



# МОЯ СІМ'Я

СТОРІНКА ДЛЯ  
МАТУСЬ І ТАТУСІВ  
У ПОМІЧ

## БАТЬКАМ НА ЗАМІТКУ

### ЧОМУ НЕ ВАРТО ПУБЛІКУВАТИ ДИТЯЧІ ФОТО В СОЦМЕРЕЖАХ?

Наше життя сьогодні тісно пов'язане із соціальними мережами. Ми хвалимося своїми досягненнями на роботі, демонструємо світліни з відпочинку, кадри буднів та свят. А також виставляємо фото своїх дітей.

Маємо розуміти, що фото малюків можуть дратувати деяких ваших Інтернет-друзів, якщо виставлятимете їх з непомірною частотою. А, по друге, така щира відкритість в соціальних мережах може навіть нести деяку небезпеку для ваших дітей. Адже ви не завжди можете бути впевненими, що такі сокровенні світліни переглядають тільки доброзичливі люди.

Звісно, панікувати одразу не варто, але кожній мамі чи татові, які люблять демонструвати фото своїх дітей у мережі, варто запам'ятати деякі «правила безпеки». Адже з того моменту, як якась світлина потрапляє в Інтернет, вона стає доступною для багатьох і може бути використаною в різних цілях.

Не варто виставляти фото, на яких ваші діти напіводягнені. Адже в мережі чимало людей з нездоровою психікою, які дивитимуться на ці фото зовсім по-іншому, ніж адекватні користувачі. Крім того, різні кумедні світліни, особливо ті, де ваші малюки оголені, в майбутньому можуть заставити їх червоніти. Тож не варто виставляти на загальний огляд подібні, так би мовити, особисті світліни, за які колись може бути соромно вашим дітям.

Також не потрібно публікувати фото, на яких ваші діти з іншими малюками, без дозволу їхніх батьків. Адже кожне фото несе певну інформацію, і ви не маєте права розпоряджатися нею, якщо стосується ця інформація не лише вас.

## ЦІКАВІ ФАКТИ ПРО ДІТЕЙ

### У СУЛТАНА – 888 ДІТЕЙ

У Індії прославилися наймолодші батьки, у 8 та 9 років у них народилася дитина. Середній вік жінок, які народжують на Індійському півострові, – 13 років.

У Кореї ті 9 місяців, що дитина перебуває в утробі матері, заносять у вік.

Якщо у матері I група крові, у батька II, а дитина несподівано народжується з III, це зовсім не означає, що вона від іншого батька. Група крові дитини або збігається з групою когось з батьків, або дорівнює сумі їх груп крові.

Найбільше в світі дітей у марокканського султана Ісмаїла. Він виховує 548 синів та 340 дочок. В його гаремі, в середньому, кожні 20 днів народжувалася дитина.

15% чоловіків, які проходять тест на батьківство, не є батьками своїх дітей.

На думку японських вчених, чим більше майбутні батьки курять, тим вищий шанс зачати дівчинку.

Найбільше близнюків у світі народжується в Нігерії: один випадок на кожні 11 пологів. Рідше всього близнюки з'являються в Японії: один випадок на 250 пологів.

Діти з сімей, що розпалися, відстають у рості.

Англійські вчені стверджують, що діти, які постійно мають справу з комп'ютером, набагато швидше навчаються математики та в 5 разів швидше вчать читати і писати.

Вчені підтвердили, що малюкам, які в дитинстві активно повзали, легше дається навчання, ніж тим, які відразу почали ходити.

Мозок новонародженого становить 10% від загальної маси його тіла. У дорослих цей показник знижується до 2%.

## ВІЗЬМІТЬ ДО УВАГИ

### ДИТИНА ХРЕЩЕНА ОДИМ ІМ'ЯМ, А НАЗИВАЮТЬ ЇЇ ІНШИМ

Хрещення в наші дні не є чимось незвичайним, але залишається оповите безліччю забобонів. Одним з таких моментів є ім'я, що дається дитині при хрещенні.

