

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Лысьвенская БС»
Центральная библиотека
Центр социально-правовой информации



**СОВЕТЫ
МОЛОДОЙ СЕМЬЕ**
**аннотированный
указатель литературы**

Лысьва
2015

74.9

С 56

Советы молодой семье: аннотированный список литературы / МБУК «Лысьвенская БС», Центр социально-правовой информации; сост. Е. Запятая. – Лысьва: [б.и.], 2015. - 8 с.

Семья является непреходящей ценностью для жизни и развития каждого человека, играет важную роль в жизни общества и государства, в воспитании новых поколений, обеспечении общественной стабильности и прогресса.

Данное издание содержит информацию об изданиях из фонда МБУК «Лысьвенская БС» по вопросам семьи и брака, психологии семейных отношений, воспитания детей. В список включены книги, аннотированные статьи из журналов, а также несколько советов для молодых семей, которые только начали совместную жизнь. Материал сгруппирован в два раздела: психология семьи и воспитание детей, внутри разделов расположен в алфавите авторов и названий.

Представляет интерес для широкого круга читателей.

Ваша семья и ваше здоровье / Д. Вандеман, пер.с англ. - Заокский : Источник жизни, 1996. - 224с.

Автор предлагает нетрадиционное решение для многих проблем, волнующих современного человека, главные среди которых-духовное и физическое благополучие семьи. Для широкого круга читателей.

Любимая или любовница. Хождение по мукам / Толстая, Н.- М. : Астрель, 2007. - 347 с.

Наталья Толстая - известный московский психоаналитик, кандидат медицинских наук, журналист и писатель. Продолжает писать на одну из самых больных тем семейной жизни - измене, почему супружеская измена становится привычным явлением? Автор не дает правильных советов и рекомендаций, а предлагает вместе подумать о том, как уберечь своих близких от стресса, если никто ничего не собирается менять в своей жизни...

Предназначено для широкого круга читателей

О любви, о женщине, или о любви не все сказано / А. Г. Мартынычев. - Пермь : [б. и.], 1998. - 182с.

В книге говорится не только о любви вообще, но и о любви в жизни известных писателей, о семейных отношениях. Для широкого круга читателей.

Проектируем семью. Семейное воспитание / А. Некрасов, Н. Гейжан; - М. : АСТ, 2010. - 319 с.

Любовь и трезвый подход к созданию семьи - совместимы ли они? Существуют ли правила, по которым можно создать счастливую семью? Нужна ли вообще семья в современном обществе? "Проектируем семью" - первая часть трилогии, в которой шаг за шагом будет описан весь период планирования, создания и развития семьи. Предназначено для широкого круга читателей.

Психологические тесты. В 2-х т. Т. 2 / под ред. А. А. Карелина. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007. - 248 с.

В настоящем издании представлены тестовые методики и диагностические процедуры, позволяющие раскрыть такие аспекты межличностных отношений, как особенности взаимоотношений в группе, ролевые установки, психологическая совместимость партнеров, отношения в семье. Книга предназначена для практических психологов, социологов, консультантов психологической службы, а также для широкого круга читателей.

Психологические тесты. В 2-х т. Т. 1 / под ред. А. А. Карелина. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007. - 312 с.

В настоящем издании представлены тестовые методики и диагностические процедуры, позволяющие раскрыть такие аспекты межличностных отношений, как особенности взаимоотношений в группе, ролевые установки, психологическая совместимость партнеров, отношения в семье. Книга предназначена для практических психологов, социологов, консультантов психологической службы, а также для широкого круга читателей.

Психология семьи / Дружинин, В. - СПб. : Питер, 2008. - 176 с.

Книга посвящена психологии семьи: структуре отношений между ее членами; стилям воспитания; влиянию, которое они оказывают на развитие личности ребенка. Особое внимание уделено анализу структуры семьи и развитию семейных отношений в христианской цивилизации. Интересен анализ полотен европейских и русских художников, посвященных семье. будет интересна широкому кругу читателей.

Социальная энциклопедия / редкол.: А. П. Горкин, Г. Н. Карелова, Е. Д. Катульский и др. - М. : Большая Российская энциклопедия, 2000. - 438с.

Энциклопедия рассчитана на читателей, интересующихся проблемами труда и занятости, социального и пенсионного обеспечения, окру-

жающей среды, семьи и брака, здравоохранения, демографическими проблемами, организацией социальной работы за рубежом, современными социальными проблемами России. Для широкого круга читателей.

Энциклопедия заблуждений. Мое здоровье / Мазуркевич, С. А. - М. : ЭКСМО-Пресс, 2001. - 464с.

В книге рассказывается о мифах и заблуждениях современного человека о любви, сексе, семье и браке. Для широкого круга читателей.

Воспитание детей начинается с воспитания родителей

Беды развода и пути их преодоления : В помощь родителям и консультантам по вопросам воспитания / Г.Фигдор; пер. Дианы Видра. - М. : МПСИ, 2007. - 372 с.

