

## Рецепт семейного счастья

- 1 чашка везения
- 2 чашки душевности
- 3 чашки сердечности
- 4 чашки прощения
- 5 чашек верности
- 6 ложек внимания
- 7 ложек мудрости
- 8 ложек доверия
- 9 ложек щедрости
- 10 ложек уважения
- 0,5 стакана терпения
- 0,5 стакана понимания
- 0,5 стакана практичности
- 0,5 стакана дипломатичности
- 0,5 стакана откровенности

Смешать все и медленно добавить по вкусу: загадочности, романтичности, лиричности, соблазнительности и эмоциональности.

Потом доложить щепотку страсти, на глаз - ласки, капельку таинственности. И взбить с большим объемом любви, сердечности и искренности.

Подавать ежедневно с ослепительной улыбкой в ангельско-прекрасном настроении!



ГБУСОН РО «СРЦ для  
несовершеннолетних г.Ростова-на-  
Дону»

Телефон/факс: 267-31-33, 267-40-55;  
344011, г.Ростов-на-Дону,  
ул.Варфоломеева, 99,  
Проезд с центрального рынка маршрутами 9, 60  
(остановка пер.Гвардейский)  
С мкр.Западный: 23,25, 93 (остановка  
пер.Гвардейский)  
сайт:<http://www.dr-centr.ru>  
эл.почта: [buh\\_src@mail.ru](mailto:buh_src@mail.ru)

## Министерство труда и социального развития Ростовской области

Государственное бюджетное учреждение  
Ростовской области «Социально-  
реабилитационный центр для  
несовершеннолетних г.Ростова-на-Дону»



Семья-это труд,  
Друг о друге забота,  
Семья-это много домашней работы.  
Семья-это важно!  
Семья-это сложно!  
Но счастливо жить одному  
Невозможно!

## Секреты супружеского счастья

### 1. Чувство любви.

Главное и основное условие прочного брака, его фундамент – это чувство любви, притяжение друг к другу. Даже когда бывают ссоры по поводу разделения домашних обязанностей, воспитания детей и отношений с родителями все вопросы решаются в атмосфере любви и взаимопонимания.

### 2. Умение принимать другого, таким, какой он есть.

Вот один из них: умение принимать любимого человека таким, каков он есть, - с достоинствами и недостатками. Не надо пытаться переделывать друг друга - это не прибавит радости никому. Тем более что недостатки – вещь относительная. Не стоит ориентироваться в своих оценках на мнение окружающих. В делах семейных лучше доверять лишь себе и своей половине. Счастливые пары как раз и отличает способность опровергать общепринятые каноны.

### 3. Доверие.

Одно из важных условий счастливого брака - открытость и доверие в отношениях. Это вовсе не означает, что необходимо полное проникновение в мысли и чувства друг друга - свои «островки» в душе должны оставаться у каждого. Но между близкими людьми не должно быть страха признаться в сокровенном, боязни оказаться непонятым. Уверенность, что вы можете выложить жене или мужу все, что вас волнует, и будете услышаны, как ничто другое, укрепляет отношения. Открытость также предполагает возможность и способность свободно проявлять

свои чувства. Кроме того, счастливые супруги просто верят друг другу, не мучаясь подозрениями, что их предадут в сложной ситуации.

### 4. Совместное принятие решений.

Важно не только что-то вместе делать, но и вместе принимать решения. Это, во-первых, помогает избежать ошибок, а во-вторых - позволяет разделить ответственность, если что-то все же не так. В благополучном браке муж и жена не станут сваливать вину друг на друга, а постараются вместе справиться с неприятностями.

Сказанное выше не исключает необходимости для каждого партнера в браке иметь личностное пространство. Они действительно вместе, но ни один из них не поглощает другого целиком, не мешает сохранить своё «я».

### 5. Взаимная поддержка.

Любящие супруги не конкурируют друг с другом и не выясняют, кто удачливее. Каждый радуется успехам другого, готов поддержать и дать совет. В счастливом браке происходит постоянное духовное взаимообогащение.

### 6. Умение прощать. .



Однако ссора ссорой рознь. Если двое начинают бросаться друг в друга не только обидными словами, но тем, что под руку попадет, можно казать, что серебряной свадьбы у них не будет.

В крепких браках партнеры умеют конструктивно разрешать конфликтные ситуации. Они подсознательно чувствуют, когда нужно остановиться, не позволяя себе опускаться до оскорблений. Очень помогает в семейных раздорах чувство юмора. Когда двое теряют способность вместе смеяться, перевести в шутку вот-вот назревающий конфликт - это сигнал, что из их отношений ушло что-то главное. И вот, тем не менее, любимый вас обидел... Умейте прощать. Счастливы те, кто обладает этой способностью.

### 7. Умение быть самостоятельными

Активное вмешательство родителей (дедушек, бабушек) мешает самостоятельно решать проблемы. Понятие «Мы!» - превыше всего. От умения строить отношения с ними зависит судьба любого брака. Уважайте чувства супруга к своим родителям, и он не будет выбирать одного из двоих очень близких людей.

### 8. Ласковые слова

Старайтесь в общении с супругом применять большое количество уменьшительно-ласкательных слов и прозвищ, это возвращает Вас в детство, когда все было прекрасно. Однако, на людях и в общественных местах старайтесь соблюдать рамки приличия. Также дарите друг другу подарки, делайте приятные сюрпризы, отмечайте совместные праздники, соблюдайте семейные традиции и ритуалы. Они дают гарантии стабильным отношениям в семье.