с прямого доказательства своей правоты, с навешивания ему своей точки зрения. Сначала необходимо выслушать другого человека и попытаться его понять**
- 1 **говоря что-то собеседнику, необходимо следить за его реакциями, добиваться согласия, понимания, подтверждения с его стороны того, что ему говорят**
- 1 **не стремитесь продолжать что-либо доказывать или в чем-либо убеждать собеседника после того, как он уже стал понимать вашу точку зрения**
- 1 **важно также предоставить собеседнику возможность поразмыслить и принять самостоятельное решение**
- 1 **убедить супруга следует лишь путем обращения к тем фактам, которые он признает, и к той же логике доказательства, которая для него является убедительной**
- 1 **Следует помнить о том, что доброжелательный тон, уважительное и внимательное отношение к собеседнику способствуют установлению согласия.**