Г. Фигдор - один из ведущих специалистов в области разводов. Беды детей, по его утверждению, являются следствием родительских бед, поэтому помочь первым можно, только лишь оказав помощь вторым. Данная книга исключительно полезна как для специалистов, так и для широкого круга читателей. Из нее вы не только узнаете о проблемах развода и об устройстве детской души, но и в собственной душе откроете немало такого, о чем до сих пор никогда сознательно не думали.

Гинзбург Э. Чтобы ребенок рос счастливым / Э. Гинзбург // Абитуриент. - 2006. - № 5. - С. 16-18.

Предлагается несколько простых и действенных стратегий как стать счастливым вместе с ребенком

Общаться с ребенком. Как? / Гиппенрейтер, Ю. ; худож. Т. В. Егорушкина В. А. Хмара. - Москва : АСТ, 2012. - 352 с.

Книга нацелена на гармонизацию взаимоотношений в семье, ведь стиль общения родителей сказывается на будущем их ребенка. С помощью книги творческие родители научатся не только с пользой для всех разрешать конфликты с детьми, но и смогут адаптировать «метод активного слушания» к взрослым.

Родителям: книга вопросов и ответов: что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными / Ю. Гиппенрейтер; худож. Т. Гамзина-Бахтий. - Москва : Астрель, 2012. - 192 с.

В книге автор отвечает на самые острые и актуальные вопросы родителей и на конкретных диалогах показывает, как разговаривать с детьми, чтобы создать с ними доверительные и по-настоящему близкие отношения.

Осухова Н. Яблоко от яблоньки куда покатится? / Н. Осухова // Свет. - 2005. - № 3. - С. 64-65.

В статье раскрыто влияние внутрисемейных отношений и традиции воспитания на успехи и неудачи человека с точки зрения психологии.

Отдыхаем всей семьей. - Смоленск : Русич, 1997. - 416с.

Книга о том, как организовать отдых и досуг в кругу семьи, находясь летом на даче или на загородной прогулке зимой, чем заняться тихими семейными вечерами. Читатель узнает немало нового и интересного об искусстве релаксации. Подробные описания, современные методики, многочисленные иллюстрации подскажут, как снять стресс, физическое и эмоциональное напряжение, научат получать подлинное удовлетворение от жизни.

Шевченко Е. Принципы и подходы к организации воспитательного процесса в семье / Е. Шевченко // ОБЖ. - 2006. - № 9. - С. 63-64.

Дано определение семьи, принципы воспитания ребенка в семье, подходы в родительских отношениях.

Я и семья / П. Астахов; худож. Е. А. Полковникова, М. М. Герасимов. - М. : Эксмо, 2011. - 96 с.

Ребята совершат небольшое путешествие в мир взрослых людей. Подумают над возможными последствиями тех или иных поступков; поймут, как вести себя в различных жизненных ситуациях; узнают, когда можно и нужно обращаться к помощи государства и закона.

Взаимоотношения в молодой семье

Спустя год после свадьбы, супругам кажется, что они так хорошо узнали друг друга, что умеют сглаживать все возникающие противоречия и понимают друг друга с полуслова. На самом деле невозможно предвидеть все взлеты и падения, радости и разочарования. Не случайно именно этот период считается психологами одним из кризисных. Итак, что же происходит в жизни молодой пары после года совместной супружеской жизни?

Как показывает опыт, нередко семейные проблемы следуют сразу же после свадьбы, происходят почти незаметно и, как будто, сами собой прекращаются. Молодое, нежное чувство, меньшая обремененность бытовыми проблемами, делают людей

более терпимыми друг к другу. В самый ранний период супружества молодожены избегают противоречий и критики, желая тем самым сохранить доброжелательную атмосферу в семье и не ранить чувства другого.

По прошествии незначительного количества времени, скрытые противоречия растут и супруги обнаруживают, что легко и сильно раздражаются, буквально всё время, находясь на грани ссоры. Нередко каждый из супругов свято верит в собственную «жертвенность», не замечая «жертвы» партнера.

Для совсем молодых браков характерны не только первоначальное вхождение в социальные роли мужа и жены, также молодая пара может испытывать связанные с рождением и воспитанием детей напряженность семейного бюджета, резкое сокращение времени и ограничение возможностей для организации отдыха и досуга, а также возрастание физической и нервной усталости. Могут быть проблемы профессионального продвижения и достижения общественного статуса. Все это влияет на любовь и дружбу супругов.

К, сожалению не всегда, как говорится в известной поговорке: «милые бранятся – только тешатся». Иногда, в силу целого ряда причин, невинные на первый взгляд ссоры перерастают в самые настоящие конфликты. Как же сохранить понимание и нежность в отношениях на долгие годы?

