## Факторы семейного благополучия

**Семья для ребенка** – это место его рождения, кладовая знаний и трамплин во взрослую жизнь. Она определяет очень много в жизни ребенка. Связь между родителями и детьми относится к наиболее сильным человеческим связям.

**Благополучию ребенка** способствуют доброжелательная атмосфера и такая система семейных отношений, которая дает чувство защищенности, любви и принятия, стимулирует и направляет его развитие.

**Любовь родителей** – величайший и незаменимый источник духовного и эмоционального развития ребенка, его нравственных качеств, чувство уверенности в себе, позитивного восприятия мира.

Наша психическая устойчивость может существенно меняться в зависимости от физического состояния, здоровья, успехов в личной и трудовой жизни. Поэтому в каждом конкретном случае рецепты ее сохранения различные и индивидуальные. Тем не менее, желающим научиться управлять своими эмоциями и настроением, овладеть быстрыми способами снижения излишней внутренней напряженности, можно рекомендовать приемы саморегуляции, самоконтроля и тренировки внимания.

**г. Гомель, ул. Портовая, д.14, каб.10**
**сайт: www.my-vmeste.by**
**социальные сети: instagram @tson.gomel.**

**Записаться на семейную консультацию к психологу можно по телефонам: 34-57-44, (29)1299777**

**Учреждение**
**«Центр социального обслуживания населения Центрального района г. Гомеля»**

# «Основы семейного благополучия»

**Отделение комплексной поддержки в кризисной ситуации**
**34-57-44, (29)1299777**

**Правила общения в семье:**

•Начинайте утро с улыбки;

•Учитесь «читать» ребенка;

• Не думать о ребенке с тревогой;

•Не сравнивайте детей друг с другом;

•Хвалите ребенка искренне;

•Проявляйте радость от совместной с ребенком деятельности.

• Организуйте совместное, семейное посещение развлекательных центров, парков и т.д.

Довольно часто нам **бывает сложно** признаться в том, что в семье возникли **трудности**, с которыми самостоятельно справиться не представляется возможным.
**Не стоит** опускать руки и надеяться, что конфликты и непонимание пройдет само собой.

*Обращайтесь за помощью к специалистам.*
*Совместными усилиями можно достичь благополучия и понимания в семье !*

Что же является **причинами семейного неблагополучия ?:**

• Разрыв между жизненными ценностями разных поколений;

• Безответственное отношение к семейным обязанностям;

•Отсутствие традиций в семье;

•Воздействие завышенных социальных требований (невротические ожидания, невозможность соответствовать какой-либо социальной роли);

• Злоупотребление родителями алкоголем, ПАВ;

• Ведение родителями аморального образа жизни;

• Низкий уровень материального достатка;

• Длительное отсутствие родителей в семье (служебные командировки, вахтовый метод работы, нахождение в местах лишения свободы, длительное стационарное лечение и т.д.)