

Как избежать конфликтов в семье?

Кого не волнует проблема конфликтов в семье? Даже самая дружная семья зачастую не может избежать конфликтов – близкие люди ссорятся друг с другом, причем часто из-за таких мелочей, что потом и вспоминать стыдно. И все равно ссоры происходят снова.

- Можно ли вообще избежать конфликтов?

- Можно, если грамотно строить общение!

Итак, **фразы, запрещенные к употреблению в семье:**

- ✓ Я тысячу раз тебе говорила, что ...
- ✓ Сколько раз тебе надо повторять, что ...
- ✓ О чем ты только думаешь ...
- ✓ Неужели тебе трудно запомнить, что ...
- ✓ Неужели ты не видишь, что ...
- ✓ Неужели непонятно, что ...
- ✓ Ты стал таким (грубым, невнимательным и т.д.)...
- ✓ Все люди ..., а ты ...
- ✓ Ты такой же, как твои родители (отец, мать), тоже ...
- ✓ Что ты ко мне пристала ...
- ✓ Правильно говорила мне мать (отец), что ты ...
- ✓ Вместо того, чтобы ..., ты бы лучше...
- ✓ Ты должен быть ...
- ✓ Ты муж (отец), ты должен ...
- ✓ А, значит ...
- ✓ А ты вспомни, как ты ...
- ✓ Ну что ты за человек ...
- ✓ Отстань от меня ...
- ✓ Ты как всегда ...
- ✓ Ты никогда ...
- ✓ А почему ...
- ✓ Ты можешь хоть раз (помолчать, вовремя прийти и т.д.)...
- ✓ А я говорю (говорил), что ...
- ✓ А я говорю – нет (да) ...
- ✓ Терпеть не могу, когда ты ...



Кстати, в семейной жизни есть два периода в течение дня, когда происходят почти все ссоры и конфликты: ***это полчаса до ухода на работу и полчаса после возвращения с работы.***

Именно в этот период могут особенно помочь рекомендуемые выражения.

Итак, внимательно прочитайте их и запомните!

Выражения, рекомендуемые в семейном общении:

- ✓ Ты у меня самый умный...
- ✓ Ты у меня самая красивая....
- ✓ Мне с тобой так легко....
- ✓ Мне с тобой так спокойно....
- ✓ Я никому не доверяю, как тебе...
- ✓ У меня нет никого ближе, чем ты...
- ✓ Ты меня всегда понимаешь....
- ✓ Ты у меня молодец...
- ✓ Посоветуй мне, ведь ты так хорошо разбираешься в
- ✓ Я бы никогда не смог сделать это так хорошо, как ты....
- ✓ Как я тебе благодарна....
- ✓ Ты моё самое дорогое сокровище...



Начните пользоваться ими
прямо сейчас,
и Вы увидите,
насколько спокойнее станет
вам общаться друг с другом,
насколько спокойнее и
счастливее станут Ваши
дети!