



Знаете, какой самый огромный миф о семейной жизни? Это брак, в котором партнеры никогда не ссорятся, находят компромиссы, утопают в любви и всегда друг другу уступают.

Многие супруги часто ищут помощи у психологов, чтобы тот помог сделать их брак идеальным. Но любая консультация психолога раскроет страшную тайну, что идеального брака не бывает.

Психологическая помощь поможет разобраться в вас самих и начать стремиться к гармоничным отношениям. А мы можем поделиться с идеями укрепления отношений, соблюдать которые довольно просто, если воплощать в жизнь вы их будете вместе.

1. Создавайте ритуалы.

Ужин за общим столом - это обязательное условие! Только в этом случае все друг друга ждут.

Это может быть воскресная прогулка по особенному маршруту, или вечернее чтение вслух или просмотр любимого сериала. Такие семейные ритуалы объединяют и дают чувство защищенности.

2. Пусть ваш дом станет праздником.

Придумать праздник не сложно, и совсем не надо ждать официальных календарных.

Например, первый день зимы, лета, весны, вечерняя пятница, день поцелуев и т.д.

Праздник дарит ощущение полной свободы от работы и быта, он расслабляет и освобождает вашу голову от рутины.

3. Хвалите друг друга и говорите комплименты.

Пусть ваш муж будет 5-й раз молодец за эту неделю. Ему это приятно и он захочет услышать это снова и снова, и стараться сделать что-то для семьи и вас, чтобы снова услышать одобрение. Напоминайте о достоинствах и не уставайте улыбаться.

4 Старайтесь хоть несколько дел делать вместе.

Придумайте дело, которое было бы увлекательно и интересно всей семье. На ум приходит только приготовление пищи, но в каждой семье найдется и другие интересы. Их нужно только поискать.

5 Приглашайте в дом гостей.

Как бы не злились вы друг на друга, перед приходом гостей семья мобилизует свои силы. Супругам не хочется разрушать положительный образ своей семьи и поэтому они часто забывают обиды и после гостей умные супруги стараются к ним не возвращаться.

Тэги: [не](#) , [поможет](#) , [разобраться](#) , [их](#) , [бывает](#) , [вас](#) , [помощь](#) , [идеального](#) , [начать](#) , [любая](#)

,
[укрепления](#)

,
[психологическая](#)

,
[самих](#)

,

[психолога](#)

,

[консультация](#)