



Программа культурного саморазвития и духовного самосовершенствования АВАРД



Карельский региональный общественный благотворительный фонд «Центр развития молодежных и общественных инициатив»



МУ «Центр социальной помощи

семье и детям»

г. Сегежа и Сегежского района



Карельская региональная детская общественная организация «Детская Республика»



МУ «Досугово-социальный центр «Подросток»



Межрегиональное молодежное общественное движение «Ассоциация АВАРД»



Карельский региональный благотворительный фонд «Материнское сердце»



ФГНУ «Институт социальной педагогики»
Российской академии образования

при поддержке



Министерство Республики Карелия
по вопросам национальной политики,
связям с общественными, религиозными
объединениями и средствами массовой
информации



ФГБОУ ВПО «Карельская
государственная
педагогическая академия»

Муниципальных творческих команд Медвежьегорского, Беломорского, Кемского и Суоярвского муниципальных образований Республики Карелия

СЕМЕЙНОЕ ДРУЖЕЛЮБИЕ РУССКОГО СЕВЕРА. СЕКРЕТЫ СЕМЕЙНОГО ЛАДА



Петрозаводск, Республика Карелия, 2012

Научно-методический сборник издан при поддержке Государственного комитета Республики Карелия по вопросам национальной политики, связям с общественными и религиозными объединениями в рамках комплексного проекта «Семейное Дружелюбие Русского Севера»

Региональной программы поддержки социально ориентированных некоммерческих организаций в Республике Карелия на 2011-2013 годы.

Номинация «Развитие духовного и этнокультурного потенциала жителей Поморья, Пудожья и Заонежья в межнациональном сотрудничестве»

В сборнике представлены материалы участников партнерской культурно-образовательной программы «Потенциал Творческого Сотрудничества в Семье, Наставничестве, Социуме», Карельской партнёрской Школы заботливых и любящих родителей «Родник моей Души» и пилотного социально-педагогического проекта «Профессиональная школа родителей» Института социальной педагогики Российской академии образования

Ответственность за содержание сборника несут авторы.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Антошко Е.А., старший научный сотрудник Института социальной педагогики Российской академии образования, региональный координатор проекта «Профессиональная школа родителей», со-руководитель Карельской партнёрской Школы заботливых и любящих родителей «Родник моей Души»

Гусарова А.Д., доцент кафедры русского языка и методики его преподавания в начальных классах факультета начального образования ФГБОУ ВПО «Карельская государственная педагогическая академия», кандидат педагогических наук

Колеченок Е.Н., Президент ММОД «Ассоциация АВАРД», национальный директор Международной молодежной программы AWARD

Крупнова Н.В., исполнительный директор КРОБФ «Центр развития молодёжных и общественных инициатив», руководитель культурно-образовательной программы «СВЕТ АВАРДА»

Слободяник И.И., Председатель КРОБФ «Центр развития молодёжных и общественных инициатив», со-руководитель Карельской партнёрской Школы заботливых и любящих родителей «Родник моей Души»

Бачой С.А., директор МУ «Досугово-социальный центр «Подросток», со-руководитель Петрозаводской Школы-Спутника «Счастливые Родители и Прародители – Счастливые Дети»

Кривкова О.В., специалист Карельского общественного благотворительного фонда «Материнское сердце», со-руководитель Школы-Спутника «Ответственные Родители и Прародители – Ответственные Дети»

Смирнова Т.А., специалист Карельского общественного благотворительного фонда «Материнское сердце», со-руководитель Школы-Спутника «Ответственные Родители и Прародители – Ответственные Дети»

Молотова Н.И., со-руководитель Школы-Спутника «Любящие Родители и Прародители – Любящие Дети»

Клевина Л.Н., директор МУ «Центр социальной помощи семье и детям» г. Сегежи и Сегежского района, со-руководитель Сегежской Школы-Спутника «Счастливые Родители и Прародители – Счастливые Дети»

Черныш Н.В., заведующая отделением психолого-педагогической помощи МУ "Центр социальной помощи семье и детям" г. Сегежи и Сегежского района, со-руководитель Сегежской Школы-Спутника «Счастливые Родители и Прародители – Счастливые Дети»

© Программа культурного саморазвития и духовного самосовершенствования АВАРД, 2012

© Карельский региональный общественный благотворительный фонд «Центр развития молодёжных и общественных инициатив», 2012

© Межрегиональное молодежное общественное движение «Ассоциация АВАРД», 2012

© Карельская региональная детская общественная организация «Детская Республика», 2012



Мудрость Жизни – Любить

(творческие работы: рассказы, стихи, рисунки, сказки,
мудрости о Семье и Семейном Ладе)



