



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ
И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ТАМБОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Г. Р. ДЕРЖАВИНА



ШКОЛА
БУДУЩИХ
РОДИТЕЛЕЙ

Выпуск 9

Школа будущих родителей

Найти место для ребенка в семейной системе.
Отношения с бабушками и дедушками

Психолог:
Екатерина Сергеевна Левина

Почему портятся отношения с бабушками?

- Молодая пара – отдельная ячейка
- Ребенок часто воспринимается старшими как возвращение в их зону влияния
- «У нас есть опыт, мы знаем лучше»
- Конфликт возникает там, где есть **невысказанные ожидания** у обеих сторон



Как говорить с бабушкой, чтобы не ссориться

1. Признать её чувства и намерения: «Я знаю, ты хочешь как лучше»
2. Описать ситуацию без обвинений: «Когда ты говоришь... мне становится грустно»
3. Четкая просьба: «Пожалуйста, не комментируй наше кормление при ребенке»
4. Благодарность заранее: «Спасибо, что слышишь меня»



Три типа конфликтов с бабушками

1. Критика → переводим в конкретную просьбу о помощи
2. Ценностное расхождение → «У нас дома такие правила, у тебя – свои»
3. Бабушка как третий родитель → жесткое правило: важные решения принимают только родители



Когда границы нужно ужесточить

- Систематическое обесценивание: «ты плохая мать»
- Оскорбления
- Грубое вмешательство в воспитание
- Подрыв авторитета родителей перед ребенком

**Вы имеете право ограничить общение.
Здоровье семьи важнее чувства вины.**



Домашнее задание. Наши правила для родственников

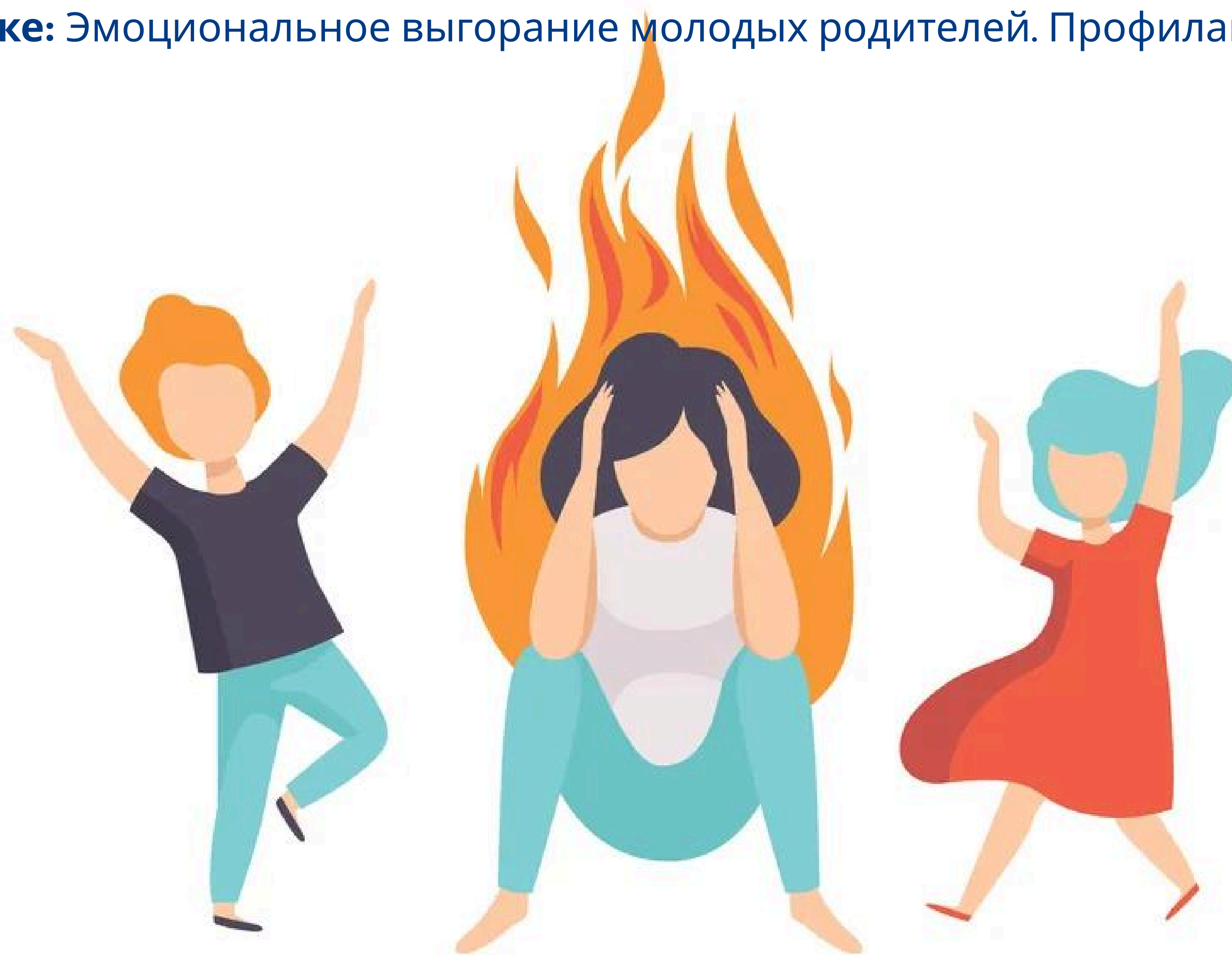
Инструкция: Сядьте с партнером и письменно ответьте на три вопроса.

Вопросы:

1. Какие виды помощи от бабушек и дедушек мы готовы принимать?
2. Какие темы – наши, и мы не готовы их обсуждать?
3. Как мы будем сообщать о границах? Кто с чьими родителями разговаривает?

Анонс следующего выпуска

В следующем выпуске: Эмоциональное выгорание молодых родителей. Профилактика и помощь



Ведущая:

Ангелина

Психолог:

Екатерина Сергеевна Левина
практикующий клинический психолог, гештальт-терапевт,
специалист по семейным отношениям

Подкаст:

«Школа будущих родителей»

Хэштег:

#ШколаБудущихРодителей