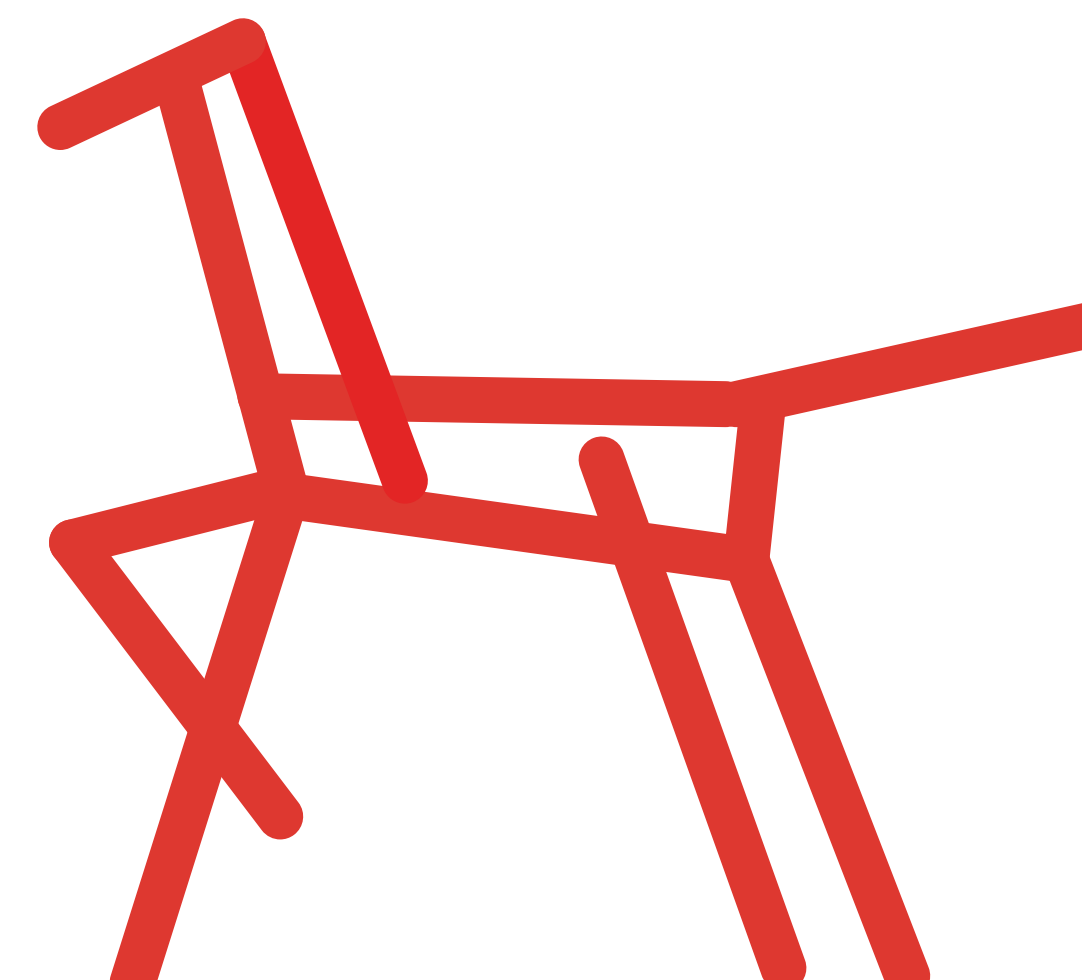


# АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ. Урок 2.2. Какое значение имеют перинатальный период и роды?



# Программа «Азбука счастливой семьи»

[www.azbukasemi.ru](http://www.azbukasemi.ru)

## Развитие родительской осознанности

30 уроков,  
5 блоков по 6 уроков



## Блоки программы:

- Семейная система
- Привязанность
- Детские психологические травмы
- Трудное поведение
- Взросление и сепарация детей



# Перинатальная психология

**1971 г.** — первая конференция в Вене, Густав Ханс Грабер (ученик З. Фрейда)

**1982 г.** — во Франции создана Национальная ассоциация перинатального воспитания (ANEP), ставшая основой для создания подобных организаций в других странах мира, позднее объединившихся в Международную ассоциацию перинатального образования.