Редко случается так, что люди учатся на чужих ошибках. Гораздо чаще они набивают собственные шишки и извлекают из них ценные жизненные уроки. Но хочется дать несколько советов для молодых семей, которые только начали совместную жизнь. Возможно, это поможет им избежать хотя бы несколько собственных шишек.

Несколько советов, которые рекомендуют психологи-специалисты:

У каждого конфликта есть причина и, обсуждая ситуацию, придерживайтесь только темы конфликта, а не старайтесь припомнить все грехи партнера, которые когда-то имели место быть. Свои забытые обиды можно высказать и обсудить в другой обстановке, более спокойной.

Никогда не обобщайте все претензии и не говорите своему партнеру, что он (она) всегда такой (ая). Это только усугубит проблему и даст толчок для самозащиты и самооправдания. Негативные черты характера лучше обсудить в другое время.

Ни в коем случае не затевайте конфликтов при третьих лицах, так как, во-первых, вы ставите человека в неловкое положение, во-вторых, мимо воли заставляете его принять ту, или иную сторону, а в-третьих, как говорят: «выносите сор из избы». Хуже всего, когда ссоры и семейные драмы происходят на глазах у детей, поэтому психологи настоятельно рекомендуют избегать таких ситуаций, так как это может нанести вред несформировавшейся психике ребенка и привести к эмоциональным травмам.

Разграничьте домашние обязанности.

Если вы на данный момент сидите дома и не работаете (например, находитесь в декрете), то вполне справедливо будет, если вы будете выполнять большую часть домашней работы. Но это не значит, что вы должны взвалить абсолютно всё на свои плечи. Договоритесь с мужем о том, чтобы он выполнял хотя бы мелкие домашние дела (например, выносил мусор, иногда ходил в магазин и т.п.). Если же вы оба рабо-

таете, то нужно распределять обязанности поровну. Иначе вам не избежать постоянных ссор из-за того, что вы всё всегда делаете одна, а он постоянно лежит на диване.

Делайте домашние дела вместе.

Начните вместе ходить на рынок, по магазинам, вместе гуляйте с детьми и даже посуду мойте вместе. Наверняка вы заметите, что ваши отношения после этого станут лучше.

Спрашивайте мнение мужа (жены) по поводу какой-либо ситуации.

Интересуйтесь у своей половинки что ему (ей) нравится, а что нет в определённых жизненных ситуациях. Спрашивайте о том, как бы он (она) решил какую-нибудь проблему, что бы предпринял в той или иной ситуации. Благодаря этому в вашу семью придёт понимание действий и поступков друг друга.

Как считают психологи, если нет конфликтов в семье, значит уже и семью ничего не связывает и потерял интерес друг к другу. Поэтому редкие конфликты это норма, это попытка решить проблему и наладить семейные отношения. Однако подходить к ним нужно конструктивно и правильно, стараться избегать излишних эмоций и придерживаться рекомендаций по этому поводу. Всегда нужно помнить, что как женщине, так и мужчине, очень важно слышать от супруга хороший отзыв о себе и положительную оценку. Каждому хочется знать, что его ценят, любят, уважают, прислушиваются к его мнению. Прощайте обиды, помните, что только любовь, мудрость и созидание сделают ваш брак самым счастливым.

А самое главное - искренне любите друг друга и храните свою семью!

Интернет – ресурсы:



На лысьвыенском сайте можно вести собственные блоги-дневники, задавать вопросы специалистам в области воспитания детей, размещать любимые фотографии в фотогалерее, общаться в форумах и клубах с другими родителями города на темы связанные с детьми и материнством, комментировать материалы сайта, искать и размещать объявления и многое другое.



<http://s-meridian.com> – Интерактивный журнал «Семейный меридиан» создаётся психологами, врачами, педагогами. На его страницах поднимаются вопросы о том, как осознанно и компетентно подготовиться к рождению ребёнка, как правильно ухаживать и воспитывать его, как помочь ему в учёбе и во взаимоотношениях с людьми, как организовать семейные будни и праздники. На сайте можно получить on-line-консультацию специалистов.



www.7ya.ru – Всё о детях и семье. Беременность, роды, воспитание детей, отношения в семье



<http://homefamily.rin.ru> – Дом и семья. Проект для тех, кто хочет добиться гармонии в отношениях с близкими, сделать свой дом и сад уютными и красивыми, интересно и весело провести время в кругу семьи.



www.semya.org.ua – Семья от А до Я



www.mamashkam.ru – Сайт для родителей



www.mnogodetok.ru – Форум многодетных родителей



www.ohome.ru – Портал «Молодая семья»

Центральная библиотека. Адрес: ул. Коммунаров, 20 (второй этаж). Часы работы: с 10.00 до 18.00. Выходной день: Суббота. Июнь-август выходные дни: суббота, воскресенье. Последний день месяца – санитарный день. Телефоны: (342 49)2-57-40

Наш адрес в Интернете: mpb_lysya@mail.ru. <http://www.lysya-library.ru/>