Для церкви має значення тільки те ім'я людини, яке було дане їй при хрещенні. Це означає, що сповідатися, вічатися, молитися треба, згадуючи саме це ім'я. Якщо інші люди моляться за цю людину – то тільки використовуючи виключно хрестильне ім'я. Відслідують людину і замовляють молебні за упокій душі теж тільки під тим ім'ям, яке було дане при хрещенні. Називати це ім'я «таємним» ні в якому разі

неправильно. Для церкви це і є ім'я людини, яке буде записане в церковно-парафіяльних книгах і яке священник називає під час всіх обрядів і таїнств.

Нерідко можна почути думку, що правильніше давати дитині при хрещенні інше ім'я спеціально, щоб їй не могли «наврочити», «навести порчу» і так далі. Чи так це? Як до цього ставиться церква?

Церква вкрай негативно оцінює будь-які магичні ритуали і все, що з цим пов'язане. Давати інше ім'я з метою захисту від «чорної магії» – гріх, тому що християнин надіється на Бога, його захист і заступ-



ництво, а не вчиняє незрозумілі і не схвалені церквою захисні ритуали. Захищають дитину регулярні молитви, причастя, сповідь і виховання у вірі, а не сумнівні забобони.

(За матеріалами Інтернет-сайтів)

## ДОСЛІДЖЕННЯ

### ФОРМУЛУ ЩАСЛИВИХ СТОСУНКІВ ВИВЕДЕНО!

Цілуймося, обнімаймося, і буде нам щастя!

Вже давно доведено, наскільки дотики та обійми важливі для психічного здоров'я та комфорту людини. Погодьтеся, інколи словами не висловити того, що ми передаємо дотиком, пригортаючи близьку людину. Що більше ми обіймаємо (і що більше обіймають нас), то більше довіри до світу ми відчуваємо. Тож психологи закликають нас більше обійматися, при цьому не лише з коханими: обіймайте своїх дітей, друзів, батьків.

Те саме стосується і поцілунків – вони не лише допомагають нам висловити своє особливе ставлення, пристрасть, ніжність, а й діють як заспокійливе і навіть знеболювальне! Адже позбавляють стресу, зайвих переживань, тривоги, врівноважують гормональний фон. Практично половина опитаних пар вважають поцілунок найкращою профілактикою розлучень та якнайповнішим виявом почуттів. Під час обіймань і поцілунків в кров виділяється гормон щастя (ендорфін), який так потрібен нам, аби почуватися щасливими.

Не вимагайте від партнера зцілювання у коханні

У ході досліджень багато опитаних скаржились, що їхні

партнери просто змушують їх вимовляти заповітне «Я тебе кохаю». Це велика помилка, адже таким чином втрачається весь сенс таких слів, вони можуть перетворитись на банальщину, що не несе на собі жодного емоційного навантаження. Те, наскільки часто людина зізнається у коханні чи робить інші емоційні заяви, залежить від її темпераменту, ступеня емоційної розкритості. Тож для когось сказати «я тебе кохаю» – легко, а хтось вимовляє такі слова лише в момент особливого емоційного піднесення.

#### Влаштовуйте собі

#### романтичні побачення

Влаштування побачень є особливо важливими для людей, які вже тривалий час разом, які вже стали батьками, у яких багато обов'язків, рутинних справ. Романтичні зустрічі допомагають повернути свіжість почуттів, дають змогу забути, що ви є татусями-матусями, керівниками або підлеглими, на побаченні – ви просто закохані, які насолоджуються часом, проведеним разом.

#### Точки дотику

Виводячи формулу щасливих стосунків, психологи дійшли висновку, що для гармонійних і довготривалих відносин у пари мають бути певні «точки дотику», такі як спільне хобі, кілька спільних друзів, схожі смаки, а ще – приблизно однакове на-



вантаження на роботі (наприклад, обоє працюють повний робочий день, а по приходу до дому рівномірно розподіляють домашні обов'язки). Важливо робити щось разом: відвідувати концерти, дивитися фільм, займатися спортом, садівництвом, подорожувати... Такі спільні заняття дуже зближують, тож можуть служити як гарною реабілітацією після відчуження партнерів, так і зближувачим фактором для пари з великим стажем. Тим не менш, не забувайте і про особистий простір – кожен має мати час (хоча б кілька годин на місяць) для свого особистого дозвілля.