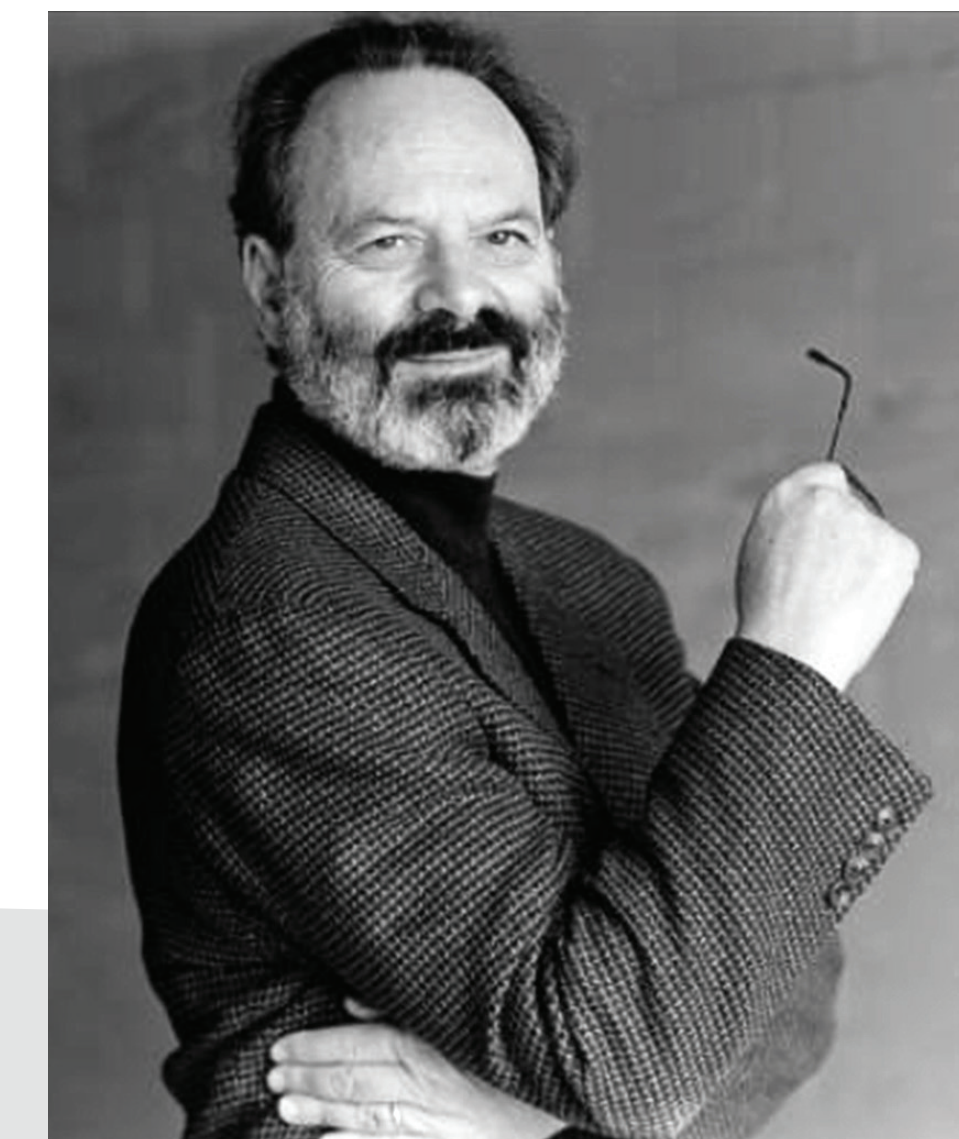
**1994 г.** — первая конференция по перинатальной психологии в акушерстве в России в роддоме № 12 Санкт-Петербурга (Е. Л. Лукина, Н. П. Коваленко)



*Густав Ханс Грабер*



*Наталья Петровна Коваленко*



*Томас Верни*

# Что самое опасное во время беременности?

- Нежелание матери иметь ребенка
- Нежелание отца иметь ребенка
- Хронический стресс (беспокойство) матери
- Отсутствие поддержки в трудной ситуации
- Слабые социальные связи

Одной из самых разрушительных установок для плода во время беременности становятся мысли матери или отца: «Я не хочу ребенка». Очень часто дети, которым «были не рады» показывают в будущем самое трудное поведение, много и тяжело болеют, словно продолжают бороться за жизнь. Первое звено привязанности оказывается ненадежным с самого начала.