СОДЕРЖАНИЕ

	<i>стр.</i>
<i>А. Гусарова</i> <i>Вступительная статья и комментарии</i>	6
<i>А. Хрылева</i> <i>Волишебные пирожки</i>	7
<i>Д. Боженова</i> <i>Рассказ</i>	7
<i>В. Потапова</i> <i>Когда я была маленькой...</i>	9
<i>С. Деминец</i> <i>Рассказ о бабушке</i>	10
<i>Д. Дорукова</i> <i>Церковь</i>	11
<i>Я. Иванова, Т. Дюкова</i> <i>А мы с бабушкой вдвоём</i>	11
<i>Я люблю свою семью. Витаминки счастья</i>	14
<i>Г. Маслова</i> <i>Мамин наказ</i>	15
<i>Г. Маслова</i> <i>Переполюх</i>	16
<i>Г. Маслова</i> <i>Урок жизни</i>	17
<i>В. Мельник</i> <i>Рассказ</i>	18
<i>В нашем доме Радуга Любви (стихи участников проекта)</i>	19
<i>Т. Дюкова</i> <i>Живой мир Яси (рассказы бабушки о внучке)</i>	23
<u><i>Мудрости участников проекта:</i></u>	27
<i>Что важно для Семейного Лада?</i>	
<i>Моя будущая Семья</i>	
<i>Самые главные семейные ценности</i>	
<i>Мудрости Семейного Лада</i>	
<i>Чему учусь у молодых</i>	
<i>Главное – спокойствие</i>	
<i>А. Папко, Е. Папко</i> <i>Девиз Семьи</i>	29
<i>В. Мелько, Е. Денисов</i> <i>Секреты Семейного Лада</i>	30
<i>А. Беляев</i> <i>Семейная история (сказка) о добром деде Саше</i>	30
<i>К. Дронов</i> <i>Стихи</i>	31
<i>Е. Васильева</i> <i>Сказка о том, как дружба в семье помогала в беде</i>	31
<i>У. Пономарева</i> <i>Семья</i>	32
<i>К. Красльникова</i> <i>Сказка о моей семье</i>	32
<i>К. Гусейнова</i> <i>Моя любимая семья</i>	33
<i>Ю. Передерина</i> <i>Не перечесать нас всех в семье</i>	33
<i>К. Хрылева</i> <i>На что и клад, коли в семье лад</i>	34
<i>И. Панфилов</i> <i>Семейный фотоальбом</i>	35
<i>Т. Дюкова</i> <i>Я попробую, мама.</i>	37
<i>Н. Архарова</i> <i>Живая вода традиции</i>	38
<i>Русский Север хранит традиции</i>	39

О Семье написано много – и в научной, и в педагогической, и в художественной литературе. О Семье пишут ученые, педагоги, психологи, исследователи, великие мыслители. Авторы нашего сборника – просто любящие люди. Их творческие работы наполнены Радостью Дарить, Мудростью Любить, Счастьем – Быть Вместе.

В Любви растворяется и исчезает без остатка все темное, наносное. Любовь открывает в человеке настоящее. Два любящих человека, два светлых начала, два крыла – Мужчина и Женщина – создают Семью, вместе идут по жизненному пути.

Что такое Семья? Что для каждого из нас Семья? Как видят молодые люди радость семейного дара, трудность семейного общежития? В чем совместное творчество в Семье, да и существует ли оно, возможно ли оно в современной семье? Что стоит сохранять в Семье: традицию, старые сказки, вещи, которым владели бабушки-дедушки? А может, в современности все это лишнее. Зачем хранить прошлое?

Какое будущее у Семьи? Чем крепятся семейные отношения в современном многообразном и многокультурном мире? Об этом глубоко задумываются авторы, наши земляки, и делятся с вами, читателями. Просто, емко, по-северному лаконично высказывают свои сокровенные мысли и чувства, согретые сердечной добротой. Ответственное и серьёзное, но радостное это дело – Любить, Дарить себя, Быть Вместе.

Три части сборника объединены Любовью, в каждой – житнотворное ее зерно.

В первой – проявлены таланты юных и взрослых северян, представлены их сказки, рассуждения, песни, стихи. Русский Север с его нежными красками, напевным говором, крепкими традициями вдохновляет на творчество. Как не поделиться своей радостью, «когда в семье и мир, и лад»: «Я счастлива безмерно, что есть наша Семья», - написала Камилла Хрылева из Заонежья. Это лейтмотив всех представленных творений.

Во втором – вас ждёт радость знакомства с авторскими сценарными планами творческих встреч для детей и родителей, прародителей и внуков, супругов и семей, каждый может провести такую встречу и стать вдохновителем других на Дарение, Служение и Сотворчество.

В третьей – раскрываются возможности научиться принимать и понимать друг друга, видеть новые грани в отношениях с близкими. Уроки Семейного Мастерства дают участники Карельской партнерской Школы заботливых и любящих родителей «Родник моей Души» и пилотного социально-педагогического проекта «Профессиональная школа родителей».

Мы Верим, что вы, наши читатели, Мудрые и Творческие люди. И всех нас объединяет Живая Традиция Русского Севера, способная вдохновить жить, трудиться и созидать в Культуре Доброжелательности и Семейного Дружелюбия.

