



МАТЕРИНСТВО.

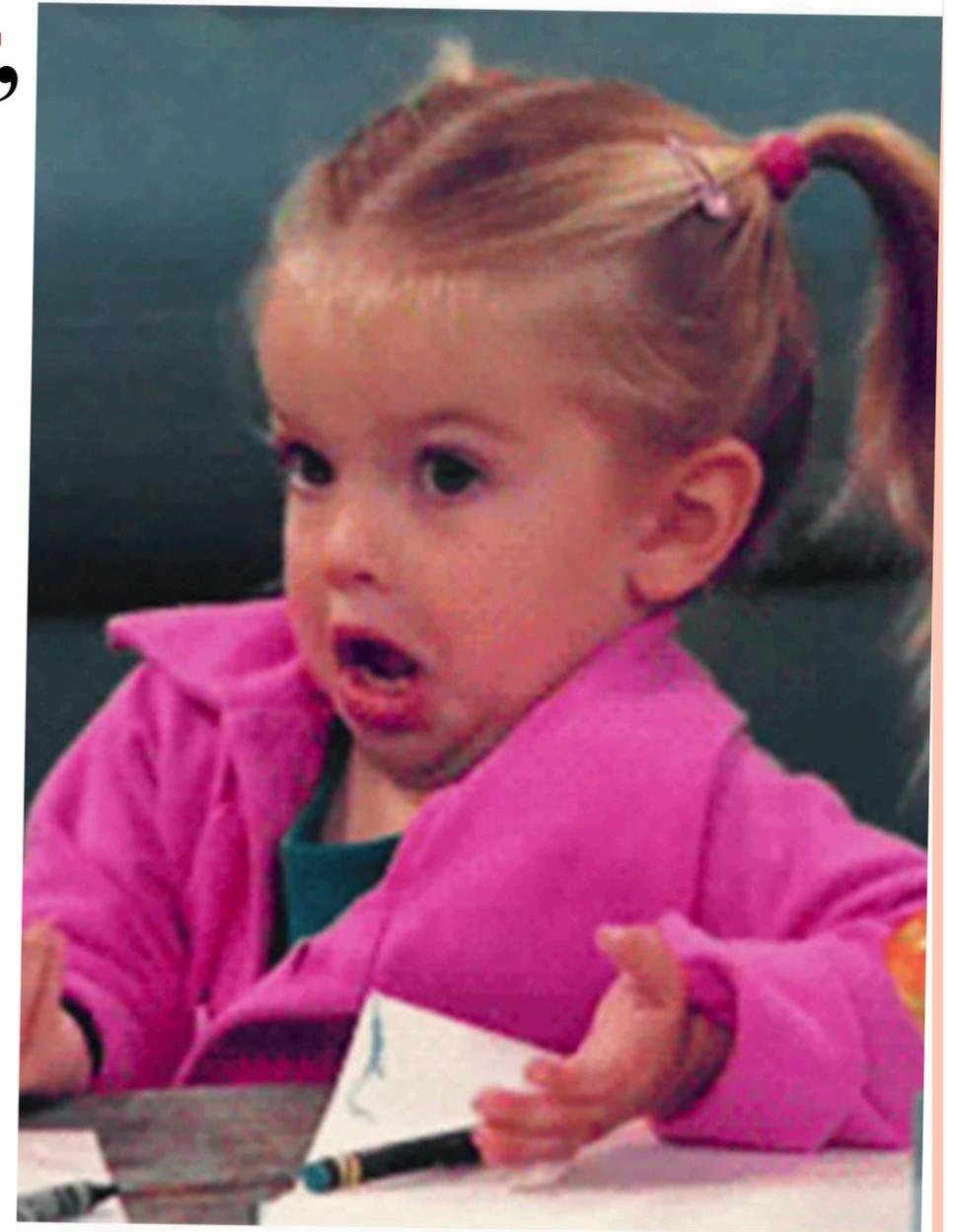
**О ЧЕМ НЕ ПРИНЯТО ГОВОРИТЬ В
ОБЩЕСТВЕ?**

Шаршеева Таира Тимуровна

Клинический и аналитический психолог

КАКИЕ СУЩЕСТВУЮТ МИФЫ?

1. Хорошая мама **всегда знает**, что хочет ребенок.
2. Хорошая мама **не может испытывать злиться**.
3. Хорошая мама **должна приносить себя в жертву** ребенку.
4. После родов тяжело/легко **восстановить фигуру**.