Найщасливішими виявились ті пари, в яких чоловік та жінка намагаються задовольнити потреби один одного, або бодай знають їх (цікавляться ними). Йдеться не лише про банальні потреби, такі як бути ситим, сексуальне задоволення, а й про значимі для багатьох відчуття безпеки, захищеності, визнання, прийняття.

Що ж, шукаючи формулу щасливих стосунків, вчені дійшли до висновку, що довговічними і щасливими є ті стосунки, де живе любов, повага, бажання задовольнити потреби партнера, спільні інтереси, романтичні моменти, а ще – поцілунки і обійми.

## НА ЖИТТЄВИХ ПЕРЕХРЕСТЯХ

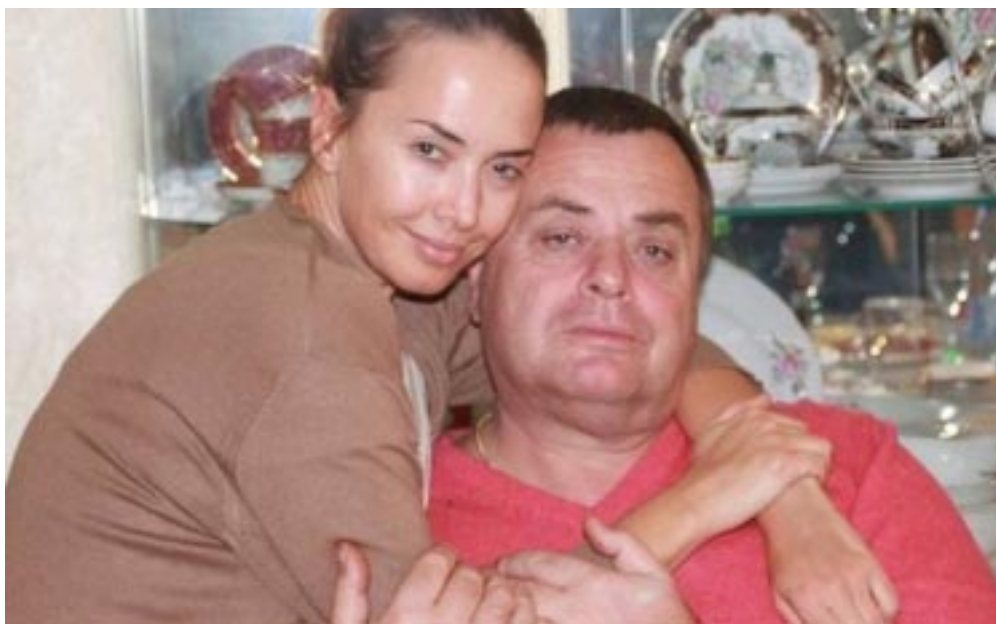
Катя знала, що Віктор не її батько, хоча любила його, бо він любив її, навіть, здається, любив більше за рідну дочку. Старався годити її, аби, либонь, хто не сказав на зразок: «А, то ж не своя дитина, то можна й обділити чимось». У цьому йому ніхто не міг дорікнути, ні дружина, яку взяв з дітями на руках, ні названа дочка, хіба що ось рідна Оксанка. Вона рідна, але так сталося, що завжди була для Віктора на другому плані, хоча в серці – найрідніша, наймиліша, своя. Але все для Катки і Катки було в сім'ї, а для Оксанки – її обноски. Не раз до болю в Оксанки стискалося серце, та намагалася зрозуміти тата, особливо, коли вже підросла, відчувала, що все одно він її любить більше за Катку.

Йшли роки, і одна дочка, й інша вийшли заміж, народили дітей. Якось під Новий рік така туга, такий жаль напав на Катку, що її бабуся одна щороку святкує Новорічно-Різдвяні свята, і добре знала, що в цьому її провина – адже вона одна-єдина рідна внучка. Рішення Каті їхати в село до бабусі на свята було без обговорень. Ніхто не перечив – якщо Катка вирішила, так мусить бути.

