

СЕПАРАЦИЯ ОТ РОДИТЕЛЕЙ

СЕПАРАЦИЯ -
ПОСТЕПЕННЫЙ ПРОЦЕСС
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ОТДЕЛЕНИЯ ОТ РОДИТЕЛЕЙ.

ЕСЛИ ОТДЕЛЕНИЕ БЫЛО
ПРОЙДЕНО **ВОВРЕМЯ** И
ПОЛНОЦЕННО, ТО
ЧЕЛОВЕК ЧУВСТВУЕТ
СЕБЯ **НЕЗАВИСИМЫМ НА**
ВСЕХ УРОВНЯХ.

1) НА ЭМОЦИОНАЛЬНОМ. ВЫ
ЗНАЕТЕ, ЧТО ВАШИ ЧУВСТВА И
ЭМОЦИИ МОГУТ НЕ СОВПАДАТЬ С
РОДИТЕЛЬСКИМИ. ВЫ ПРИНИМАЕТЕ
СВОЮ ИСТОРИЮ ДЕТСТВА - НЕ
ЧУВСТВУЕТЕ ВИНУ ИЛИ ОБИДУ. НЕ
НУЖДАЕТЕСЬ В ОДОБРЕНИИ СВОИХ
ДЕЙСТВИЙ.

2) НА ФУНКЦИОНАЛЬНОМ. ВЫ
СПОСОБНЫ ПОЗАБОТИТЬСЯ О СЕБЕ
В ФИЗИЧЕСКОМ СМЫСЛЕ,
МАТЕРИАЛЬНО НЕ ЗАВИСИТЕ ОТ
РОДИТЕЛЕЙ.

3) НА ЦЕННОСТНОМ. У ВАС СФОРМИРОВАНА СОБСТВЕННАЯ КАРТИНА МИРА, И ОНА МОЖЕТ ОТЛИЧАТЬСЯ ОТ РОДИТЕЛЬСКОЙ. НЕТ ЖЕЛАНИЯ ДЕМОНСТРАТИВНО ЖИТЬ ИНАЧЕ.

4) НА КОНФЛИКТНОМ. ВЫ НЕ БОИТЕСЬ ОТСТАИВАТЬ СВОЮ ТОЧКУ ЗРЕНИЯ И НЕ СОГЛАШАТЬСЯ С РОДИТЕЛЯМИ. ПРИ НЕСОГЛАСИИ РОДИТЕЛЕЙ СПОСОБНЫ СПРАВИТЬСЯ С ЧУВСТВОМ ВИНЫ И ОСТАТЬСЯ ПРИ СВОЕМ МНЕНИИ.

ПРИЗНАКИ НЕЗАКОНЧЕННОЙ СЕПАРАЦИИ:

- 1) ВЫ **ЖИВЕТЕ** С РОДИТЕЛЯМИ;
- 2) ВЫ ФИНАНСОВО **ЗАВИСИТЕ** ОТ НИХ;
- 3) ВЫ ЧАСТО **СОЗВАНИВАЕТЕСЬ** С НИМИ, А ЕСЛИ НЕТ - ЧУВСТВУЕТЕ ТРЕВОГУ;
- 4) ВАЖНЫЕ РЕШЕНИЯ ПРИНИМАЕТЕ **ТОЛЬКО ПОСЛЕ СОГЛАСОВАНИЯ** С РОДИТЕЛЯМИ;
- 5) ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ **ОБИДУ**, ПРОКРУЧИВАЕТЕ ДЕТСКИЕ ИСТОРИИ, ЖЕЛАЕТЕ ЧТО-ТО **ДОКАЗАТЬ**;

ПРИЗНАКИ НЕЗАКОНЧЕННОЙ СЕПАРАЦИИ:

- 6) ВАМ СЛОЖНО ОЩУЩАТЬ СВОИ ГРАНИЦЫ, ПОЭТОМУ **САМООЦЕНКА НЕУСТОЙЧИВА** И ЗАВИСИТ ОТ ОКРУЖАЮЩИХ;
- 7) ВАМ **ТРУДНО ОТСТАИВАТЬ** СВОЕ МНЕНИЕ;
- 8) **СЦЕНАРИИ** ИЗ РОДИТЕЛЬСКОЙ СЕМЬИ **ПОВТОРЯЮТСЯ** В ВАШЕЙ ЖИЗНИ;
- 9) ВАМ ХОЧЕТСЯ **УЕХАТЬ** КАК МОЖНО **ДАЛЬШЕ** ОТ РОДИТЕЛЕЙ.

ПОЧЕМУ СЕПАРАЦИЯ НЕОБХОДИМА?

ОНА ПРИВОДИТ К **СПОСОБНОСТИ ОТЛИЧАТЬ СЕБЯ**, СВОИ ЧУВСТВА И ЖЕЛАНИЯ ОТ ДРУГИХ, ПОНИМАТЬ, ЧТО ПРИНАДЛЕЖИТ ВАМ, А ЧТО - РОДИТЕЛЮ ИЛИ ПАРТНЕРУ. ПОСЛЕ СЕПАРАЦИИ ВНУТРИ ВОЗНИКАЕТ ПСИХИЧЕСКОЕ ПРОСТРАНСТВО, ПОЗВОЛЯЮЩЕЕ **ПРИНИМАТЬ И ЛЮБИТЬ СЕБЯ.**