

УДК615.8
ББК 53.57
С27

А

Сатир, Вирджиния

С27 Вы и Ваша семья. Руководство по личностному росту [Электронный ресурс] / В. Сатир ; пер. с англ. — Эл. изд. — Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 287 с.). — М. : Институт общегуманитарных исследований, 2016. — (Современная психология: теория и практика). — Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10".

ISBN 978-5-94193-890-2

Книга основоположницы семейного консультирования В. Сатир посвящена актуальнейшей теме — семье и внутрисемейным отношениям. Что происходит в семье, когда торжественное бракосочетание далеко позади, и наступают будни, когда каждый день лицом к лицу (или спина к спине) муж и жена, родители и дети. Это скучно? тяжело? никак? Можно ли что-то изменить и как это сделать — обо всем этом увлекательно с тонким и добрым юмором, а главное, с верой в желание и способность человека к личностному росту написано в этой книге. Рекомендуются не только профессионалам, но и всем тем, кто стремится собственными силами сделать свою семью счастливой.

УДК 615.8
ББК 53.57

Деривативное электронное издание на основе печатного издания:
Вы и Ваша семья. Руководство по личностному росту / В. Сатир ; пер. с англ. — Изд. 2-е, испр. — М. : Апрель-Пресс, Институт общегуманитарных исследований, 2015. — 288 с. — (Современная психология: теория и практика). — ISBN 978-5-88230-204-6.

В соответствии со ст. 1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации.

ISBN 978-5-94193-890-2

© Издательство «Институт
общегуманитарных
исследований», 2015

А

Содержание

Предисловие	5
Пролог	7
Благодарности	9
Вступление	11
1. На что похожа ваша семья?	19
2. Самооценка — котелок, в который никто не заглядывает	29
3. Общение: как говорить и как слушать	39
4. Модели общения	65
5. Игры для развития общения	83
6. Правила, по которым вы живете	97
7. Системы: открытые и закрытые	111
8. Супружеская пара	121
9. Карта вашей семьи	137
11. Взаимодействие внутрибольшой семьи	149
12. Смешанные семьи и семьи с одним родителем	161
13. Проектирование семьи. Ваша модель отношений	181
14. Необходимые составляющие семейной жизни	207
15. Семейная инженерия	231
16. Семья и родственники	253
17. Семья и общество	265
18. Семья будущего	273