УМНОЖИМ СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ!

ВЫ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ПОМОЩЬ:

Педагог – психолог

ГБУ КЦСОН
Дубровского района
Мартынова
Ольга Владимировна

8-48332-9-11-99

Государственное бюджетное учреждение Брянской области Комплексный центр социального обслуживания населения Дубровского района

Семейные ценности и традиции – фундамент крепкой семьи

психология - родителям

рп. Дубровка-2021

Семья – единый организм, где каждый человек глубоко «врастает» в общую структуру. Чтобы это единение было прочным, чтобы семьи не развалились при малейшей проблеме, очень важно иметь семейные ценности.

Ценности – это то, что человек ценит в жизни, чему он придает особый жизненный смысл, например:

- Каждый в семье имеет право на свою точку зрения.
- Каждому в семье - доверие и уважение!
- Реагировать только на конструктивную критику!
- Любить и принимать человека таким, каков он есть!
- Если виноват перед близким, попроси прощения.
- и многие другие.

На основе ценностей формируются **традиции.** Это обычные для данной семьи нормы, манеры поведения, обычаи и взгляды, которые передаются из поколения в поколение. Традиции могут быть и новые, созданные в молодой семье. Если **ценности** можно сравнить с **фундаментом**, то **традиции** – это те **прочные узы**, которые нас друг с другом связывают, но не болезненной привязанностью, а соединяют на основе совместной деятельности, творчества, развития, чувства сопричастности,

например,

- совместная уборка по выходным,
- чтение перед сном всей семьей худ. литературы, обмен впечатлениями,
- совместный досуг, игра в настольные игры,
- обучение какому-либо мастерству, рукоделию,
- совместный труд на приусадебном участке, сбор урожая,
- семейный чат, в котором состоят несколько членов семьи из разных городов, обмен новостями, оказание поддержки,
- посещение дорогих сердцу мест, значимых для семьи,
- милые ежедневные ритуалы - встречи и прощания, которые создают нежные отношения и являются залогом хорошего дня и спокойной ночи,
- семейные завтраки либо ужины. В это время можно поделиться планами на предстоящий день или обсудить уходящий.
- раз в неделю готовить пищу всей семьей,
- спортивный дух семьи,
- устраивать мини-праздники по поводу важных для семьи событий,
- организовывать семейную фотосессию раз в полгода-год,
- ведение семейного альбома,
- составление и ведение генеалогического древа. Каждый человек должен знать свои корни.
- семейный совет. Это очень хорошая семейная традиция помогает собрать всех членов семьи и обсудить важные вопросы.
- совместный отдых и путешествия всей семьей.

Это лишь небольшой список, который можно и нужно дополнять.

Чем больше в семье традиций, тем крепче она становится! Очень важны при этом положительные эмоции, чтобы все члены семьи чувствовали себя нужными, важными, включенными в общий процесс.

А какие ценности важны для вашей семьи?

Какие традиции есть в вашей семье уже сейчас?