*Хрылева Алина
п. Шуньга Медвежьегорского района,*

ученица 5 класса

ВОЛШЕБНЫЕ ПИРОЖКИ

Я хочу вам рассказать о своей волшебной бабушке. Бабушка – это добрая фея для своих внуков. Кто, как ни бабушка, все поймет, все простит, посочувствует и проявит доброту? И кто, если не бабушка, вместе с тем нуждается в любви детей и внуков, в их внимании?

Она живет в замке и печет волшебные наивкуснейшие пирожки. И была у нее золотая корона. А на день рождения ей подарили волшебную шапочку, с помощью которой она наколдовала волшебную чудо – печку и сковородку для волшебных пирожков. А вечером всей семьей мы садимся за волшебный красивый стол и кушаем бабушкины пирожки и вкусные тортики.

Бабушка-старушка –
Лучшая подружка.
Приготовит нам обед,
Сбережет от разных бед.

В народе говорят: «Бабушка, золотая сударушка» Бога молишь, хлебом кормишь, дом бережешь, добро стережешь».

Баженова Диана

г. Петрозаводск

*студентка 1 курса факультета начального образования
Карельской государственной педагогической академии*

За мои 18 лет моя семья вложила в меня все свои старанья, все труды, чтобы воспитать, чтобы сотворить умного, честного, трудолюбивого человека.

Я живу в городе Петрозаводске, в пятом посёлке, недалеко от меня находится лес и родник. В этот лес я хожу редко, но на родник с родителями приезжаю часто. Мне нравится наблюдать за чистым источником, который бьёт из земли.

Моя бабушка – самая добрая, и она хороший учитель в моей жизни. Бабушка говорит, что родник, из которого мы пьем воду, даёт больше сил, уверенности, эта вода бодрит, и я верю в это.

За семейным столом мы любим подольше посидеть, хотя раньше я этого не понимала, привычка была – быстро пообедать и уйти, но моя бабушка (со слов моей прабабушки) сказала: «За столом, как в раю, нужно задержаться». После этих слов, я поняла, вот чего мне не хватало, теперь я поняла смысл, что за общим столом, когда мы все вместе, мы не

просто поглощаем пищу. За последние годы я задерживаюсь за столом. Где еще мне может быть так хорошо и приятно?

Когда я росла, практически всё лето и все летние каникулы я проводила у своей бабушки на даче. Однажды бабушка подозвала меня, дала в руки ведёрко и тяпochку и стала показывать мне, как она пропалывает что-то в земле, и сказала: «Нагнись и попробуй сорвать вот этот сорняк и потом руками возьми землю, попробуй вот этой тяпochкой поводить по земле возле этого кустика, который называется клубникой». Я сорвала все сорняки, тяпochкой поводила возле кустика и была почему-то счастлива, мне не нужно было каких-то игр, мне хотелось снова и снова что-то пропалывать. Бабушка на то время, когда я была маленькой, любила общаться со мной как со взрослой, что она и до сих пор делает. Со временем, когда я прополола маленькую грядочку, на ней появились красные, сочные, сладкие ягоды. Моя бабушка мне тогда сказала: «Это ты вложила все свои старания, любовь и душу». Я была счастлива, правда. До моей первой работы с растением я ела ягоды, не понимая, сладкие ли они, кислые ли, большие или маленькие, но когда бабушка научила меня с любовью ухаживать за этими растениями – я только тогда поняла весь сок и вкус этой ягоды...

Теперь на даче клубника – это моя работа, моё дело, которое я берегу и не забрасываю. Также бабушка сказала, что земля лечит, что ты не просто помогаешь растению развиваться, но и себя лечишь землей.

Ещё бабушка научила меня такой поговорке: «Глаза боятся, а руки делают». С этой поговоркой я всегда иду по жизни, если я вижу гору посуды, думается: «Боже, я буду долго возиться с этим делом»... Но я слышу, как бабушка говорит мне эти слова, и правда – мне легче становится, и руки сами начинают делать свое дело.

Бабушка очень многому научила, она и мой дед привили мне любовь ко всему живому, к лесу, к воде. Научили меня, что никогда, ничего, даже ниточки чужой, не возьми и не укради. Научили радоваться каждому дню. И сейчас говорят, что я сама творец своего счастья, что никто и никогда не преподнесёт мне его на блюдечке.

Даже к погоде я всегда относилась как-то иначе, была плохая дождливая погода, и я говорила: «Боже, не погода, а ужас», – но бабушка сказала мне однажды: «У природы нет плохой погоды, каждая погода – благодать». Действительно, это так и оказалось, нужно просто тепло одеваться. Раньше, гуляя с собакой по лесу, мы с бабушкой садились на деревянную скамью, сделанную в нашем лесу, и она говорила про деревья, про лес, что он такой сказочный, что здесь нельзя кричать и повышать голос, так как здесь всё живое.

Нельзя обижать и рубить деревья, как вздумается, даже травинку сорвать, а самое главное – никогда не мусорить ни в лесу, ни в воде – нигде.

Я рассказала только часть того, что мне смогла привить моя бабушка. Каждый человек в моей семье старался мне что-то дать, чему-то научить. Родители заложили во мне основу честности и справедливости. Я очень благодарна своей большой семье за большой вклад, за их труд – воспитать во мне порядочного, честного, доброго, трудолюбивого, человека. Я постараюсь все это дать своим детям.

