**МКУК г-к Кисловодска «ЦБС» 18 +**

 **Библиотека-филиал № 5**





**Кисловодск, 2017 г.**

***Рождение первенца — проверка семьи на крепость, связанная со значительным изменением взаимоотношений. Пара учится меньше думать о себе, проявляя больше любви, понимания, терпения и милосердия к самым близким людям. Все это делает семью лучше и прочнее.***

Появление ребенка в семье это радостное и важное событие. Семьи создаются ради продолжения рода.

В каждой молодой семье рано или поздно родится малыш, которого молодые родители будут воспитывать. Но с другой стороны после рождения ребенка могут возникнуть проблемы и трудности, которых раньше не существовало. Это инвестиция своего времени, вложение своих финансовых ресурсов и, в свою же очередь, внимание ребенку.

Теоретически вроде бы все понятно, но на практике получается, куда все сложнее.

Дети – это чувствительные натуры и хорошо чувствуют родительскую любовь. И зачастую бывает такое, что молодая семья после рождения первого ребенка еще не нагулялась и больше времени уделяет себе, своим желаниям и потребностям, тем самым лишая ребенка любви.

Ребенок - это не игрушка, а тоже живой организм, который хочет внимания, любви и ласки. И чтобы взять на себя такую ответственность, нужно быть подготовленным и иметь определенный фундамент.

***Основные проблемы***  молодых семей, связанные с появлением первого ребенка:

* Выбор собственного стиля поведения по отношению к ребенку. Супруги зачастую оказываются в ситуации неопределенности, предоставляющей широкие возможности для переживания чувства вины, страха, неуверенности в себе.
* Сложность распределения обязанностей между супругами по отношению к новому члену семьи. Естественное изменение в распределении супружеских ролей в этой ситуации — сдвиг их в сторону более традиционных, где жена в основном занята домом и детьми, а муж осуществляет все контакты семьи с внешним миром.
* Резкое уменьшение свободного времени, в особенности проводимого совместно. Если раньше супруги вместе ходили в кино, театры, в гости, то теперь если кому-то из них в свободную минуту и удается куда-нибудь вырваться, то это приходится часто делать в одиночку, поскольку кто-то из супругов должен оставаться с ребенком, особенно если нет родителей или родственников, которые на время могут их подменить.

***Лучше не зацикливаться полностью на проблемах и заботах, а понимать, что все трудности пройдут, а крепкая и счастливая семья сохранится.***

* С рождением ребенка значительно ухудшается материальное положение семьи. Дело не в том, что ребенок требует определенных материальных затрат, хотя эти затраты весьма велики, но прежде всего из-за необходимости матери оставить работу в первые годы жизни малыша.
* Не меньше проблем возникает в молодой семье во взаимоотношениях с родственниками, прежде всего, это бабушки и дедушки ребенка. Встает вопрос о том, как оптимально распределить усилия по уходу и воспитанию малыша между родителями и представителями старшего поколения?
* Выбор единого стиля воспитания. По данным социологов, конфликты между супругами по поводу воспитания детей занимают одно из первых мест. Воспитание детей, конфликты между супругами по поводу педагогических позиций каждого, на котором выясняются фактически не педагогические проблемы, а супружеские отношения, взаимные обиды. Эти конфликты и столкновения родителей, неприятие мнения другого, стремление это мнение оспорить и предложить свое решение создают в семье ситуацию неопределенности, отсутствия единства требований к ребенку.
* Появляется дисгармония сексуальных отношений.
* Проблема с жильем.
* Хозяйственно — бытовые проблемы.

***Нет универсальных для всех семей советов*,** на 100% помогающих им избежать распада. Существуют ситуации, когда несколько подсказок могут помочь супругам, одновременно желающим сохранить свой брак, найти выход из семейного тупика. Вот **некоторые из них**, относящиеся к обоим супругам:

* Всегда находите время для семейного совета без посторонних свидетелей. Пусть практика таких обсуждений станет постоянной. Это возможность обговорить ваши обиды, разногласия, подавление и замалчивание которых часто приводит к разочарованию.
* Ищите любые возможности проводить время вместе. В старости, когда дети разъедутся, вам припомнятся эти драгоценные минуты. Они и будут порукой того, что ваше взаимопонимание и уважение продлится до этого момента.
* Любовь, какой бы сильной она не была вначале, требует подпитки в виде доказательств и действий с обеих сторон.
* Если жизненные ценности супругов различны, лучшим путем к взаимопониманию будет компромисс, а не стремление переделать любимого по своей мерке.

***Как бы ни было трудно, опускать руки нельзя, ведь брак – словно живой организм: если его холить и лелеять, то он окрепнет и «расцветет».***

##

Мудрые японцы считают, что если начинаешь воспитывать малыша после рождения, то ты опаздываешь в этом процессе, по крайней мере, на 9 месяцев.

Но все же, чтобы ребенок развивался гармонично, необходимо заниматься его **воспитанием с самого рождения**. Большим заблуждением в этом случае является мнение мам, что только они могут лучшим образом позаботиться о своем ребенке, а папы не смогут найти с ним общего языка.

Именно папа с рождения должен учить мальчика быть мужчиной, а мама незаменима в процессе взращивания в дочери женщины. Хотя и папа дочери тоже необходим. Общеизвестно, что малышки делятся с папой своими секретами даже чаще, чем с мамой, а портрет будущего спутника они часто «срисовывают» с любимого отца.

* Не сосредотачивайте свое внимание исключительно на ребенке, ваш муж тоже нуждается в любви и заботе. Старайтесь проявлять ее даже в мелочах.
* Доверие к супругу — ключ к взаимопониманию и его заботе о вас. Хвалите его за то, что он делает хорошо, не браните за то, что он делает по-другому. Забота о ребенке отца не менее полезна, чем хлопоты мамы.
* Нужно использовать любую возможность, когда ребенок спит, чтобы отдохнуть и потом уделить внимание супругу.
* Никогда не следует забывать о своей женственности, привлекательности, после рождения ребенка нужно продолжать следить за собой, не бояться подключать к уходу за ребенком мужа, обучая его этому, чтобы выкраивать хоть немного времени для себя.
* Следует помнить о том, что после родов многие женщины испытывают послеродовый стресс (депрессию), который вызван физиологическими и гормональными изменениями в их организме. Помощь по уходу за малышом, особенно в ночное время, смягчит тяжесть этого периода.
* Находите время для жены и малыша за счет других занятий. Ребенок с раннего возраста отвечает на внимание к нему папы милой улыбкой, реагирует на его голос, особенно если этот голос знаком ему с внутриутробного периода. Перед такими знаками внимания не устоит никто.
* Постоянно напоминайте жене о своей любви в смс, записках, разговорах по телефону, милых подарках, добрых словах.
* Не думайте, что вы должны только зарабатывать деньги, помощь по хозяйству — одна из обязанностей заботливого и любящего супруга.



Перечень использованных материалов:

1. <http://www.b17.ru/article/49523/>
2. <https://www.kakprosto.ru/kak-924229-problemy-v-seme-s-rozhdeniem-rebenka>
3. <http://familyexpert.ru/suprugi/rojdenie-rebenka>
4. <https://sunmag.me/sovety/14-03-2014-kak-sokhranit-semyu-posle-rozhdeniya-pervogo-rebenka.html>
5. <http://rosinka.net/problemy-molodoj-semi-svyazannye-s-po/>

Ответственная за выпуск

библиотекарь библиотеки-филиала № 5 Л. В. Алтухова