Яка вже бабуся була рада їхньому приїзду! А Катка відразу взялася за домашню роботу – порала стареньку рідну хатину, прикрашала ялинку і так добре на душі було, але чомусь їй тривожно...

Бабуся, втішаючись внучкою та її сім'єю, не витримала й побігла до сусідки похвалитись, що такі рідні гості в неї. Що така щаслива! А сусідка, яка збиралась одна святкувати Новий рік, напросилась в гості до неї. А вже, прийшовши до бабусі, побачивши всіх щасливих, піднесених, святкових, не витримала й промовила: «Ви святкуєте, веселитесь, а твій тато, Катко, помирає...». Не в першу, а в другу хвилину Катка зрозуміла, про якого батька йде мова. Вибі-

## ТАТУ, НЕ ПОМИРАЙ!



гла з хати, сіла за кермо авто й поїхала з двору. Всі знали – до батька.

Це був найщасливіший день для Миколи – у очах дочки він побачив і любов, і страх, і турботу. У дочки, про яку жодного разу не турбувався, навіть не цікавився звичним, як здоров'я, як справи. Його втішало його життя. До пори – до часу, поки старість не стала брати своє. І він став нікому не потрібен.

Тоді у молодості, з мамою Катки, хоч і любився й створили сім'ю, та всидіти на місці не міг. Куди не глянь – не дівчата, а одна краса. Тож то за одною піде, то в іншій заночує. Навіть не

стримався і не осів, коли народилась донечка. А Валя, незважаючи, що любила його понад усе, не могла витерпіти його поведінки і образ, подала на розлучення. Микола й не просився, Богу дякувати, думав, тепер вільний. І гуляв хлопцем, поки здоров'я й роки дозволяли. А як посивів, втратив все. З квартири, в якій прожив більше десяти років з останньою дружиною, викинули, як непотріб... І залишився Микола без кола, без двора. Він тоді згадував Валю і донечку. Не раз довго сидів у парку, що біля їх квартири, спостерігав за найріднішими, але не заявляв про себе, боявся, не міг. Бачив, які вони щасливі без ньо-

го, і порушити їхнє щастя все-таки не дозволяла совість.

Засумував, запив, та ще й так, що з часом і з роботи попросили його піти, хоча й мав хорошу достойну посаду. Поїхав до мами чоловік...

Микола вже декілька місяців жив у селі. Не жив, доживав. Лікарі говорили, якщо не візьме себе в руки, довго не протягне. А взяти себе в руки не хотів. Навіщо жити? Для кого?! Все життя пішло нанівець. І при діагнозі – цироз печінки – продовжував і пити, і курити з думкою, аби швидше закінчилось життя...

У передноворічну ніч двері старої хати відкрила його Катка. Єдина донька, яка ніколи не чула ласкавого батькового слова, не знала його опіки, його любові, навіть звичного «Добрий день!» не чула від нього. Микола аж онімів. І це була миттєва хвилина перелому його життя. Він вирішив жити, почувши тривожне і благальне: «Тату, не помирай!». Вперше слово «Тату».

Вони святкували Новий рік разом. Микола вперше відчув любов дочки і внука... І не міг стриматись, душа виривалась у трепеті і щасті, і він цілий вечір проплакав від радості, від того, що є для когось жити, що він потрібен найріднішим...

Він не помер. Йому після тривалого лікування вдалося поправити здоров'я і повернутися на роботу – працював на солідній фірмі, був заступником директора. І він вже жив для дочки і її сім'ї.

І не раз Каті доводилось говорити батькові, який виростив, який дарував любов: «Тату, прости, він же мій батько!» І він це сприйняв, хоча в його душі ніхто не загляне...

А мама? Її серце ділилося на два. Бо любила Миколу ніколи не переставала, та повага, визнання і вже інша любов була сильнішою до Віктора – справжнього, надійного і турботливого батька її двох дітей.

Валентина БОРЗОВЕЦЬ