А знаете, что сказал один еще не окончательно взрослый, но думающий человек – учащийся 11 класса Рабочеостровской средней школы Кемского района: «Это очень большая трудность – жить со стариками, но иначе человек никогда не проявит свою человечность».

Потапова Валентина

г. Сегежа

*студентка 1 курса факультета начального образования
Карельской государственной педагогической академии*

Когда я была маленькой, мы с бабушкой очень любили ходить в лес за грибами. Идём как-то с ней по лесу, и она мне говорит: «Запомни, внученька, небольшой стишок про грибы и проговаривай про себя: грибочек, грибочек высунь головку дам тебе морковку». Я спросила у бабушки: «Зачем это нужно?» Она ответила: «Чтобы грибочки тебе попадались». А я ей: «Так они и так мне попадают!» А бабушка отвечает: «Вот если попадаться не будут, тогда и проговаривай про себя».

И теперь, когда я захожу в лес, то сразу вспоминаю бабушкин совет, который она мне дала в детстве – и он мне помогает!

А ещё в детстве бабушка мне рассказала про одуванчик, что из него можно сделать.

Однажды гуляли с ней по полянке, и она сорвала одуванчик и спросила меня:

– Валечка, что это такое?

– Одуванчик, бабулечка! – ответила я.

– А что ты знаешь об этом растении?

– Я знаю, что цветёт одуванчик в мае, а семена одуванчика – парашютики.

– Молодец, внученька. Это тебя научили в школе?

– Да!

– А ещё, внученька, из цветов одуванчика можно сделать лечебный мёд, который лечит многие простудные заболевания, а еще из корня одуванчика делают специальную настойку, которая возбуждает аппетит.

Я удивлённо посмотрела на бабушку и сказала:

– Ничего себе, такой маленький цветок – и столько пользы приносит.

Народная мудрость гласит «Бабушке – один только дедушка не внук».

Демидец Света

г. Кондопога.

студентка 1 курса факультета начального образования

Карельской государственной педагогической академии

С самого детства моя бабушка развивала во мне веру в Бога. Я очень рано стала ходить в церковь. Сначала с бабушкой, а затем, к шести годам, меня записали в детскую группу.

Моя бабушка учила меня молитве, которой я и сейчас пользуюсь. Каждый раз, когда она рассказывала мне истории, я задавала много вопросов. Вечером, перед сном, мы молились, хором произнося молитву. Да и сейчас молимся.

Бабушка учила меня благодарить Бога за все, что я получаю: за здоровье, за пищу и другое. Главное в молитве – это искренность. «Ангелы оберегают тебя», – говорит бабушка.

Я очень люблю свою бабушку. Она самый близкий человек для меня. Поэтому я всегда стараюсь слушаться её. Пожалуй, она единственная, кого я не могу ослушаться. Дай Бог здоровья моей родной бабушке.

Однажды, когда моя другая бабушка умерла, я находилась в комнате со своей родной сестрой, которая спросила: «А что стало с бабушкой?» Я ответила так, как учит меня бабулечка: «Она попала на небеса. Теперь она твой ангел, который будет помогать тебе!»

Народная мудрость: «Любовь братская – союз христианский».

Дорукова Диана
с. Кончезеро Кондопожского района.
студентка 1 курса факультета начального образования
Карельской государственной педагогической академии

ЦЕРКОВЬ

Рассказывала мне эту историю моя бабушка. В селе нашем, на самом видном месте, стоит церковь Святой Троицы. Пусть она и восстанавливается, но священность и грандиозность в ней осталась.

- Мы с девчонками ходили из соседних деревень, чтобы освятить куличи и яйца, к Пасхе. Помню,ходишь в храм, а там – как в замке: свечи горят, иконы светятся, пахнет еловыми вениками. Люди собирались вместе и молились, здесь встречались старые друзья, родственники, здесь происходили встречи – и всё это под взглядом Божиим. В тот вечер мы и в правду верили в чудеса: ведь иконостас сиял и светился, как будто сам Боженька смотрит на нас! Помню, идешь общим крестным ходом – и дух захватывает при взгляде на церковь! Шли мы строго за батюшкой, и как красива была церковь в лунном свете. В этот вечер все верили в чудо! Церковь с птичьего полета похожа на крест, и видно её практически с любого конца села, и люди сходились со всех деревень...

-Запомни, моя дорогая! - сказала бабушка. – Даже если церковь разрушается, Бог все видит!

С тех пор прошло много времени, бабушкины слова я помню и по сей день. Многие и сейчас ходят к этой церкви и кланяются ей как главной святыне. Пожилые люди напоследок просят привезти их к церкви, к которой они ходили девчонками и мальчишками.

Бабушкин рассказ отложился у меня на сердце. И пусть бабушка уже не узнает, что я расскажу её историю своим детям...

Но как хотелось бы, чтоб она сама рассказала эту историю моим детям!