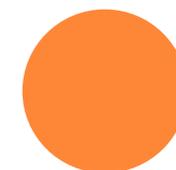
**В ПЕРВЫЕ МЕСЯЦЫ
ОТНОШЕНИЙ С МАТЕРЬЮ
ПОДРАСТАЮЩИЙ РЕБЕНОК
ПРИОБРЕТАЕТ
ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ОСНОВУ, НА
КОТОРОЙ БУДУТ СТРОИТЬСЯ ЕГО
ОТНОШЕНИЯ ВО ВЗРОСЛОЙ
ЖИЗНИ.**





Этот процесс будет происходить независимо от того, является ли его мать психически стабильной и эмоционально зрелой.

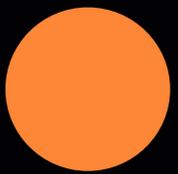
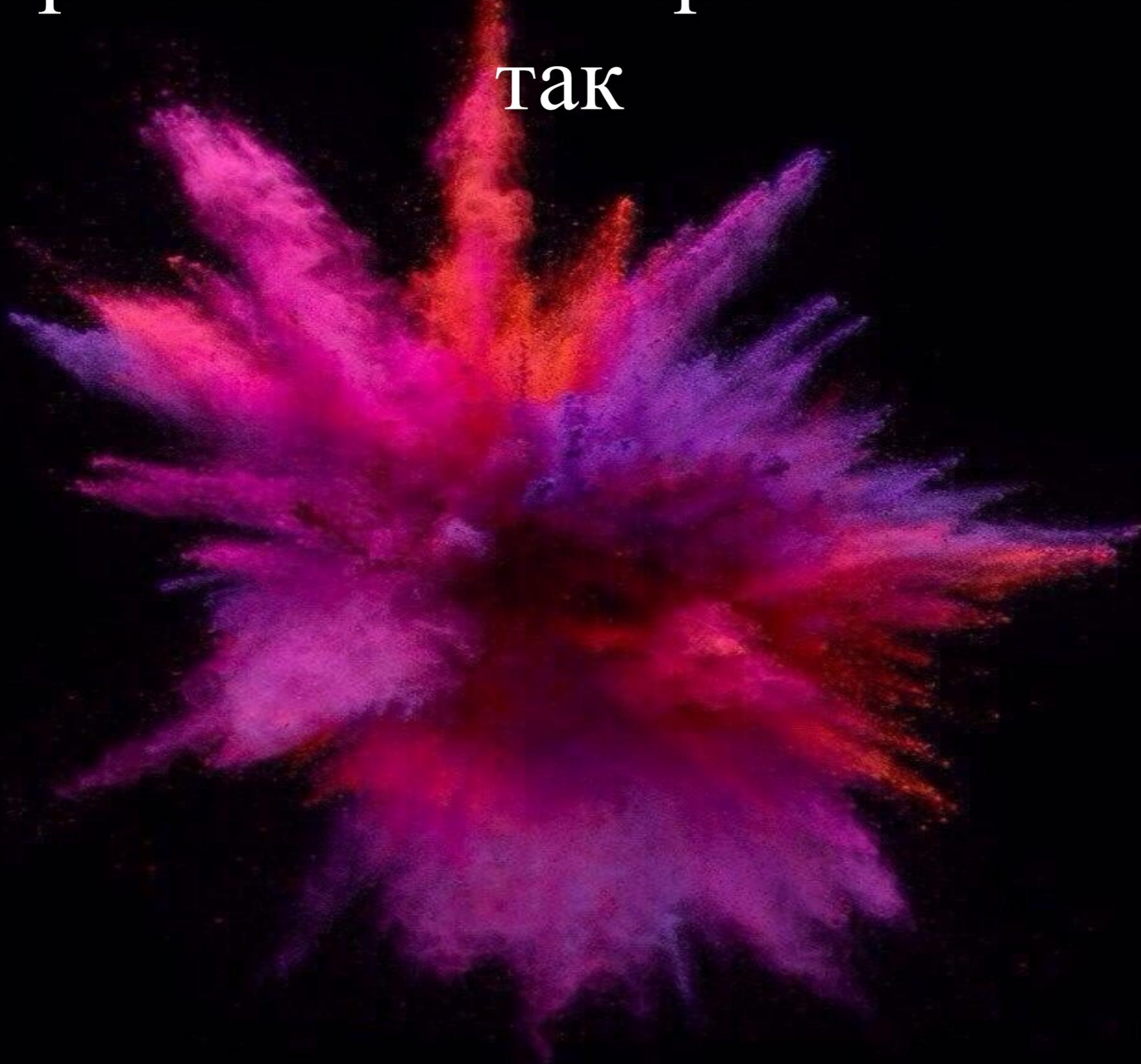
Независимо от воспитания матери, всегда ожидается, что «материнский инстинкт» пробудится и сотворит чудеса.



