**ОТ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ ЗАВИСИТ**

**ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ**

****От гармоничных и устойчивых отношений в семье зависит, как известно, не только состояние самих супругов, но и физическое и духовное развитие детей. Влияние родителей на поведение и поступки ребенка, способы общения с ним, проявление чувств по отношению к нему - все это в той или иной степени определяет то, как будет развиваться его личность в дальнейшем.

Взаимоотношения между родителями, отношение их к ребенку влияют на формирующуюся систему ценностей, позитивный взгляд на мир, на самого себя, на самоуважение и доверие к окружающим людям.

Средства и навыки взаимодействия усваиваются ребенком, перенимаются им и в дальнейшем, почти наверняка, будут использоваться в построении уже своей собственной семьи.

****

**ГАРМОНИЯ — СОСТОЯНИЕ ПОКОЯ, КОТОРОЕ НАСТУПАЕТ В РЕЗУЛЬТАТЕ БЕЗУПРЕЧНОГО СОЧЕТАНИЯ ИЛИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Абсолютная гармония в семье - это большая редкость. Споры, размолвки, разногласия и даже конфликты почти неизбежны. Не существует единого рецепта на все случаи жизни, но все же некоторые советы могут быть Вам полезны. Они помогут создать более позитивные взаимоотношения с детьми и супругом(ой) и, таким образом, снизить напряженность, время от времени возникающую у каждого из членов семьи.

**Помните, что гармония в отношениях – это не что-то данное, а результат вашей совместной работы. И если вы будете следовать простым рецептам, ваша семья станет настоящим оазисом**

**счастья и любви.**

**Удачи вам на этом пути!**

**СЕМЕЙНОЕ ВРЕМЯ - ИДЕИ ДЛЯ СОВМЕСТНОГО ВРЕМЯПРЕПРОВОЖДЕНИЯ:**

**ПИКНИК В ПАРКЕ**

Соберите всю семью и отправьтесь на пикник в ближайший парк. Готовьте вместе еду, подбирайте игры на свежем воздухе и наслаждайтесь общением друг с другом

**СОВМЕСТНЫЙ КУЛИНАРНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС**

Приготовление еды вместе может стать настоящим увлекательным занятием для всей семьи. Выберите блюдо, которое все любят, и проведите совместный мастер-класс

**СЕМЕЙНЫЙ ДЕНЬ СПОРТА**

Выберите спортивный вид спорта, который может понравиться всей семье, и отправляйтесь на стадион или в спортивный зал

**СОВМЕСТНЫЕ ЗАНЯТИЯ ТВОРЧЕСТВОМ**

Рисование, вышивание, лепка — настоящее творческое занятие, которое может объединить всю семью



**Принципы, которые помогут сохранить гармонию и создать долгие крепкие отношения**

****

**Заботиться друг о друге, о доме, о детях**

****

**Быть дисциплинированными**

****

**Не замалчивать и не копить обиды**

****

**Стараться контролировать негативные мысли и эмоции**

****

**Не давать волю плохим, грустным, тяжелым чувствам**

****

**Правильно решать конфликты**

****

**Не выяснять отношения на эмоциональном подъеме**

****

**Быть командой**

****

**Обсуждать деление обязанностей и ответственности**

****

**Уважать и доверять**

****

**Обсуждать деление обязанностей и ответственности**

**Помогать друг другу**

**Иметь совместные планы и цели**

**Как можно чаще говорить “я тебя люблю”**

**Поддерживать и мотивировать**

****

****

**Усталость рабочего дня, проблемы, принесенные домой с работы, снимаются в семье, освобождая место внутренней раскованности, если здесь царят доверие, взаимопонимание, взаимная поддержка, которые так важны для душевного равновесия каждого члена семьи и взрослого, и ребенка**

**646101,**

**г. Называевск,**

**ул. Пролетарская, д. 66**



**8 (38161) 2-23-63**



<http://nzvkcson.ru>

****

csonzv@mail.ru

**Бюджетное учреждение Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения Называевского района"**



**Рецепты гармонии в семье**



**г. Называевск**

**2023 г.**