

Семья – это не только любовь, но и искусство понимать друг друга в любой ситуации.

О НАС:

Мы создаем пространство, где молодые семьи учатся строить крепкие отношения. Помогаем справиться с бытовыми сложностями, не растеряв нежность и уважение друг к другу.

Мы верим, что счастливая семья начинается с осознанности. Поэтому мы не только просвещаем и поддерживаем в кризисы, но и помогаем парам находить общие интересы, традиции и смыслы.

Социально-педагогическая и психологическая служба УО БГУИР приглашает присоединиться к «Клубу молодой семьи»:

- ✓ Семейные пары
 - ✓ Пары, находящиеся в отношениях
 - ✓ Людей, желающих построить здоровые отношения в будущем
- Интересно будет всем!



КЛУБ МОЛОДОЙ СЕМЬИ БГУИР

РУКОВОДИТЕЛЬ КЛУБА: И.В.ЛАПОТКО,
ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ СППС БГУИР
ОБЩЕЖИТИЕ №1, Я.КОЛАСА, 28, К.116
ТЕЛ.: +375 17 293 21 44



БРАК ИЛИ СОЖИТЕЛЬСТВО?

Этот раздел помогает парам осознать мотивы своего выбора.

- **Сожительство («Пробный брак»):**
 - За: Возможность узнать бытовые привычки партнера и проверить совместимость без юридических обязательств.
 - Против: Часто воспринимается партнерами по-разному (женщины чаще видят в этом шаг к браку, мужчины — способ избежать ответственности); меньше юридической и социальной защиты.
- **Официальный брак:**
 - За: Публичное признание любви и готовности брать ответственность; психологическое чувство стабильности; защита прав супругов и детей.
 - Против: Сложность юридического расторжения при неудаче; риск «застоя» отношений при отсутствии работы над ними.

Практические советы
«Тревожные звоночки»: Избегание интимности, нежелание делиться радостями, постоянное раздражение или критика в адрес партнера.

Как преодолеть трудности?
Говорите о своих чувствах, а не обвиняйте (используйте «Я-сообщения»).

Учитесь признавать ошибки и идти на компромисс.

Проводите время вдвоем вне домашних хлопот.

Хотите узнать, как укрепить вашу семью? Запишитесь на наши встречи или консультацию психолога.

НОРМАТИВНЫЕ КРИЗИСЫ БРАКА

Кризис – это не конец, а необходимый этап развития семьи для перехода на новый уровень.

Кризис 1-го года (Адаптация):

Притирка характеров, распределение домашних обязанностей и установление границ с родителями.

Кризис 3-х лет (Рождение ребенка):

Супружеские роли дополняются родительскими. Важно не забывать друг о друге как о мужчине и женщине, разделяя заботы о малыше.

Кризис 7 лет (Рутин):

Чувства могут притупляться, быт становится однообразным. Требуется обновление отношений и поиск общих интересов.

Кризис 14 лет (Зрелость):

Часто совпадает с подростковым кризисом детей и кризисом среднего возраста супругов. Время переоценки жизненных целей.

