

ДЛЯ ЖЕНИХОВ И НЕВЕСТ

Занятие №11

Тема: Гармония семейной жизни

Нам представляется, что общечеловеческие ценности, являющиеся основой воспитания (т.е. совершенствования духовного мира) человека, - есть выработанные и накопленные достижения духовного, нравственного и эстетического опыта, вошедшие в жизнь человеческого сообщества и позволяющие поддерживать определенный уровень духовно-нравственного равновесия в человеческом обществе.

Общечеловеческие ценности, способствующие воспитанию (совершенствованию духовного мира человека), содержат: духовно-нравственные основы: религий; философии (этики, эстетики); искусств; классики всемирной литературы; культуры поведения и взаимоотношений между людьми; духовно-нравственный жизненный опыт выдающихся личностей всемирной истории; нравственные истоки истории государства (народа); нравственные основы педагогики; **нравственные основы и смысл семейной жизни.**

Анализ опыта выдающихся семейных пар всемирной истории, позволяет определить близкую, крепкую дружбу, нравственной основой семейной жизни.

Швейцарский философ Ф.Р. Вейсс в своей работе «Философия обыденной жизни» характеризует дружбу, как: «Святой союз двух благородных душ, **согласившихся стремиться к взаимному самоусовершенствованию, к искоренению своих недостатков,** к устранению встречающихся на жизненном пути препятствий и при этом **остающихся друг для друга советниками, руководителями и вдохновителями на всё хорошее и, наоборот, предостерегателями от дурного**» [1].

В диалоге «Федон» Аристокл (Платон) утверждает: «Нет, видно, иного прибежища и спасения от бедствий, кроме единственного: **стать как можно лучше и как можно разумнее.** Ведь душа не уносит с собою после смерти ничего, **кроме воспитания и образа жизни**» [2].

Л.Н.Толстой в своих философских воззрениях представляет смысл жизни – в совершенствовании (непрерывном воспитании) [3].

Очевидно, что **смыслом семейной жизни** является: **взаимопомощь супругов в совершенствовании** их духовного мира и продолжение рода. **Смыслом рождения и воспитания ребёнка** является: продолжение рода и **совместное семейное взаимосовершенствование** духовного мира родителей и ребенка (детей).

Для гармонии в семье, т.е. **чтобы невозможно было друг на друга обидеться,** супругам целесообразно, ежедневно:

1.Проявлять взаимное внимание и заботу:

-за три дня до **КД** (критических дней) супруги взять на себя все хозяйство в доме, супругу усилить внимание и заботу, вежливость, ласку, в **КД** обеспечить приготовление пищи и работу на кухне с продуктами без супруги;

- опрятность, аккуратность, красивая прическа;
 - чистота тела, ухоженные ногти на руках и ногах, чистые, гладкие пятки;
- приятный запах в квартире и от себя;
- ласка;
 - улыбка;
 - красивая песня, спетая специально для супруга(и);
 - красивое, чистое нижнее белье и домашняя одежда, обувь;
 - вдохновение супруга(и) на все, приносящее пользу окружающему миру;
 - уважение (любовь) близких родственников супруга (супруги);
 - встреча супруга(и) его(её) любимой музыкой;
 - без напоминаний, подробное объяснение своего отсутствия дома в назначенное время;
 - красиво накрытый обеденный стол (скатерть, салфетки, приборы, цветы и т.п.);
 - отсутствие во взаимоотношениях *ревности* (и повода для неё);
 - приглашение незнакомых супругу(е) друзей и знакомых только по согласованию с ним(ней);
 - отсутствие *споров, ссор, оскорблений, грубости* в присутствии других людей;
 - при ожидании ребёнка супругу **обеспечить супруге:** мах любви и заботы, здоровый образ жизни; оградить от: *стрессов, неприятностей, влияния не норм экологии, финансовых затруднений;* и др.

2.В домашнем хозяйстве:

- поддерживать чистоту квартиры, не сорить и убирать за собой;
- красивые комнатные цветы (мята в спальне);
- чистое и приятно пахнущее постельное белье;
- отчет о денежных расходах в специальной книге;
- добросовестное выполнение каждым членом семьи конкретно определенного объема домашних дел;
- семейное выполнение уборки квартиры;
- семейное выполнение домашнего консервирования;
- семейная работа в саду (огороде);
- семейное приготовление любимого натурального сока;
- семейное выполнение косметического ремонта квартиры;
- празднование юбилеев, дней рождения и т.п. по специально разработанным сценариям, **включающим:** встречу гостей; торжественную часть; угощение, развлечение, проводы гостей; и др.

3.При общении супругов:

- вежливость, культура поведения за столом, при общении и т.д.;
- отсутствие в общении *осуждения* и *критики* кого-либо;
- отсутствие в общении между супругами (и детьми) *крика, грубости* (в т.ч. *ненормативной лексики*) и т.п.;
- беседы только на интересующие супруга (супругу) и полезные (в т.ч. для детей) темы;
- советы супругу (е) только по его(её) личной просьбе (разрешению), и для детей те, которые могут принести им пользу (а окружающим не нанесут *вреда*) и др.

4. Воспитание детей:

- воспитание детей в радости, красоте, доброте;
- ухоженные, опрятные дети;
- положительный личный пример детям;** и др.

5. Взаимосовершенствование духовного мира супругов и детей: радость ежедневного (еженедельного) взаимосовершенствования духовного мира, при посредстве Домашнего досугового центра; и др.

6. Здоровый образ жизни:

- приготовление вкусной, полезной, здоровой пищи;
- подтянутость (стройность, в т.ч. ровная спина) фигуры, контроль за весом тела, ежедневная утренняя физическая зарядка и контрастный душ (влажное обтирание тела);
- отсутствие вредных привычек; и др.

7. Общение с окружающими людьми:

- коммуникабельность, вежливость,
- чистота при общении с соседями;
- добрые, вежливые, ласковые, преданные, высокодуховные (друзья) подруги;
- доброта, вежливость, внимание и забота, любовь ко всем людям; и др.

Внимание! Для реализации всего Комплекса Гармонии семейной жизни, необходимо:

- понять, что реализация всех элементов ГСЖ принесет только счастье Вашей семье и, конечно Вам лично!
- постараться разобраться в каждом элементе ГСЖ, понять его важность и постараться запомнить, не стесняясь носить с собой текст с элементами ГСЖ;
- при случайном нарушении выполнения какого-то элемента ГСЖ, не стесняйтесь ласково и нежно попросить прощения у супруга(ги)!
- будет здорово, если Вы решите добавить какой-то положительный элемент в Комплекс ГСЖ, разносторонне согласовав его с супругом (ой)!

Искренне желаем Вам всесторонней Гармонии семейной жизни!

Список литературы

1. Вейсс Ф.Р. Нравственные основы жизни. Мн.: Юнацтва, 1994.
2. Платон. Собрание сочинений в 4т. Т.2. М.: Мысль, 1993
3. Толстой Л.Н. Путь жизни. М.: Республика, 1993.

78. Трофимчук А.Г. Гармония семейной жизни на основе общечеловеческих ценностей // Психология и жизнь: психологические проблемы современной семьи: Материалы международной научно-практической конференции 24–25 ноября 2011 г. в Минске / Белорусский гос. пед. ун-т. Минск: БГПУ, 2011. С.49-52.