Какая радость – совместное творчество бабушки и внучки. Для внучки – это игра, проявление любви к миру и постижение жизни, для бабушки – счастье любви и заботы, возможность передать свой опыт и восприятие природы, продолжиться в новых поколениях.

Ярослава Иванова
Татьяна Дюкова
Петрозаводск
со-руководитель Школы для детей и родителей
«Радость Настоящей Дружбы»

А мы с бабушкой вдвоем,
Стихи сочиняем,
Она слово, а я два,
И начнем сначала.

*

Дятел по сосне стучал.
А я по скамейке.
Короеда он достал,
А я три конфетки.

*

Червячка съел воробей,
Трясогузка мушку,
Стриж поймал комара,
А я – лягушку.
Мы с лягушкой запоем,
Песенку простую:
Ква-ква-вка, ква-ква-ква
Вот и песенка моя.
Дрозд в пятнистом платишке,
Головою крутит,
На смородину глядит,
А пирог там видит.

*

Сидит синичка на ветке,
Прячет от Яси конфетки.

*

Сорока – белобочка
Сидела у окна,
Была крылом
В стеклянные дома.

*

Лягушка-квакушка,
Квакушка, квакушка,
Подружку наквакушка.

*

Птица бумажная-пташная,
Летать не умела и тихо сидела.

Жук носорог
Пугал меня,
Он выставил свой рог.
Я лопухом прикрыл себя,
А вот и нет меня.

*

Воробей, воробей,
Будь смелей, не робей!
Зернышки и хлебушка,
Для себя не жалеи.

*

Жужжала пчела:
«Мне не нужна оса».
Жужжала оса:
«Мне не нужна пчела».

А Яся бежала,
Кричала: «Оса-а-а!»
А бабушка Таня
Захлопнула дверь,
Пчела и оса
Остались за ней.

*

Висит радуга – дуга,
Разноцветны ворота.
Кто под ними ни пройдет,
Свое дитяtko найдет.
Раз – два – три – четыре – пять,
Иди дитяtko искать.

*

Сойка – красавица,
Разноперая, цветная,
Головой кивала,
В лесок созывала.
Я корзиночку взяла,
В лес по ягодки пошла,
А за мною Бимка,
Беленькая спинка.
Хвостиком виляет,
Грибочки собирает,
С ним в лесу не скучно,
Песни поет,
Лаем зовет.
Белочку облаял,
Она хвостиком виляет.
Наберу я кузовок,
И поставлю под дубок.
Угощу друзей, соседей,
Бабу, дядю, и милую маму.

*

Бабочка, не хвастайся
Своим нарядом огненным.
У меня сарафан,
С желтыми подсолнухами.

*

Улитка сопливая,
От сквозняков простыла я.
Платок капустный съела,
А насморк не прошел.

*

Внучка, внучка!
Любитель читать.
Книги читает,
Все буковки знает.

*

Сколько б ни было в жизни дорог,
Лишь одна утешает меня,
По которой сама я
В этой жизни смело прошла.
Что отрадней, милее, надежней,
Что труднее и круче в пути?
Не взвиваюсь по ней я царицей,
А как труженик божий иду.
Без стыда и без горечи едкой,
Людам смело смотрю я в глаза,
Пусть встречаются в жизни колючки,
Змей клубок размотать я смогу,
Пусть большие будут потери,
Но в друзьях остаются со мной
Совесть, честь, доброта,
И безбрежность
Легкой, нежной и вечной любви.

Я ЛЮБЛЮ СВОЮ СЕМЬЮ
(витамишки счастья)

Доброе слово – Семья... О чем это слово? О той большой душевной работе, что ведома каждому, кто хоть когда-нибудь собирал за общим семейным столом любимых и любящих... Как было бы здорово, если б продавались в волшебной семейной аптеке Витаминашки Счастья! Съешь такую – и все в Семье устроилось словно бы само собой. Что может быть написано в рецептуре к таким витаминам?

Творческое задание «Витаминашки Счастья» выполняли взрослые и дети участники проекта «Семейное Дружелюбие Русского Севера». И вот какие витамины выписали они для Семей, мечтающие о том, чтобы в каждой Семье Карелии и Море был Лад.

Говорите Нежные слова, совершайте нежные прикосновения, заботьтесь друг о друге, уважайте друг к другу, пусть будут друзья в доме, несите Любовь и Взаимоуважение, (Беломорский район).

Чаще проводите время вместе, понимайте друг друга, выстраивайте доверительные отношения, будьте дружелюбными и миролюбивыми, имейте общие добрые дела; следуйте традициям и законам Семьи, ходите друг к другу в гости (Медвежьегорский район).

Чаще звоните друг другу, признавайтесь в Любви и нежно обнимайтесь, рассказывайте любимые сказки, делайте друг другу подарки, помогайте друг другу в домашних делах, поддерживайте близких людей в развитии, смотрите вместе любимые

мультики, ходите в лес и купаться, катайтесь на лыжах и коньках, вместе готовьте и кушайте, помните, что у каждого есть свое любимое блюдо (г.Суоярви).

