

Признаки здоровой семьи

по Вирджинии Сатир



Здоровыми считаются семьи, в которых:

- каждый член воспринимается как равный другим;
- доверие, честность и открытость являются существенными;
- внутрисемейное общение является конгруэнтным;
- члены семьи поддерживают друг друга;
- каждый член несёт свою часть ответственности за семью в целом;

- члены семьи отдыхают, получают удовольствие и радуются вместе;
- существенное место занимают традиции и ритуалы;
- члены семьи принимают особенности и уникальность каждого из них;
- уважается право на приватность (на наличие личного пространства, на неприкосновенность частной жизни);
- чувства каждого члена принимаются и прорабатываются.

***Я хочу любить тебя, но не держать
тебя.***

Я хочу ценить тебя без рассуждений.

***Я хочу присоединиться к тебе, но не
вторгаться в тебя.***

Я хочу просить, но не требовать.

***Я хочу помогать, но не упрекать в
неуменши.***

***Если мы оба будем хотеть этого, то
мы можем встретиться.***