**Родительский ликбез.**

**10 привычек, которые объединяют пары в счастливые семьи.**

 **Они не жалуются на партнера родным и знакомым**.

 Счастливые пары знают, что не стоит втягивать в свои отношения третьих лиц. Если возникают недоразумения, супруги говорят друг с другом напрямую. Если проблема не решается, не стоит обращаться к другу или подруге, они, как правило, необъективны и будут поддерживать либо сторону муж, либо сторону жены, потому что друзья. Лучше обратиться к семейному психологу, он поможем вам услышать друг друга. А главное , не пытайтесь найти виновного. Виноваты всегда двое!

 **Они не сравнивают себя с другими**.

 Супруги в счастливых парах принимают друг друга такими, какие они есть. Чужой партнер всегда будет казаться лучше. Только помните, что увидеть друг друга, как на ладони, можно, только проживая вместе и на одной площади. Любящие люди поддерживают, стараются понять друг друга и прийти к нейтралитету.

 **Они не изображают жертву**.

 Счастливые пары не обвиняют друг друга. Они стараются простить друг друга, при этом, не забывая, что ответственность за все в семье лежит на обоих.

 **Они не всегда серьезны**.

 Счастливые пары умеют веселиться, смеяться, шутить и тем самым обновлять свои отношения. Даже, когда жизнь бросает вызов, они находят возможность разрядить обстановку и посмеяться над проблемой.

 **Они не критикуют и не пилят друг друг**а.

 Счастливые пары умеют подчеркнуть достоинства друг друга, а когда возникают проблемы, пытаются осознать, что происходит. Если ваш партнер делает то, что вам не душе, важно выбрать приемлемый способ поговорить об этом. Критикой и слезами все равно не поможешь. Человек попросту перестает слышать вас или начинает делать вам назло.

 **Они не пытаются читать мысли**.

 Счастливые пары знают, как рассказать партнеру о своих потребностях. Они не ждут, что другой партнер догадается... Мы уже взрослые люди, у нас есть разные способы ненавязчиво сообщить о том, что нам нужно. Только не забудьте при этом быть внимательнее, нежнее друг к другу.

 **Они не зациклены на своих ролях**

 Они просто стараются быть гибкими... Сегодня готовишь ты, а завтра– я. Сегодня с ребенком сижу я , а завтра – ты. Если у одного трудности с работой, а , значит, мы приспосабливаемся к этой ситуации и не делаем из этого трагедии.

 **Они не кричат друг на друга**

 Человек, которые то и дело переходит на крик, воспринимается как нестабильный и неуверенный в себе человек. Разговоры на повышенных тонах противопоказаны во взаимоотношениях. Люди перестают слышать друг друга. Вместо крика учитесь договариваться. Ищите компромиссы. Если ситуация критическая, выйдите из комнаты на несколько минут, чтобы сделать 10 глубоких вдохов и успокоиться.

 **Они не контролируют друг друга.**

 Каждый человек имеет право на свое личное пространство. «Я твоя жена, но не твоя собственность». Небольшая тайна вокруг вашего любимого человека и ваш союз будет крепче.

 **Они не ждут друг от друга совершенства. Они совершенствуются вместе**.