

Vsebina

Uvod k dopolnjeni izdaji • 11

Uvod • 15

1 Družina • 21

1.1 Sistemsko razumevanje družine • 21

1.2 Navezanost in pripadnost družinskih članov • 23

1.3 Družina ima spomin • 24

2 Razvoj družine • 27

2.1 Teorija diferenciacije • 27

2.2 Razvojna obdobja družine • 32

2.3 Ovire v razvoju družine • 35

2.3.1 Konflikt kot vzdrževalec družinskega ravnovesja • 36

2.3.2 Družinska projekcijska identifikacija • 38

2.3.3 Čustveni trikotnik • 42

2.3.4 Simptomatika posameznika je sistemski produkt • 44

2.3.5 Odvisnost ali distanca • 46

3 Odhod od doma: postati odrasla oseba – prvo razvojno obdobje družine • 49

3.1 Čustveno slovo od izvorne družine
in sprememba odnosa s starši • 51

3.2 Oblikovanje občutka lastne identitete, avtonomije • 52

3.3 Oblikovanje intimnih odnosov z vrstniki • 53

3.3.1 Organska intimnost • 54

3.3.2 Čustvena intimnost • 56

3.3.3 Kognitivna intimnost • 56

3.4 Oblikovanje učinkovitih strategij spoprijemanja s stresom • 58

3.4.1 Relacijski strah • 60

3.4.2 Relacijska travma • 63

3.4.3 Samozavedanje in stres • 65

4 Partnerski odnos – drugo razvojno obdobje družine • 69

4.1 Oblikovanje partnerskega odnosa in partnerske vloge • 70

4.2 Vzpostavljanje navezanosti v odnosu • 74

4.2.1 Teorija navezanosti • 74

4.2.2 Sodobna izhodišča teorije navezanosti • 80

4.2.3 Navezanost v odraslih odnosih • 85

4.3 Oblikovanje medosebne identitete • 92

4.4 Definicija mej znotraj in zunaj partnerskega odnosa • 94

4.5 Vzdrževanje čustvene klime v partnerskem odnosu • 97

4.5.1 Komunikacija v odnosu • 98

4.5.2 Razreševanje konfliktov v odnosu • 102

5 Družina z otroki – tretje razvojno obdobje družine • 109

5.1 Družina z majhnimi otroki • 110

5.1.1 Oblikovanje starševske vloge • 110

5.1.1.1 *Materinstvo* • 111

5.1.1.2 *Očetovstvo* • 113

5.1.2 Prenos pozornosti na otroški podsistem • 116

5.1.3 Obvladovanje ranljivosti v družinskem sistemu • 120

5.1.3.1 *Čustveni prostor za otroke* • 121

5.1.3.2 *Regulacija otrokovih čustev* • 121

5.1.3.3 *Čustvena regulacija v luči interpersonalne nevrobiologije* • 128

5.1.4 Obvladovanje vzgojnih nalog • 132

5.1.4.1 *Slogi starševstva* • 137

5.1.4.2 *Determinante starševskega sloga* • 141

5.1.4.3 *Sodelovanje staršev pri vzgojnih nalogah* • 143

5.1.4.4 *Sodobni koncepti vzgoje* • 145

5.2 Družina z mladostnikom • 149

5.2.1 Sprememba v odnosu otrok-starši:

ohranjati stik kljub razvoju avtonomije • 152

5.2.2 Fleksibilna regulacija čustev • 155

5.2.3 Vzgajati mladostnika: omogočanje avtonomije,
vzdrževanje mej in ohranjanje stika • 164

5.2.4 Omogočiti mladostniku odnos z vrstniki • 169

6 Odhajajoči otroci – četrto razvojno obdobje družine • 173

6.1 Sprejetje odhodov družinskih članov

in čustveno slovo otrok • 174

6.2 Preoblikovanje starševske vloge • 178

6.3 Doseganje zrelosti in skrb za partnerski odnos • 180

7 Partnerski odnos v pozni odraslosti – peto razvojno obdobje družine • 185

7.1 Soočanje s končanjem službene kariere
in fizičnimi spremembami zaradi staranja • 186

7.2 Oblikovanje vloge starih staršev • 189

7.3 Prenos avtoritete na mlajšo generacijo • 192

7.4 Soočanje z izgubami • 198

7.4.1 Odziv družine na smrt družinskega člana • 201

7.4.2 Nerazrešena izguba • 204

Sklep • 208

Literatura • 212