



Ивайло Тинчев

Християнин, съпруг, баща, за живота и за брака, десен, собственик на IT и консултантски бизнес и уеб разработчик.



2013



2015



2018

ЗАПАЗВАНЕ И ИЗГРАЖДАНЕ НА БРАКА И СЕМЕЙСТВОТО

Посвещение далеч отвъд договора –
силата на завета в съвременния свят



→ БРАКЪТ Е ЛЮБОВ С ПОСВЕЩЕНИЕ

Първо се случва в сърцето и след това се формализира

**„Същинското сключване на брак
се случва в сърцето, а не в ритуалната зала,
в църквата или в синагогата.“**

Барбара де Анджелис

**Известен американски психолог
и експерт по връзките**

→ БРАКЪТ – ФУНДАМЕНТ ИЛИ ОТЖИВЕЛИЦА?

Нуждата от здрави брак и семейство в 21-ви век

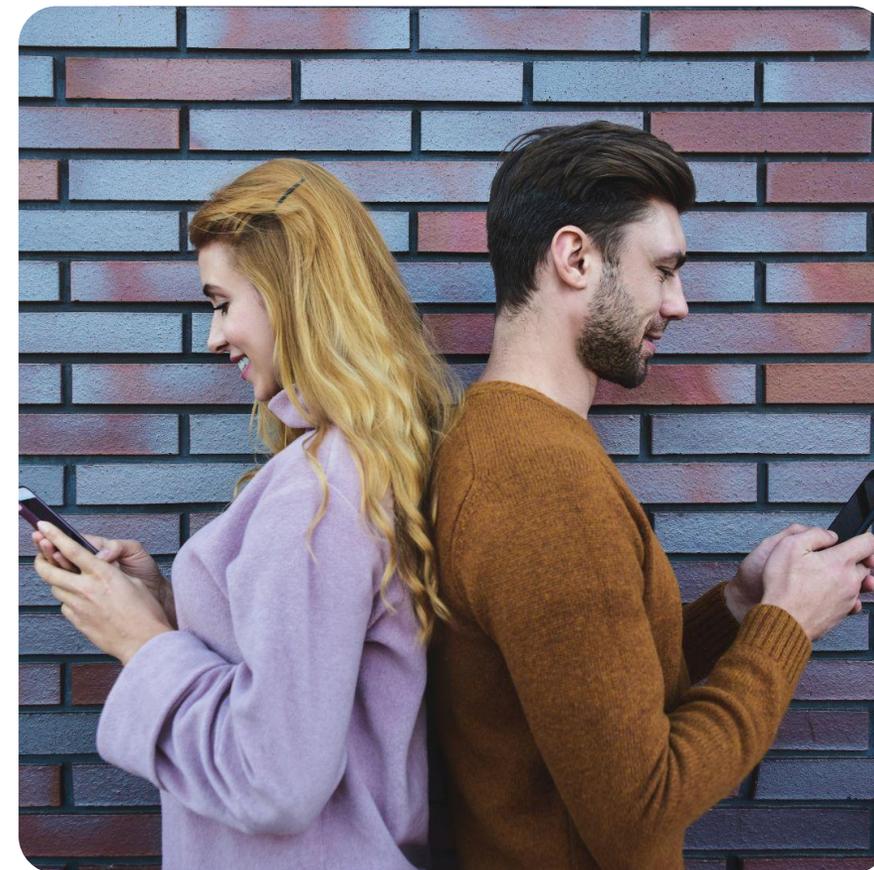
- **Бракът е отхвърлян, но незаменим**
Той е бил и остава най-мощната форма на партньорство между мъжа и жената.
- **Бракът е атакуван, но доказал се**
Той носи живот и стабилност в този свят на постоянни промени и предизвикателства.
- **Бракът е подценяван, но с потенциал**
Той може да изключително успешен, само когато е установен и изграждан правилно.



→ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВАТА НА МОДЕРНАТА ЕПОХА

Запазване на целостта в ерата на „бързата замяна“

- **Културата на консуматорство**
Натискът на средата да търсим „новото“, вместо да пазим и поправяме „старото“.
- **Повече стрес и кариеризъм**
Предизвикателството да балансираме между кариера, родителство и партньорство.
- **Дигиталната изолация**
Технологии, които създават илюзия за връзки, докато ограбват реалните взаимоотношения.



→ ОСНОВАТА: БРАКЪТ Е ЗАВЕТ, А НЕ ДОГОВОР

Сключването на брак не е „просто подпис“ на лист хартия

- **Договорът е условен**
Той е сделка, която може да се разваля при разочарование. („Аз давам, ако ти дадеш“)
- **Заветът е безусловен**
Той е обещание за вярност и подкрепа, независимо от обстоятелствата.
- **Психологическа котва**
Заветът създава сигурната среда, в която можем да бъдем каквито сме и да растем.