# Исследование причин отказов от новорожденных, Соц.Лаб, 2013 год

1. Социальное неблагополучие
2. Десоциализация
3. Ребенка не принимает семья женщины
4. Потрясение во время беременности
5. Нежеланный ребенок
6. Ребенок с патологией
7. Отдельные сложные группы
8. Проблемы иммигранток

67% женщин-отказниц не имеют стабильных семейных отношений: у них либо нет постоянного партнера, либо они проживают с ним раздельно.

# Что самое важное во время беременности?

- Безусловное принятие ребенка
- Положительные эмоции матери
- Положительные чувства отца
- Ожидание младенца с радостью

Чувства ребенка в утробе матери — это уже не предположения, а научно доказанный факт. Причем «память» об этих переживаниях сохраняется на всю жизнь и влияет на основы психики, черты характера и здоровье ребенка.



# Роль отца во время беременности имеет огромное значение

«Отношение мужчины к жене и будущему ребёнку, его чувства к ним — один из самых важных факторов, определяющих нормальное течение беременности»,  
— Томас Верни.



# Для чего нужна поддержка окружения?

## Чтобы вырастить одного ребенка, нужна целая деревня

- Помощь нуклеарной семье
- Передача опыта маме от старшего поколения женщин
- Передача опыта отцу от старшего поколения мужчин
- Разносторонняя поддержка «Большой семьи»
- Мужское участие, если отец ребенка ушел из семьи
- При необходимости финансовое участие близких людей
- Поддерживающие сообщества.

Когда близкие заботятся о будущей маме, не упрекают ее, не считают «позором семьи», ее главная задача — принять младенца безусловно и радоваться ему — с высокой вероятностью будет выполнена успешно.





# Лучшие условия для рождения ребенка

- Настрой на долгожданную встречу
- Безопасность и спокойствие матери
- Защита со стороны отца
- Первый тактильные контакт
- Первый зрительный контакт

По сути своей роды — явление глубоко психологическое. Смысл их не только в «изгнание плода и плаценты», но и в превращении единого целого в две отдельных, но навечно соединенных жизни.



# Памятка для родителей

## Для укрепления отношений с младенцем

- 1.** Заботьтесь о своем психологическом и физическом состоянии
- 2.** Обеспечьте себе круг поддержки родственников и друзей
- 3.** Наблюдайте за тем, что нравится и не нравится вашему младенцу
- 4.** С любовью смотрите младенцу в глаза, когда общаетесь с ним
- 5.** Пойте грудному ребенку колыбельные и другие песни
- 6.** Берите ребенка на руки, давайте контакт «тело к телу»
- 7.** Разговаривайте с младенцем, объясняйте ему все, что делаете
- 8.** Говорите младенцу ласковые слова и признавайтесь ему в любви.



# Главная мысль урока

Негативные чувства матери или отца в отношении ребенка во время беременности, к сожалению, имеют для него сложные биологические и психологические последствия. Отвержение, тревога, печаль, депрессия как до, так и после рождения малыша, мешают выстраиванию безопасных отношений между ним и родителями.

