

# Effat University Repository

## The Beginning of a New Life: A Guide for Parents

Authors	Moshkivskaya, Valentina;Burina, Ekaterina;Shpakovskaya, Irina
Citation	The Beginning of a New Life: A Guide for Parents / V. A. Moshkivskaya, E. A. Burina, I. I. Shpakovskaya — St. Petersburg: Skifiya-Print, 2026. — 52 p.
DOI	<a href="#">There is no DOI; the book is published on paper</a>
Publisher	Skifiya-Print
Rights	Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International
Download date	2026-05-21 20:13:58
Item License	<a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/">http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/</a>
Link to Item	<a href="https://repository.effatuniversity.edu.sa/handle/20.500.14131/2689">https://repository.effatuniversity.edu.sa/handle/20.500.14131/2689</a>



УДК 159.923:618.2/.7

ББК 88.3+57.1

НЗ6

*Авторы-составители:*

**Мошкивская Валентина Анатольевна**, кандидат психологических наук, клинический психолог, психолог-консультант  
moshkivskaia@gmail.com

**Бурина Екатерина Александровна**, кандидат психологических наук, клинический психолог, консультант, доцент факультета клинической психологии Университета Эффат (Саудовская Аравия)  
eburina@effatuniversity.edu.sa

**Шпаковская Ирина Игоревна**, младший научный сотрудник лаборатории фундаментальных основ построения интеллектуальных систем, ассистент кафедры автоматизации и процессов управления СПбГЭТУ «ЛЭТИ»  
iishpakovskaia@etu.ru

НЗ6 **Начало новой жизни:** пособие для родителей / В. А. Мошкивская, Е. А. Бурина, И. И. Шпаковская — Санкт-Петербург: Скифия-принт, 2026. — 52 с.

**ISBN 978-5-98620-844-2**

Брошюра представляет собой краткое руководство для родителей, систематизирующее ключевые физиологические и психологические аспекты беременности и раннего материнства, а также вопросы перинатального психического здоровья. В тексте рассматриваются особенности образа жизни (алкоголь, курение, питание, физическая активность, интернет), межличностные отношения и роль отца, а также психологическая подготовка к родам и практика грудного вскармливания. Цель пособия — предоставить практико-ориентированные рекомендации, способствующие благоприятному развитию плода и успешной адаптации матери и семьи в первые годы жизни ребёнка.

**ISBN 978-5-98620-844-2**

© В. А. Мошкивская, 2026

© Е. А. Бурина, 2026

© И. И. Шпаковская, 2026