→ ИЗГРАЖДАНЕ НА ОБЩА ВИЗИЯ „НИЕ“

Двамата стават неделимо едно, без да губят себе си

- **Общи ценности и цели**
Не просто съжителство, а споделяне на принципи в морала, финансите и бъдещето.
- **Отделни личности в партньорство**
Даване на подкрепа на индивидуалността на партньора в рамките на общото цяло.
- **Триъгълникът на любовта**
Баланс между интимност, страст и решение/ангажираност – Теория на Щернберг.



→ **ИМА ЛИ ЩАСТЛИВ БРАК И КАК СЕ ПОСТИГА?**

Някои твърдят, че той е стечение на обстоятелствата, случайност и мистерия

**„Успешният брак изисква да се влюбваме
много пъти все в един и същи човек.“**

Миньон Маклафлин

Американска журналистка и автор на афоризми,
публикувани в средата на 20-ти век.

→ КОМУНИКАЦИЯ ОТВЪД ЕЖЕДНЕВНИТЕ ФРАЗИ

Честите и честни разговори не са опция

- **Активно слушане**

Умението да чуеш, не за да отговаряш, и не само думите, но и нуждите, скрити зад тях.

- **Споделяне без страх**

Осигуряване на среда, където всеки може да каже какво мисли без да бъде обвиняван.

- **Отказ от премълчаване**

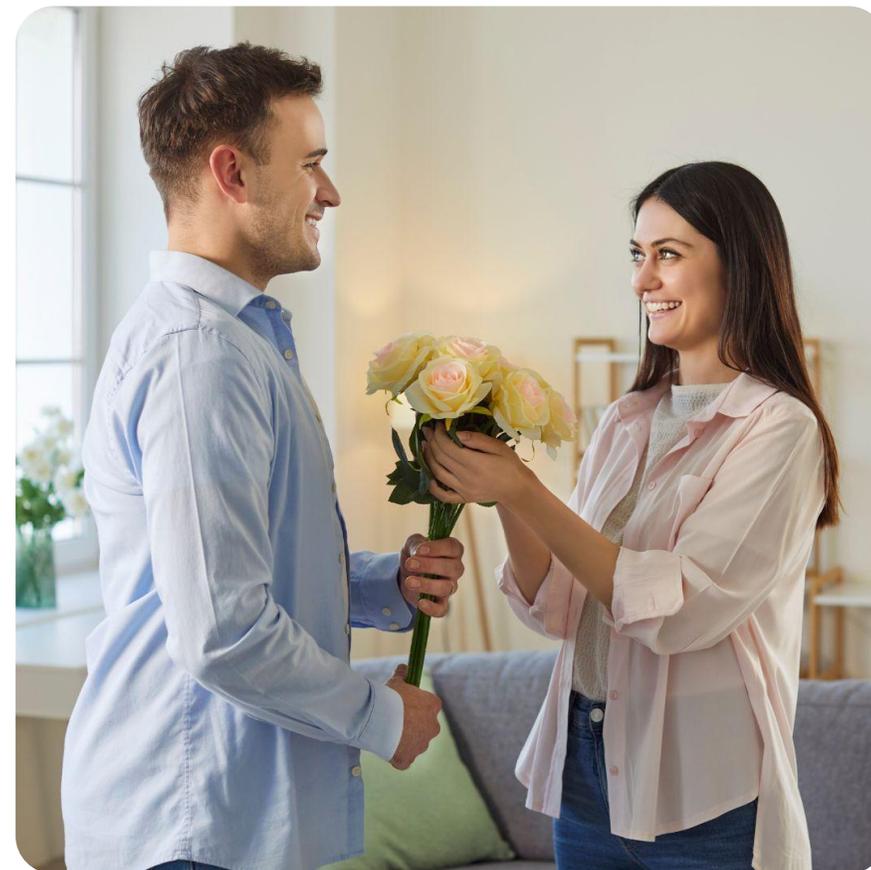
Само мислите, последвани от споделяне и действия водят решение на всеки проблем.



→ ЕМОЦИОНАЛНА ЗАДОВОЛЕНОСТ

Инвестиции в ежедневната близост

- **Позитивизъм и креативност**
Критиката и скандалите не помагат, но конкретните предложения и действия.
- **Споделяне на любовта**
Разпознаване на начините, по които партньорът разбира, че е обичан.
- **Малките жестове**
Дребните актове на внимание поддържат и подобряват състоянието на връзката.



→ СПЕЦИАЛНИ СЕМЕЙНИ ДЕЙНОСТИ

Малките случки, които правят голямата история

- **Общи ежедневни дейности**
Закуска, обед или вечеря заедно; пазаруване, спортуване или разходка заедно; и други.
- **Време само за двамата**
Време извън дома и без децата, където обстановката е по-лична и по-интимна.
- **Собствени семейни празници**
Традиции и обичаи, които харесвате заедно и които укрепват чувството за принадлежност.