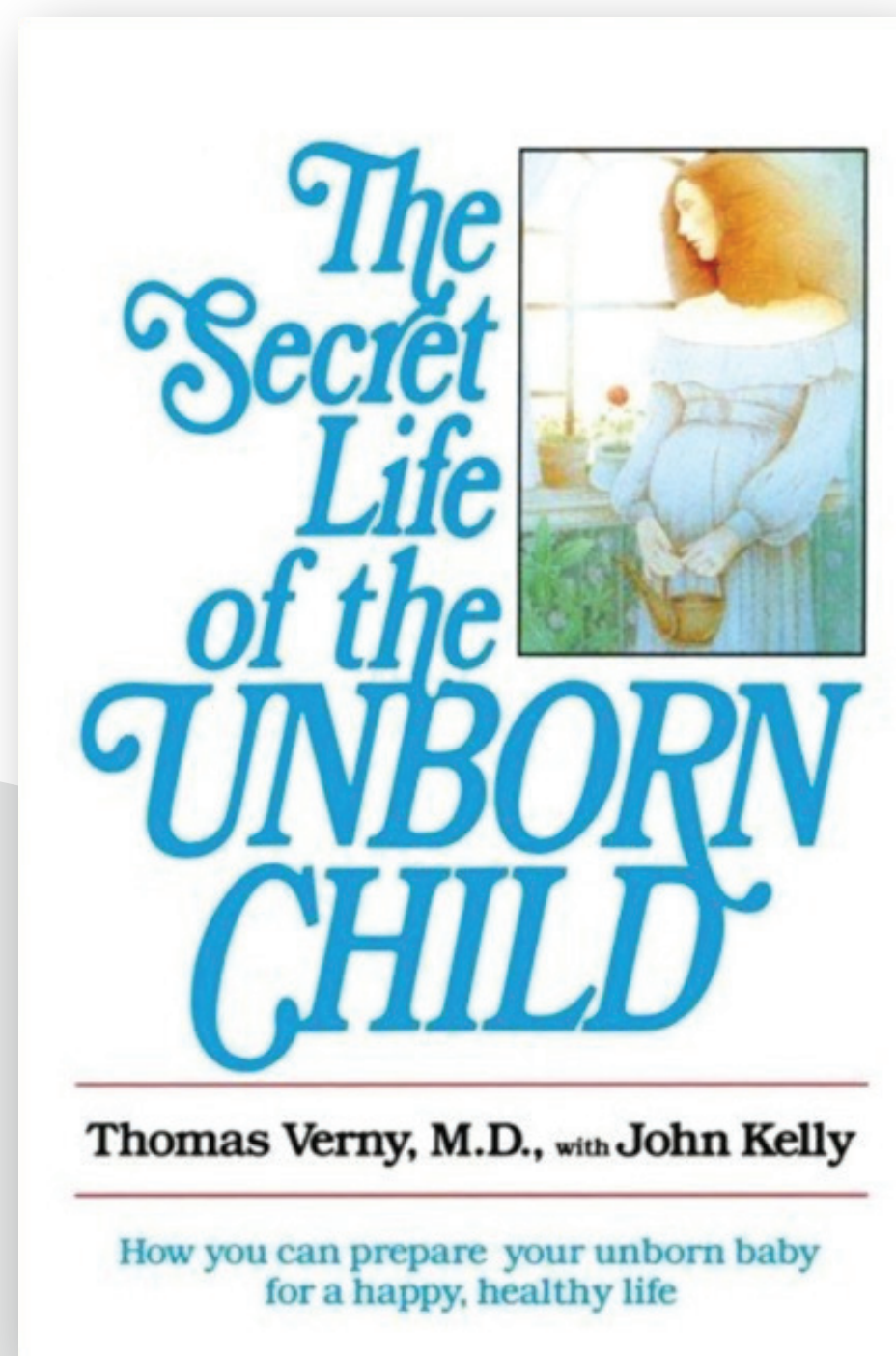
Поэтому мамам и папам важно заранее подготовиться к рождению ребенка, настроиться на материнство, отцовство и искать для себя поддержку в лице более старших и опытных людей.

# Упражнения на дом

- 1.** Внимательно понаблюдайте за собой и своим ребенком. Найдите то, что ему не нравится в ваших привычных действиях, вызывает дискомфорт. Он, например, начинает отводить взгляд, отворачиваться, в теле появляется напряжение, сопротивляется вам, хныкает или плачет.
- 2.** Запишите то, что не нравится ребенку в вашем взаимодействии с ним. Поразмышляйте, как вы можете это исправить, что можете изменить в своем поведении: снизить скорость и интенсивность контакта, тише говорить, делать паузы, предупреждать ребенка о своих действиях словами, прикасаться более бережно и так далее. Запишите свои идеи.
- 3.** Попробуйте в следующий раз сделать по-новому. Понаблюдайте за результатом. Если негативных реакций со стороны ребенка больше нет — он не отводит взгляд, не отворачивается, в теле не появляется напряжение, не сопротивляется вам, не плачет — постарайтесь закрепить этот новый, более бережный способ общения с ним.

# Список литературы

Раздел «Библиотека» на [azbukasemi.ru](http://azbukasemi.ru)

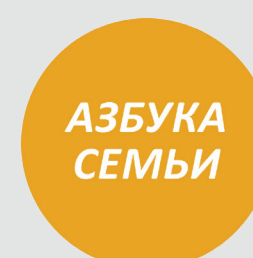


«Библиотека»  
на [azbukasemi.ru](http://azbukasemi.ru)

”

*Судьбы мира вершатся в детских. Именно там решается, станут ли завтрашние мужчины и женщины душевно здоровыми людьми доброй воли или искалеченными индивидами, пользующимися каждым случаем, чтобы осложнить жизнь своим ближним.*

*Астрид Линдгрен*



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,  
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ  
ОБРАЗОВАНИЯ