В народе говорят: «Русский человек без родни не живёт»

*Маслова Галина
Петрозаводск,
хоровой коллектив «Питарицы»
участница Школы «Живая традиция Севера»*

МАМИН НАКАЗ

Мама своего отца всегда называла – тятя, тятенька. А мужа своего – Вася, Василий, ну а чаще просто - отец. Нас, детей своих, до самой своей смерти ласкательно – Светушка, Верушка, Галюшка или Галинка, Витюшка – Витенька, Колюшка – Коленька. Никогда не слышали мы от неё Колька, Галька...

Когда ругалась – звучали слова: «паразиты», «лодыри», «лентяи»... Грубые слова, но безымянные, с приставкой «как». «Ты, как последний паразит себя ведёшь!». «Как же можно быть таким ленивым!», «Говорю последний раз! Смекай и на ус мотай!», «Только неслухи и лодыри так поступают!», «Говорю те – будь постановной. Ты же девочка!», «Не будь полохолой!». А брату моему: «А ты рот полый не дёржи. За сестрой поглядывай! Ёна ище мала». Вот так она, глядя прямо в глаза, учила нас уму-разуму.

И когда в доме появились невестки, была шокирована, слыша, как те в разговоре называют её любимых сыночков. А любимыми были сынки до самой смерти, любимее дочек, потому что «сынки», и счастье их зависело от женщин, которые будут и были рядом с ними. Они по жизни зависимы от женщин. Так она считала и всю жизнь жалела мужчин. Искала оправдание их поведению в женщинах, что рядом, но никогда не защищала своих взрослых детей. Если что, то правы всегда невестки и зятя.

И вот, впервые услышав, как её сына, его же жена называет «Толька», а другая другого «Витька» напугалась даже. Недолго думая, за вечерним чаем, рассказала историю, наверное, самой же выдуманную про то, как сложилась жизнь двух парней. Одного жена называла, как мальчонку-собачонку с окончанием на «ка», а другого жена называла уважительно полным именем Николай. Так и все окружающие их звать стали. Одного не иначе, как Колька, а другого только Николай. Одному – уважение и почет, а другому – вечное пренебрежение.

- Так вот, будя хотите, чтоб ваших мужей уважали и по жизни их успех и удача присутствовали, боле так их не называйте. Это же успех и благополучие вашей семьи. Только вы сами сможете построить свое счастье, свой быт, свой устой семейный. Не зовите друг друга с окончанием на «ка». Это ведь уже не имена, а клички животных: коров, собак, свиней, кошек.

А ведь и правда. Во хлеву стояла корова Майка, в другом свинья Борька, бычок Ромка, кошка Мурка. Не обиделись молодые невестки. Но с тех пор, когда сердились на своих мужей, звали их просто по фамилии. А по обыкновению не полным именем, а так просто – Коля, Витя. Может, потому взлета ни у кого из них не случилось. Прожили тихо, по-среднему, но с уважением.

ПЕРЕПОЛОХ

Дед Филя сел на пенёк. Сидит. Глаза прикрыл, не шёлохнетца. Отдыхая... А бабка Варя, ёго жёна, закружиласе, собирая ягоды. Брусники в той год много уродилосе. Да и далёко не надоти ходить, можно и рядом с деревней было брать ю. Оны-то далёко от деревни ушли. Ну, бабка разогнуласе, огляделасе - деда не видать. Туесок подобрала и давай ёго кликать. Сама тут же и поливкала (побежала) с места да эдак, с перепугу, видать, скоро, что дед даже, открыв глаза, не скумекал окликнутца как следоват. А когда начал ю кликать, ёна уж далёко оказаласи. Ну, дед думал, что счас ю догонит. А не тут то было, бабки и след простыл. Выругался дед и, думая, что Варвара в деревню без его добиреца, пошёл тихошко домой. И каково же было ёго удивление, когда спустя 2 часа, он пришел в деревню и обнаружил, что бабка его из лесу не возверталасе ище. Не на шутку испужавшись, Филя, не предупредив соседей, пошёл искать ю. А баба Варя долго блудила и попала на тако хорошее ягодно место, что не сдержаласе. Начала собирать ягоды. Сама уж успокоиласе и сорентироваласе, куда надоть итти, чтоб домой-то. Маненько оттапариласе и в путь на наволоок (селение). Когда она пришла домой, узрела, что деда-то и нет. Тепериця она испужаласе. Побегла по соседям. Собрала их и взад - в лес. А уж темнеет. Оны-то токо в лес, а дед с другой стороны из лесу. Зашел-то в избу, увидел бабкину корзину с ягодами. «Слава Богу! Смалтала (сообразила), нашла дорогу домой!». Разулся. Поел. Да прилёг отдохнуть. Сон-то ёго сморил. Спит, храпит, а бабка Варя с соседямы ёго по лесу ищут. На худое думают. Ницего в лесу не видать. Идя домой плаця. Голодна, холодна. Соседи не отпустили ю домой в таком состоянии. Сподобилися (решили так поступить): до утра вместях быть, а поутру опять в лес - на поиски деда. «Дед

лес хорошо знат, не инаце сердцем худо. Ой, Филя, ты мой Филя! На кого ты мя оставляшь?» - причитая баба Варя. А у деда, видать, забота на сердце. Ретивоё (сердце наполненное тревогой) спать не дало долго. Выстал. Где бабка? А бабки-то и нету. «От старая, - плюнул с досады, - Гди ходит?» Да и пошёл к соседям. Подходя, ён услышал шум да плаць у их.

