По мнению психологов, каждый брак может получить статус идеального, если оба партнёра будут придерживаться драгоценных правил счастливого союза.

***Важные элементы благополучия в браке :***

* Исключите выражения: «Ты точно как твои родители», «Сколько раз тебе буду повторять», «Мне уже надоело тебе объяснять», «Интересно, все могут, а только ты – нет», «Всё, моё терпение лопнуло!». *Частое использование подобных высказываний приводит к тому, что партнёры начинают надоедать друг другу.*

***Исключить конфликты в семье можно, если придерживаться ряда золотых правил поведения:***

* ***Будьте вежливы и доброжелательны по отношению друг к другу.*** Для того, чтобы союз был долгим и счастливым, нельзя мелочам и обидам давать возможность разрушить семейную жизнь. Не нужно пытаться любыми способами добиваться правды, пресекать желание супруга (супруги) помириться и наказывать угрюмостью и молчанием.
* ***В идеальной семье муж и жена равны, в ней нет места триумфаторам и проигравшим.*** И если муж или жена вызывают раздражение, то нужно вспомнить о том, что не так давно он (она) был для вас любимым и самым дорогим человеком.
* Не вспоминайте о словах и действиях, совершенных в состоянии гнева, и после примирения постарайтесь совсем забыть о них. ***Разделяйте со своим любимым все радости***, примите во внимание, что обиды, конфликты и угрюмое молчание в торжества воспринимаются гораздо острее. ***Не прячьте своё доброе отношение*** к мужу (жене), ***проявляйте чуткость и внимательность***, чувствуйте его (ее) настроение. Позвольте почувствовать партнёру его (ее) значимость в вашей жизни, то, насколько он (она) вам дороги и любимы вами.

***«Грубость, словно раковая опухоль, съедает любовь»*** (Дэйл Карнеги)

* Есть люди, которые с уважением и добротой относятся к чужим людям, а дома, с родными их поведение жестокое и безнравственное. К примеру, не каждый из нас будет лезть в личную жизнь постороннего человека, читать смс в его телефоне без разрешения. Тогда почему мы считаем это нормальным по отношению к своему партнёру?
* Спрятать семейные конфликты получается не у всех, и такие отношения родителей плохо отражаются на детях. Дети очень чувствительны и перенимают от родителей их поведение. Не забывайте, что ***от того, как выстраиваются отношения в вашей семье, зависит семейное счастье ваших детей***. Вряд ли ребёнок вырастет хорошим мужем или женой, если его родители ненавидели друг друга, бесконечно ругались и не считались с его мнением.



* Всегда придерживайтесь важного принципа нравственности: ***«Относитесь к другим людям так, как хотели бы, чтобы они относились к вам».***



***Государственное бюджетное учреждение***

***Ямало-Ненецкого автономного округа «Центр социального обслуживания населения «Доверие» в муниципальном образовании город Салехард»***

**«Счастье - быть вместе»**

**ГБУ ЯНАО «ЦСОН «Доверие» в МО г.Салехард**

ул. Патрикеева, д.25, тел. 8(34922)99-1-39

doverie.yanao.ru