А что если это не всегда так?



Внутри это может переживаться вот
так

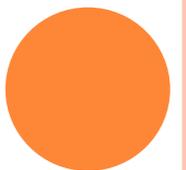


*Со стороны не всегда легко
понять, что в случае некоторых
женщин **материнство обостряет**
их проблемы на столько, что они
не в состоянии самостоятельно
справляться.*

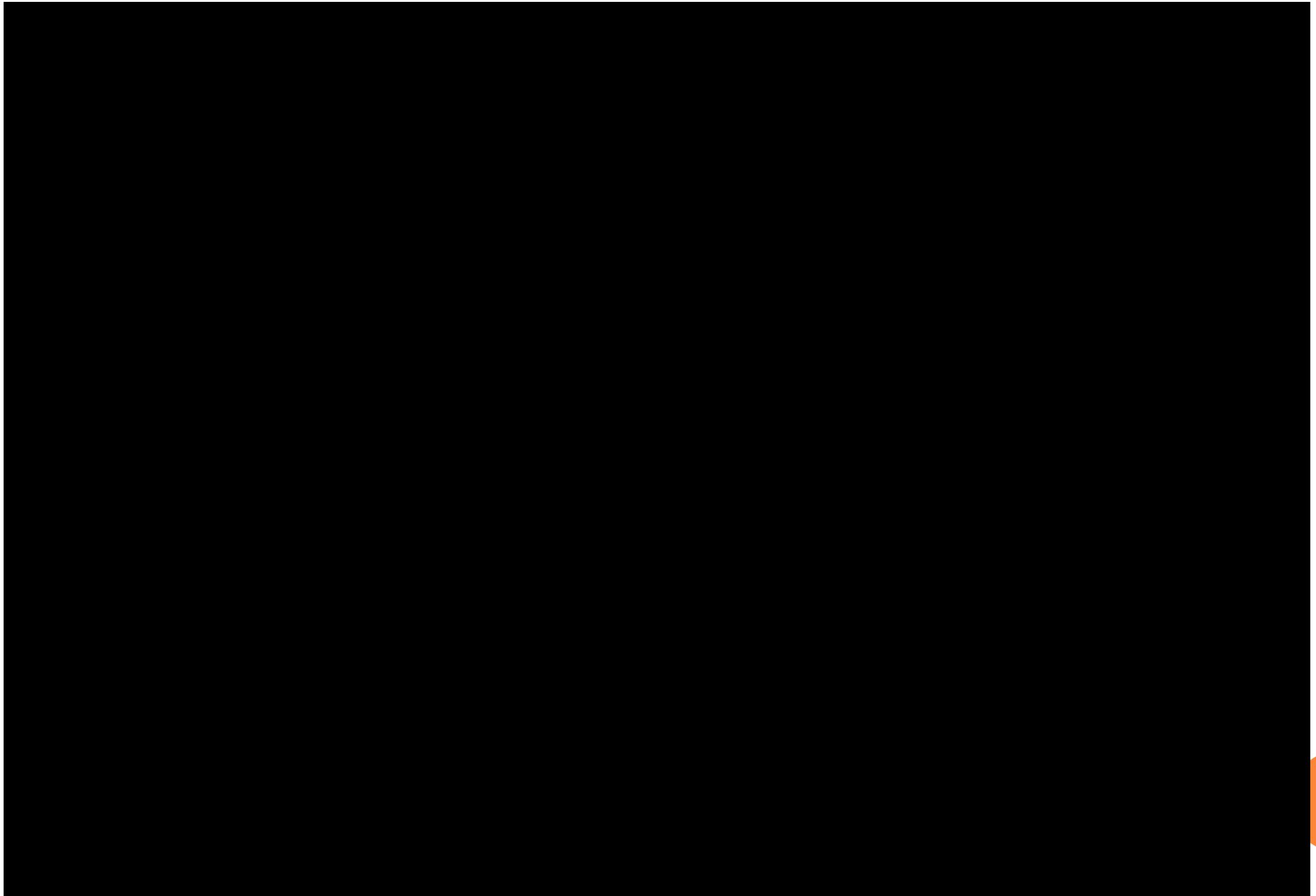


Как это может проявляться:

1. **Маме** эмоционально **сложно настроиться** на ребенка и она как бы с ребенком физически, но мыслями и чувствами не с ним.
2. Мама быстро выходит на работу (не всегда стоит остро материальный аспект).

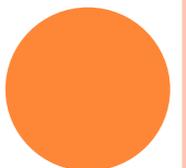


**Оба родителя переживают реактивацию
внутреннего раннего опыта.**



Очень **важно**, чтобы **оба родителя**, отец и мать, **имели время для себя и своих интересов**, как **раздельно так и в качестве пары**.