Ой, цего потом было то! Это камедь цела. Дед думал у соседей ктой-то преставился (помер), зашел да сел на рундук. В избе стало тихо. Все на его смотрят. Он перекрестился. Оны тоже. «Чем помочь смогу – помогу», - говорит. «Филип Маркович, это вы? Сами пришли? А мы вас искали. От токо в избу зашли...» – «А цего мя искать. Вот бабка моя куда-то ушла. Не знаетё? Без ёй и ужинать не могу. Вот придя, так я ёй задам!» Тут Варвара не стерпела: «Ах, ты такой-сякой, эдакий-разэдакий. Да чтоб я с тобой ище в лес сподобиласе! да никогда. И где ты был?»

Разобрались. Поплакали. Потом посмеялись. Пошли, держась под руцки, домой.

Вот такой переполох, по-соседски, устроили дед Филя и баба Варя - самая дружная супружеская пара в деревне.

УРОК ЖИЗНИ

У сусёдки тётки Поля сын ожёнился. Привёз жёну с городу. С утра в окно глядим - в одном исподнём вышла. Ето позагорать, видать, решила. Увидала, что сусёд на улицу вышёл, скорей халатик свой баской накинула. Камедь чиста! А то, что окны в домах на три стороны у всих и вси уж её позрили (увидели), того не думая.

Тётка Поля ей, видать, сказала, так стала в купальнике загорать. И целыма днямы токо и делала, что загорала, да купаласе. И так ёй пондравилосе у нас в диревни, что две недели отпуска тут решила провести. «Я, - grit (говорит), - как на курорте». А и то, правда.

Засбиралась ёна в город съездить. В огород пошла. Ягоды-малины банку литрову собирала, огурчиков свеженьких ведёрчко, свёколки, морковки, зелени. Это всё в сумку приготовилась класти. Ходит по огороду, поглядывая, цёго ище в гостинец своей маменьке из отпуска привезти.

Тут-то тётка Поля с лесу идя... Видя тако дело (видать не в духе была) всё обрала, цёго невестка приготовила в дорогу. Сходила за водой. Самовар поставила. Согрела. Миня кликнула, цаю пить. Я-то ни к чёму. Пришла. Сидим, цай фурандам. -
Глянь-ко, расхозяйничалась. Ницёго не спрашивая бирёт, что пожелаю. Думая, что себе, а

вот и нет. Я всё обрала. Жду не дожуся, когда уеда. Омичталасе (устала) я вся с ёй. Видь ницёго не делаю. Хоть бы воды принесла али полы помыла. Тётя Поля, так ты бы её попросила, цёго поделать, а то ёны, городски, молоды, самы ни догадающе. И то верно, счас и похвалю, что собрала с огорода - мне помогла. Вид сделаю, что не поняла, что ни мне. Проучу её сразу. Сноха в двери с букетом цветов. А тётя Поля ей:

- Садись, цяю-то попей, а цветы вон в ту вазу клай. Я-то не срываю без надобности их. Для красы в палисаднике растут. Неча рвать! Да и малина ище бы позрела. Завтрева думала собрать. Да ладно, спасибо те за помощь! Варенье с утра сварю, а пока сахаром засыпаю.

Ничё не сказала невестка, но по виду видно было, что всё поняла. Пошла на автобус с пустой сумоцькой. Долго потом не ездила, сердиласе на свекровь. Потом-то всё говорила, что это был ей урок хорошей, хотя и жёсткой. На всю жисть. И без слов.

Народная мудрость: «Вся семья вместе, так и Душа на месте»

Мельник Валентина

Сегежа

студентка 1 курса факультета начального образования

Карельской государственной педагогической академии

Я родилась в многодетной семье. У меня четыре родных сестры и два брата. По счёту я пятая. Я очень благодарна своим родителям и старшим сёстрам с братьям за то, как они нас воспитали. Родители уже с самого детства закладывали в нас то, что мы должны быть самостоятельными, уметь всё делать сами, быть доброжелательными, отзывчивыми, помогать родителям, бабушкам, дедушкам, братьям, сёстрам и всем-всем, кому понадобится помощь.

Хочу отметить про самостоятельность. Сперва, когда я начала ходить в школу, я думала, что родители мало уделяют мне внимания. Заставляют самостоятельно делать уроки, убирать за собой, а также следить и помогать младшей сестре и брату. Они даже не всегда проверяли у меня уроки, это делали мои старшие сёстры или брат. В семье было принято всегда помогать, советовать что-то своим младшим братьям и сестрам. Когда мне исполнилось семнадцать лет, я почему-то задумывалась о том, что родители неправильно воспитывают меня. Я думала,, что они всегда должны ходить со мной за руку по делам, записывать меня в кружки, помогать делать уроки – ведь родители моих друзей и подруг делали все именно так!..

