

Какой бы хорошей, счастливой ни казалась семейная жизнь, со временем она преподносит немало испытаний. И на каждом этапе семейной жизни брак переживает различные кризисы.

Рассмотрим, какие же именно годы являются кризисными и что предпринимать, чтобы с ними справиться?

### **1-й год семейной жизни**

На этом этапе отношений пара переживает кризис узнавания. После романтических свиданий, бурных встреч партнеры идеализируют друг друга и забывают о том, что в бытовой повседневной жизни им придется сталкиваться с дурными привычками, разными вкусами и требованиями. Переживет ли пара этот кризис, зависит от их зрелости и серьезного подхода к семейной жизни. Чтобы предотвратить кризис, нужно обсуждать будущую семейную жизнь еще до свадьбы: как распределить обязанности по дому, кто ведет бюджет, когда планировать детей и т.д. И не нужно при первой же ссоре бежать к маме или папе и жаловаться. Вмешательство родителей в семейную жизнь молодой пары только осложнит отношения. Старайтесь решать все вопросы обоюдно, ведь главная составляющая семейной жизни э- то не любовь, а уважение друг к другу и умение идти на компромиссы. Вы оба заинтересованы в том, чтобы делать все для укрепления семьи, а не для ее разрушения.

### **3-й год семейной жизни**

На этом году пара переживает кризис рутины. Как правило, за три года пара уже обзаводится ребенком, и все силы свои женщина направляет на ребенка, теряет былую привлекательность, а мужчина мучается от ограничения свободы, от отсутствия прежнего внимания со стороны жены, и изменения ее внешности. Также большой вклад в кризис вносит сексуальное охлаждение - либо нет времени, либо не хочется, потому что пережив тяжелый день, ухаживая за маленьким, да еще и ведя хозяйство, не хочется ничего, кроме как быстрее лечь спать. Кризис преодолевают только те пары, которые морально готовы к такому распорядку и прекрасно понимают, что это временно. Семья - это серьезная ответственность, и она требует много терпения и жертв. Для пары, понимающей это, кризис пройдет незаметным. Но не забывайте все-таки о том, что

вы муж и жена. Если есть возможность, отдайте малыша бабушке с дедушкой, а сами порезвитесь, устройте секс-уикенд.

### 7-й год семейной жизни

В этот период ваши отношения переживают кризис развития. За это время многие уже рожают двоих или даже троих детей. У каждого уже четко распределены обязанности, каждый ваш день похож на предыдущий. Хозяйство, приготовление завтрака, обеда и ужина, стирка, уборка и воспитание детей. На мужа висит материальная ответственность, он строит карьеру и... становится все более привлекательным для других женщин. Если ты уже перешагнула этот рубеж, то можешь убедиться в правоте мнения, что мужчины с возрастом обретают все больше притягивающих свойств - обаяние, сексуальность, шарм и т.д.

Вроде бы все, что нужно для семьи, вы создали, что же дальше делать? Что еще должно быть в вашей семье, чтобы это не было похоже на начало конца? В твоих силах сейчас во всем поддерживать мужа - его проблемы на работе, кризис и т.д. Если ты начнешь его критиковать, это лишний раз оттолкнет его от тебя, он подумает, что дома его не понимают и будет искать понимания в другом месте, а это, как известно, долго искать не надо, всегда есть желающие. А для тебя лично сейчас нужна встряска - выйти на работу, если ты еще не работаешь, новое дело, воплощение идей, и, если хочешь, рождение нового ребенка - это смело вернет вас к отношениям третьего года.

### 11-й год семейной жизни

На этом этапе возникает кризис отчуждения. Вроде бы уже дети подросли, не требуют к себе столько внимания, как раньше. Все больше общаются со сверстниками, а вам как раз выпадает шанс снова завести бурный роман, как 11 лет назад.

Но, оказывается, вам не о чем даже поговорить... Чтобы вернуть былое общение и наладить контакт, нужно вспомнить прошлое, какими вы были до рождения детей, пообщаться со старыми друзьями. Да и наверняка у вас были раньше мечты и идеи, которым не суждено было сбыться из-за навалившихся семейных проблем и обязательств. Так почему бы не реализовать эти мечты сейчас?

## Как пережить кризисы в семейной жизни?

Автор: Landardred  
14.10.2007 05:22 -

---

Новости от JOY