Социальные связи, которые поддерживают молодых родителей – бабушки и дедушки или **друзья- становятся очень полезными**.





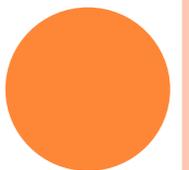
ОТНОШЕНИЯ С ЕЕ РОДНОЙ МАМОЙ

**Ты напомнишь
мне маму**



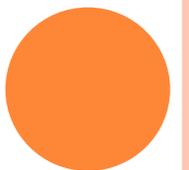
НА МАТЕРИНСТВО ОКАЗЫВАЕТ ВЛИЯНИЕ:

1. Прошлый опыт детско-родительских отношений в семье матери .
2. Социо-культурная среда
3. Протекание беременности и родов.



Как быть, если :

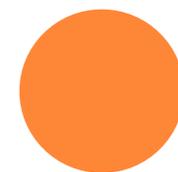
- Не испытывают радости во время беременности или после родов.**
- Телесные изменения пугают и вызывают неприязнь к своему телу.**
- Есть опасения «быть такой же как мама» (вариации сравнения могут быть разными, но все они вызывают смешанные чувства).**



- Тяжело быть с ребенком, тяжело переносить его плачь.

- Появляется чувство опустошения.

- Постоянная усталость.



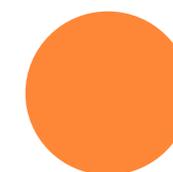
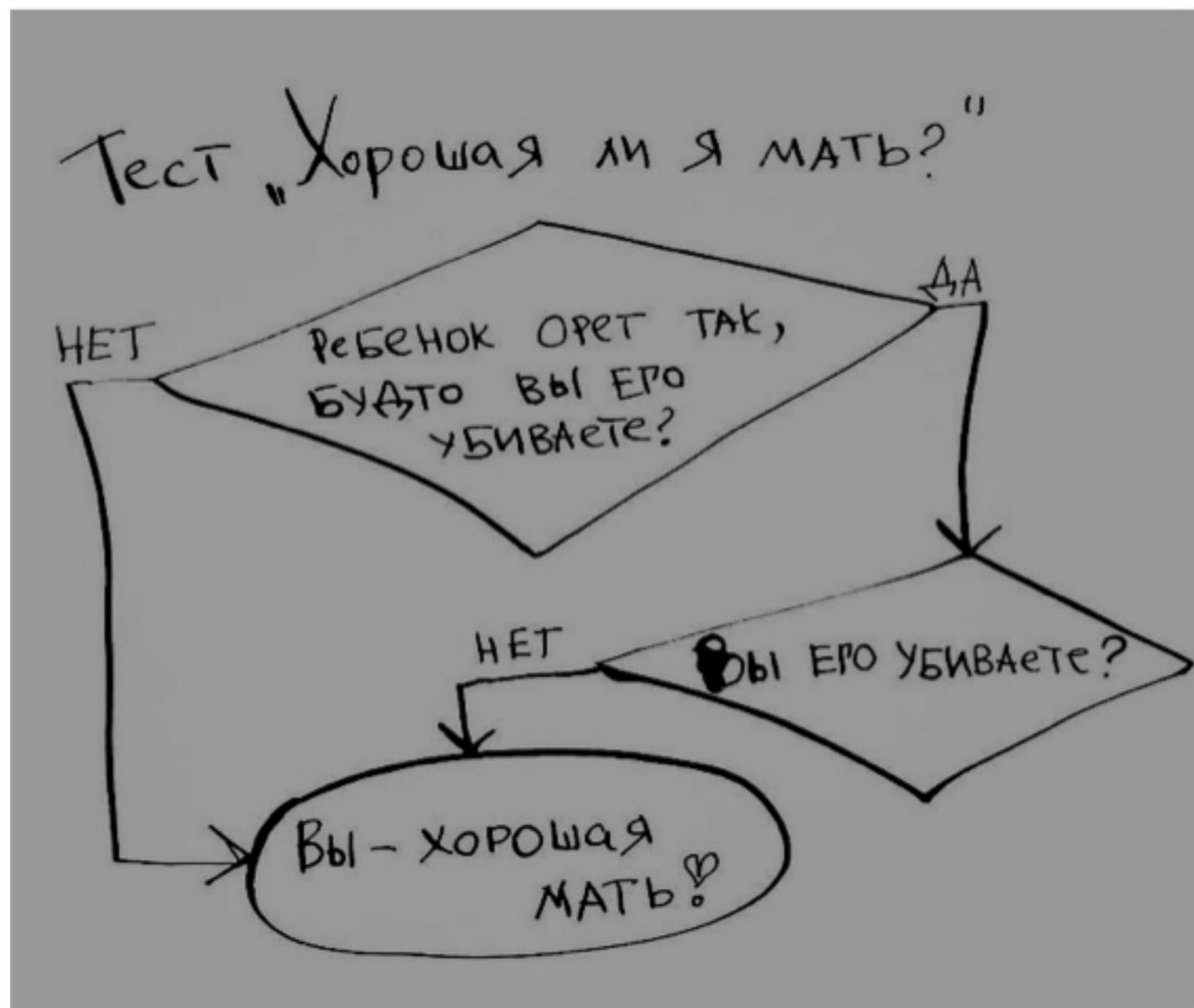
ЕСЛИ ТАКОЕ ВОЗНИКЛО:

**Помните! Такое бывает и такое возможно с кем
УГОДНО.**

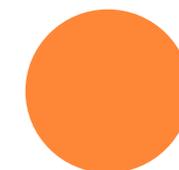
**Это не зависит от уровня образования,
материального обеспечения, социального статуса.**



Позволить честно и искренне признаться самой себе - есть трудности.



ПОМНИТЬ О СВОИХ СОБСТВЕННЫХ ПОТРЕБНОСТЯХ



Делегировать ответственность по уходу за ребенком

ДО РЕБЕНКА

ЗДРАВСТВУЙ, ДОРОГОЙ! Я СОСКУЧИЛАСЬ!
УЖИН НА СТОЛЕ



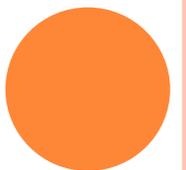
С РЕБЕНКОМ

ВОЗЬМИ ЕГО, И ЧТОБЫ Я НЕ ВИДЕЛА ВАС
ОБОИХ ХОТЯ БЫ В БЛИЖАЙШИЕ ДВА ЧАСА



Дэйли Фэди

Обратиться к специалистам



**Нельзя дать то, чего у
тебя или нет или
находится в крайнем
дефиците.**

**Это может стать общим
эмоциональным и
физическим насилием
или пыткой для мамы
и ребенка.**



К У Д А В Ы М О Ж Е Т Е О Б Р А Т И Т Ь С Я :

**Центр психотерапии ул. Уборевича, 22
тел. 2-40-15-32**

Кабинеты медико-социальной помощи:

1. ЖК, ул. Калинина, 55 каб.18

**2. ЖК Перинатального центра ул.
Светланская 105, каб. 12**

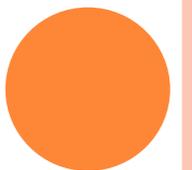


СПИСОК КНИГ

- 1. «Комплекс Лилит. Темная сторона материнства» Ханс-Йоахим Маац.
- 2. «Мать. Мадонна. Блудница. Идеализация и обесценивание материнства.» Эстела Уэллдон.
- 3. «На стороне ребенка» Франсуаза Дольто.
- 4. «Первые годы жизни» Гертруда Вим-Диле.
- 5. «Семья и как в ней уцелеть» Скиннер Роберт.
- 6. «Дочки матери. Третий лишний» Эльячефф Каролин



НЕЙРОTALK



ФИЛЬМЫ

- 1. «Ты выбрал родиться» 3 части, 2008
- 2. «Слезы верблюдицы», 2003
- 3. «Таллула», 2016
- 4. Сериал «Мамаша», 2013-2019

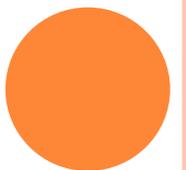


НЕЙРО**TALK**



КАК ОТВЕЧАТЬ НА НАПАДКИ ПО ТИПУ «ТЫЖМАТЬ»:

- 1. Да, и **у меня** возникают **сложности** с тем...
- 2. **Из заботы** о ребенке, **я понимаю**, что сейчас я могу причинить ему вред, так как вымотана/устала...
- 3. **Ребенку будет** намного **хуже**, если я **в таком состоянии**.
- 4. Как я пойму что сейчас необходимо ребенку, **если я сейчас не понимаю что со мной** происходит?
- 5. **Я сейчас** очень напряжена/злюсь, мне тяжело себя сдерживать.
- 6. Мне **нужна помощь**, я не справляюсь.





НЕЙРОTALK

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Шаршеева Таира Тимуровна, КГБУЗ ВКДЦ

Клинический и аналитический психолог

inst: taira_tim.psychologist

Тел. На Уборевича 22 : **240-15-32**

