

СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ

Семейные традиции – это духовная атмосфера дома, которую составляют: распорядок дня, уклад жизни, **обычаи**, а также привычки обитателей. Главная цель **семейных традиций** – преумножить и передать другому поколению **обычаи**, нормы, правила поведения, манеры и др., которые появляются внутри семьи.

Сложно переоценить ценность семейных традиций. Благодаря традициям в семье создается чувство единства. Семейные традиции создают комфортный психологический климат в семье, для



формирования чувства стабильности и уверенности в завтрашнем дне.

Семейные традиции – это «приятные правила». Кроме того, это самый благоприятный способ наказания: не ругать или отбирать гаджеты у детей постарше, а лишать семейной традиции на определенный срок. Таким образом, и сама традиция становится ценной для ребенка. Так работает психология запрета. Бывает, что именно на семейных традициях держится брак при угрозе развода. Затянувшиеся ссоры и взаимные упреки супругов, когда уже нет ни сил, ни желания выяснить причины конфликтов, договариваться. Но у семьи есть традиция ходить в парк аттракционов или в кино всей семьей каждое последнее

воскресенье месяца. Получение совместных положительных эмоций может стать «спусковым механизмом» попытки пересмотреть ситуацию, еще раз попробовать наладить контакт.

Правила создания традиций: Традиции создаются в моменты стабильности и гармонии.

Откуда же взять семейные традиции? Семейные традиции бывают унаследованы от родителей (сборы на Новый год, Пасху, День рождения, 8 марта и 23 февраля), а могут создаваться семьей самостоятельно. Они могут быть спонтанными – сами не заметили, как традиция закрепилась и всем нравится. Традиции также могут быть продуманы и спланированы намеренно.

Молодёжь во все времена стремилась вырваться из отчего дома, всем хотелось быть самостоятельными и независимыми от родителей. Это происходит отчасти из-за того, что на определённом этапе самореализации именно референтная группа



(однокурсники) играет более важную роль в жизни молодого человека, нежели семейное сообщество. Если желание быть самостоятельным ещё понятно родителям (сами были такими), то забывание, игнорирование семьи зачастую больно ранит их, им кажется, что они чего-то недодали, не так воспитали своё

чадо, раз оно настолько спешит вырваться из родного гнезда и так быстро их забывает. Но всё в мире относительно.

И тут стоит оглянуться и посмотреть на себя. А так ли мы правильно прививали ребёнку чувство семьи, значение её ценности? Как часто сидели вместе за обеденным столом, обсуждали общие темы?

И пусть на каком-то отрезке жизни эти семейные собрания вам покажутся пустой формальностью, анахронизмом и, казалось бы, только отвлекают от дел и занимают время, но подумайте о стариках, детях вашей семьи – ведь это может дать им ощущение того, что где-то на земле есть место, в котором можно чувствовать себя защищено; где есть близкие, те, кто выслушает, даст совет, на чьё плечо можно опереться. Это немаловажно в наше время, когда нет определённой стабильности, и будущее нам кажется не то что

не светлым, а даже контуры его совершенно не просматриваются в густом городском смоге и тумане катаклизмов.

Это очень нужно для детей. Особенно находящимся в подростковом периоде, когда меняются и формируются взгляды на жизнь, и им кажется, что окружающие их не понимают. Именно семья должна быть для подростка отдушиной в период кризиса, а не подворотня или улица. И потом, оторвавшись от семьи, в тяжелые, неопределённые моменты (у кого их не бывает?), они будут с нежностью вспоминать теплоту семейных отношений и находить в них ответы на свои непростые вопросы.

Это касается каждого – *придумывайте праздники для семьи.* Делайте друг другу милые и безобидные сюрпризы, чтобы запоминались важные даты и события. Создавайте семейные альбомы, а не только архивы на компьютерах или флешках. Это всё может стираться или теряться, а простые фотографии, хотя и



пожелтеют, но останутся вечными отпечатками значимых эпизодов нашей жизни. Готовьте свои любимые блюда, пусть в их приготовлении участвуют все – это тоже объединяет и сплачивает. И всё это нужно делать с доброжелательным настроением, вниманием и заботой о ближних.

И как не банально это звучит, но чем крепче семья, тем сильнее государство. Ведь молодые люди, служа в армии, всегда будут помнить о тех, кого им нужно защищать и охранять, кто находится у них за спиной.

При сплоченной, дружной семье всегда, уходя из неё, дети будут знать своё предназначение и будут ответственными за тех, кто остался дома.

Магистр психологических наук

Педагог-психолог

Нарыкова А.С.