→ ЗДРАВΟΣЛОВНИЯТ БАЛАНС В БРАКА С ДЕЦА

Родителството е плод на любовта, а не неин заместител

- **В центъра винаги е бракът, а не децата**
Здравата връзка между родителите е най-добрият подарък за техните деца.
- **Родителите са заедно в полза на децата**
Единството и взаимната подкрепа във връзка с възпитанието на децата са много важни.
- **Трябва надграждане, а не замяна на ролите**
Роли на „майка“ и „баща“ не бива да заменят важността на ролите „мъж“ и „жена“.



→ ПРОШКАТА КАТО ИНСТРУМЕНТ НА ЛЮБОВТА

Справянето с кризите в брака става само в екип

- **Конфликтът като ресурс**

Несъгласията могат да се използват за по-добро разбиране, опознаване и развитие.

- **Прошката лекува**

Може да освободи от натрупаните отхвърляне, гняв и горчивина в миналото.

- **Не всички битки си заслужават**

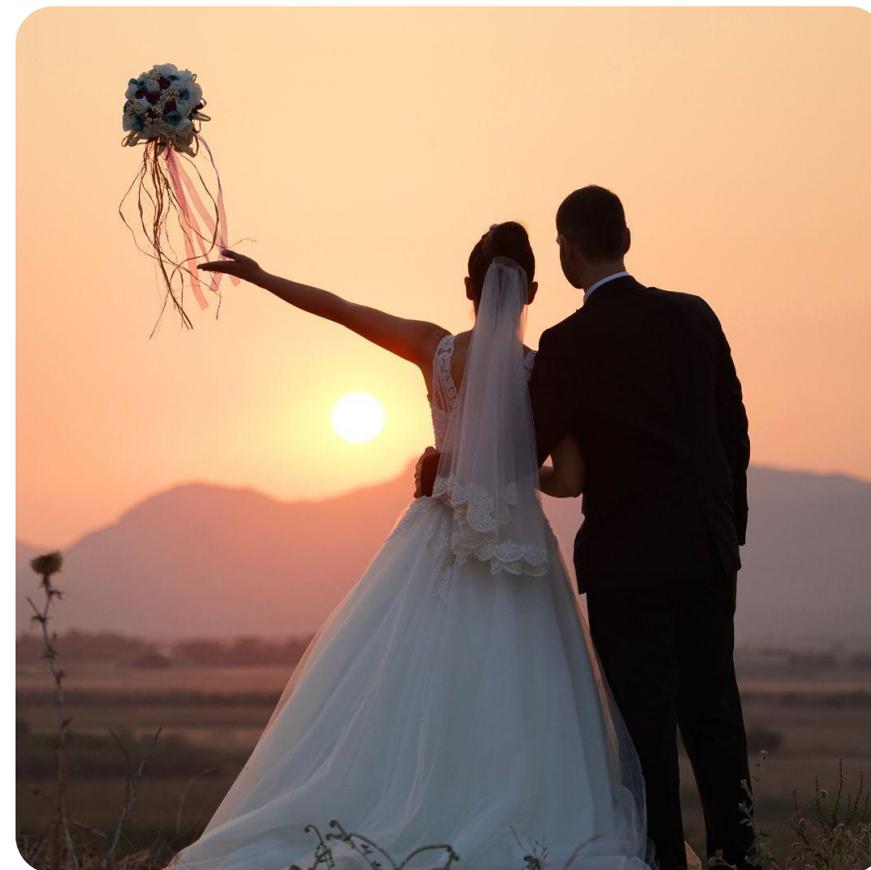
Умението да поставим мира и любовта над егото и желанието да сме „прави“.



→ НАСЛЕДСТВОТО НА ЗАВЕТА

Не е нужно бракът да бъде променян, а самите ние

- **Бракът е школа за характера**
Бракът ни учи на най-висшите добродетели – безусловна любов, търпение и саможертва.
- **Бракът запазва личността и обществото**
Бракът не е само най-добра среда за мъжа, жената и децата, а и основа на обществото.
- **Бракът се запазва и изгражда от нас**
Всеки трябва да вземе решение да гледа сериозно, а не лековато, на брачния за завет.



→ **ИМА ЛИ ЩАСТЛИВ БРАК И КАК СЕ ПОСТИГА?**

Някои твърдят, че той е стечение на обстоятелствата, случайност и мистерия

**„Тайната на щастливия брак
остава тайна.“**

Хенри Янгмен

**Популярен американски комик,
известен със своите кратки шеги**

→ **ДА, МОЖЕ ДА ИМА ЩАСТЛИВ БРАК**

Това зависи от теб спазването на твоя завет на вярност и посвещение

„Бракът е щастлив, когато целта на всеки от заветните партньори е щастието на другия.“

Ивайло Тинчев

**Непознат презентатор по време на събитие
във връзка със „Седмица на брака“**

ВЪПРОСИ И ОТГОВОРИ

www.family.bg

/fb /ig /tr /x /li /tt /yt

www.tinchev.com

/fb /ig /tr /x /li /tt /yt