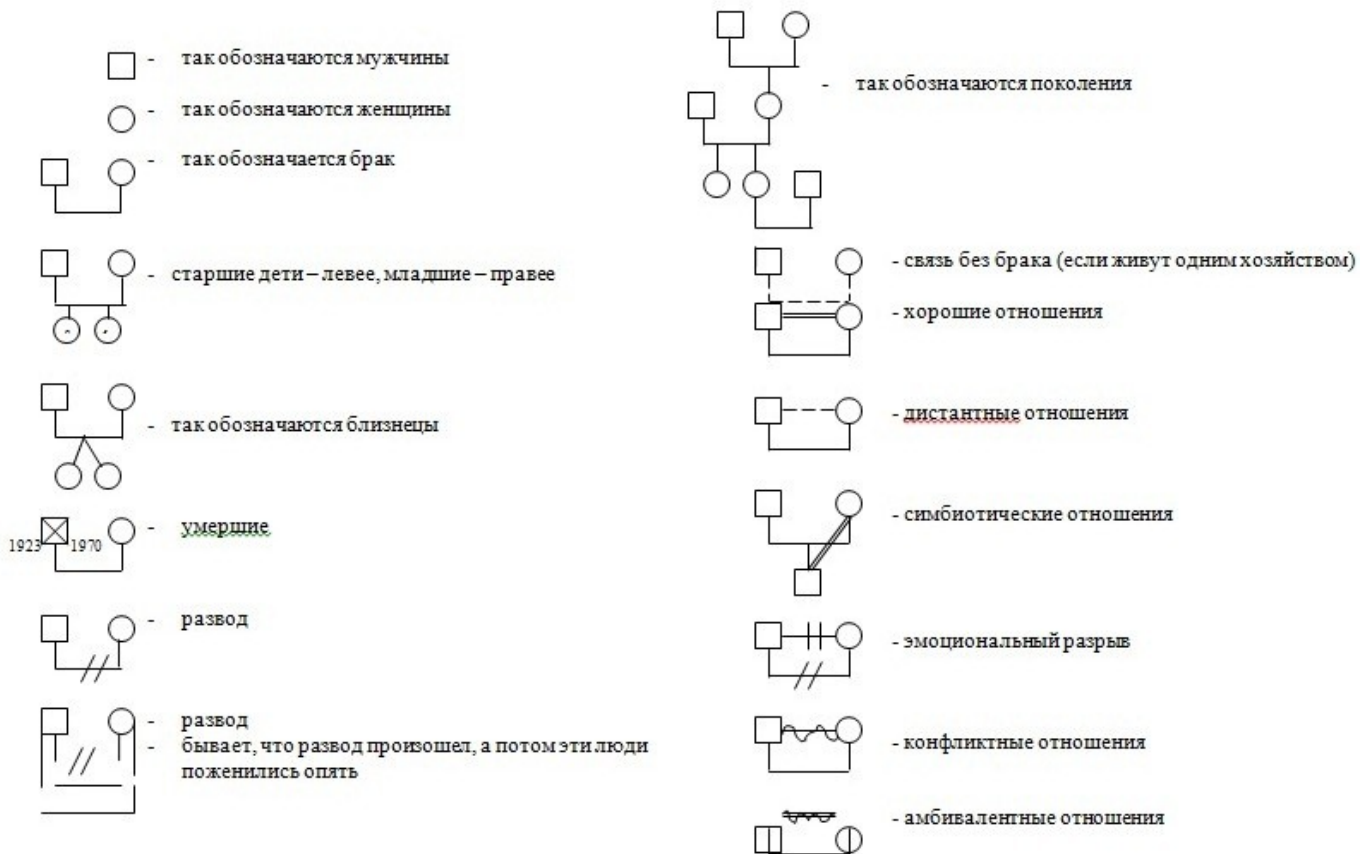


## ГЕНОГРАММА

Многие стереотипы и особенности поведения воспроизводятся в поколениях. Есть определенные закономерности, которые почти всегда воспроизводятся.

Генограмма позволяет узнать дополнительную информацию о семейной истории и правильно ее записать.



В генограмме указываются: имена, пол, возраст, даты рождения и смертей, а также важные события в жизни семьи (переезды, решительные изменения образа жизни, насильственные смерти, аресты, заболевания, изменившие образ жизни семьи и ее членов и пр.).

- Технология:
- генограмма составляется совместно с семьей во время посещения;
- генограмма рисуется по направлению снизу-вверх, начиная с самых младших членов семьи,
- дети в семье рисуются слева направо от самого старшего к младшему, внутри фигуры указывается имя и возраст,
- если пол, возраст дальних предков или родственников неизвестен, то рисуются палочки в соответствующем количестве без чисел,
- в ходе прояснения истории семьи значительные факты и события записываются на полях.

- Важно:
- сколько людей клиент хочет включить в свою генограмму – диагностический признак.
- уровень дифференциации (степень эмоциональной независимости и самодостаточности людей, составляющих семью. Чем более высок уровень дифференцированности, тем более функциональна семья).

Многие стереотипы поведения воспроизводятся в поколениях. Многие закономерности взаимодействия воспроизводятся в поколениях. С помощью генограммы можно узнать семейную историю и правильно ее записать. Ее придумал Мюррей Боуэн. Всем было бы полезно составить генограмму своей семьи.

**Симбиотические отношения** – это очень близкие отношения с выраженной эмоциональной зависимостью людей друг от друга. При увеличении межличностной дистанции у этих людей растет тревога. Дети-симбиотики с трудом переносят даже кратковременную разлуку с близким взрослым. Симптоматическое поведение в этих случаях возникает тогда, когда возникает любая угроза разрушения близости.

**Дистантные отношения** – это когда люди говорят друг другу «здравствуйте – до свидания», а все остальное они говорят другим людям.

**Эмоциональный разрыв** – люди не общаются друг с другом после того, как у них был период конфликтов.

**Конфликтные отношения** – отношения сохраняются, но сопровождаются конфликтами и короткими периодами перемирий.

**Амбивалентные отношения** – люди испытывают друг к другу сильные противоречивые чувства: любовь и ненависть в одно и то же время, гнев и вину, стыд и ярость. Как правило, такие отношения сопровождаются периодами конфликтов и периодами близких отношений.

В генограмме на полях указываются имена, даты рождения и смертей, а также важные события в жизни семьи (переезды, решительные изменения образа жизни, насильственные смерти, аресты, какое-то хроническое заболевание, которое потом резко меняет жизнь). Если какой-то член семьи является родоначальником семейной легенды – это важно. Если пол ваших дальних предков или родственников известен – хорошо, если нет – рисуются только палочки в соответствующем количестве.

Сколько людей вы хотите включить в вашу генограмму – это тоже диагностический признак. Захотелось включить много людей, значит, этому есть причины, а что за причины – надо разбираться по ходу дела.

Семейная история дает возможность узнать определенные стереотипы и особенности, которые повторяются из поколения в поколение. Есть определенные закономерности, которые почти всегда воспроизводятся. Например, уровень дифференциации. Это понятие было введено Мюрреем Боуэном и означает оно степень эмоциональной независимости и самодостаточности людей, составляющих семью. Чем более высок уровень дифференцированности, тем более функциональна семья.