

## Как избежать семейных проблем

Создать семью просто, гораздо больших сил, затрат и умений требуется чтобы сохранить ее. Очень важно за бытовыми проблемами и суетой повседневной жизни не растерять любовь, нежность и теплоту среди членов семьи. Мы предлагаем пять правил, которые помогут сохранить добрые, доверительные отношения между родителями и детьми.

**Правило первое.** Постарайтесь избегать в общении с детьми следующих фраз: «Я тебе тысячу раз говорил (а), что...», «Сколько раз тебе повторять...», «О чем ты только думаешь? ...» , «Неужели трудно запомнить, что...». И как можно чаще произносите: «Ты у меня самый (ая)...(умный, красивый, сильный и т.д.), «Ты у меня молодец (умничка)...», «У меня ближе и роднее тебя никого нет...».

**Правило второе.** Время от времени в доброжелательной форме и спокойном тоне обсуждайте и анализируйте все обоюдные претензии.

**Правило третье.** Стремитесь к совместной деятельности с детьми: к общим занятиям спортом, искусством. Просто необходимы совместные действия, но без крика друг на друга!

**Правило четвертое.** Находите в окружающих вас людях (друзьях, родственниках, знакомых) как можно больше доброго, интересного, привлекательного и как можно чаще говорите о них хорошее. И ни при каких условиях в присутствии окружающих не говорите о людях плохих слов, не осуждайте и не высказывайте негативных эмоций.

**Правило пятое.** Когда у людей не все получается или получается не так как хочется, они пытаются скрыться от проблем, занижая требовательность к себе, и как бы возвращаются к беззаботному детству. Развивайте в своих взрослых детях взрослую часть личности, ведите активный образ жизни: больше общайтесь с разными людьми, заводите новые знакомства, проводите вместе отпуска, путешествуйте, посещайте театры, концерты, обсуждайте книги. Все это развивает человека и заставляет почувствовать вкус взрослой и самостоятельной жизни, а не беспечного детского положения.

Любите друг друга, берегите друг друга, и ваша семья будет по-настоящему счастливой и благополучной!

Р. Морозова  
социальный педагог  
ГКУ СО КК «Тимашевский СРЦН»