

## 10 секретов крепкой семьи:

Международный день семьи отмечается в мире 15 мая. Он был создан с целью привлечения внимания общественности к проблемам семьи, которых сегодня существует большое количество.



На самом деле, для того чтобы семья была крепкой и дружной, нужно этого хотеть. Никто за вас не сделает ваши отношения гармоничными — над этим нужно работать.

**1. Показывайте свою любовь, не прячьте свои чувства.** Даже если любовь кажется вам очевидной, не ленитесь говорить об этом чаще. Подкрепляйте свои слова поступками.

**2. Принимайте пищу по возможности всей семьёй вместе.** Совместное застолье прекрасная возможность

почувствовать поддержку и понимание, обсудить наболевшие проблемы. Даже если за ужином обсуждается крайне неприятная ситуация, у членов семьи остается уверенность, что вместе можно преодолеть трудные времена.

**3. Семейные традиции — без них никуда.** Выбирайте то, что нравится всем членам семьи. Семейные традиции делают вашу семью неповторимой и придают чувство стабильности и уверенности в завтрашнем дне.

**4. Общение — окружение.** По данным исследований, дети, которые часто общаются со взрослыми людьми, помимо родителей, ощущают себя увереннее и счастливее. Принимая гостей, вы будете ощущать себя командой.

**5. Домашние дела все вместе.** Разделяя домашние хлопоты между всеми членами семьи, вы закладываете атмосферу командной поддержки друг друга. Общее дело объединяет, вызывает командный дух и взаимоуважение.

**6. Расскажите историю своей семьи.** Очень важно рассказывать детям о своем детстве и о том, как были маленькими другие члены семьи. Это позволяет детям лучше понять родителей.

**7. Заведите домашнего питомца.** Домашние животные и птицы – верные помощники улучшить настроение. Они окружают ваших домочадцев лаской и любовью. К тому же забота о питомцах позволит воспитать в детях чувство ответственности.

**8. Уважайте других членов семьи как личность.** Принимайте всех членов семьи такими, какие они есть. Поддерживайте друг друга, выслушивайте, идите на компромисс.

**9. Будьте пунктуальны.** Пунктуальность даёт чувство и уверенность в партнёре, уверенность в том, что их никогда не подведут и на них можно положиться.

**10. Заботьтесь друг о друге.** Покупайте любимые мелочи для других членов семьи. Этим вы покажете, что вам дороги ваши близкие и вы думаете о них даже тогда, когда их нет рядом.