Но сейчас я считаю, что мои родители всё сделали правильно, они выбрали правильную тактику воспитания. Потому что всё равно рано или поздно мы все должны быть самостоятельными. От этого мне на самом деле и легко, потому что я считаю себя самостоятельной, я ничего не требую от родителей и ничего от них не жду, со всеми своими делами разбираюсь сама. И на самом деле мне моя самостоятельность очень помогает. Я сама выбирала, где мне учиться, что делать для того, чтобы куда-либо поступить, какие необходимы документы, что надо с собой брать, если уезжаешь жить в другой город и как себя там нужно вести.

Надо, чтобы родители давали возможность детям с ранних лет проявлять самостоятельность. Потому что в дальнейшей их взрослой и самостоятельной жизни им это очень пригодится.

В НАШЕМ ДОМЕ РАДУГА ЛЮБВИ

«Душа поёт», – хорошо известное изречение. Как всякая народная мудрость – очень точное. Участники встреч Партнерской культурно-образовательной программы «Потенциал Творческого Сотрудничества в Семье, Наставничестве, Социуме» в рамках проекта «Семейное Дружелюбие Русского Севера» раскрыли свои Души – и светлый источник их талантов пролился свежей струёй Слова Любви.

ученики 3 «А» класса
средней школы № 39 г. Петрозаводска
классный руководитель –
Светлана Сергеевна Валова

В нашем доме Радуга Любви!
Заходи скорее – посмотри.
За здоровье мы, за мир и красоту.
И за чувства добрые вокруг.

В нашем доме Радуга Любви!
Много радости до самой зари.
Все друг друга уважают,
Понимают, помогают.

В нашем доме Радуга Любви!
Красный цвет – любовь, забота.
Оранжевый – игра и дружба.

Желтый цвет – покой и ласка.
Зеленый – везде успех.
Голубой – веселые моменты.
Синий – праздники, подарки.
Фиолетовый – скоро сбудутся мечты.

В нашем доме Радуга Любви!
Мама, папа, братья и все коты.
Вместе мы с утра печем блины.
Днем мы едем все в кино.
Вечером уставшие, все идем домой.
Так вот мы проводим выходной!

В нашем доме Радуга Любви! В доме праздник. Собрались все самые близкие. Весело, тепло, вкусно, все счастливы. В камине горит огонь. Уютно.

В нашем доме Радуга Любви!
Хоть и снег за окном, а в доме тепло.
Когда все соберутся за круглым столом,
Теплый чай разольют, смех и радость внесут.

В нашем доме Радуга Любви!
Это дети, смех, капризы, слезы!
Это мы и солнце, и морозы!
В нашем доме Радуга Любви!

В нашем доме Радуга Любви!
Мама Оля, папа Толя, дочка Поля!
Вместе все играем мы,
Вместе любим мы ходить в поход!
И встречать наш славный праздник – Новый год!

В нашем доме Радуга Любви!
Она видна и днем и ночью!
Наша радуга цветет вечным огоньком.
Как красиво любоваться на нее.

В нашем доме Радуга Любви!
Это когда мы дома не одни!
Когда огни радости сияют,
И дорогу жизни освещают!

В нашем доме Радуга Любви!
В нашем доме каждый день, Радуга Любви,
В нашем доме, даже когда грустно, в этом есть свои плюсы.

В нашем доме Радуга Любви,
Расцвела – и потухать не хочет.

И цвести она будет долго, долго,
И никогда она здесь не потухнет.

В нашем доме Радуга Любви!
Мы так рады, что не говори.
В доме нашем - чистота, уют.
На душе аж соловьи поют.

В нашем доме Радуга Любви!
Расцвела на долгие года,
Счастье и любовь храня,
Подарила чувства навсегда!

В нашем доме Радуга Любви!
И все: и вы, и даже мы!
На свете есть преграды,
Но все равно мы рады,
И в нашем доме есть любовь.

В нашем доме Радуга Любви!
Просыпаясь, говорим друг другу
С добрым утром!
Улыбаемся, бежим все по делам,
Чтобы вечером собраться снова вместе!

*г. Беломорск
Елена Денкевич*

В нашем доме Радуга Любви,
Поздравляем всех мы от души,
Песню дружную тебе споём,
Посидим-поговорим о том о сём.
Скажем всем счастливые слова,
От которых закружится голова

Яна и Анастасия Пучковы

В нашем доме Радуга Любви!
В гости к нам скорее приходи!
Мы согреем вас своим теплом,
Будет счастья полон дом

Степан Жидких

В нашем доме Радуга Любви,
Много игр и развлечений.
Вместе мы живём в любви,
И счастливей нас на свете нету.

Максим Мураховский

В нашем доме Радуга Любви,
Счастье, уважение, забота,
Доброта, уют, тёплые слова,
Мы желаем в каждом доме такого

Оксана Дрозд

В нашем доме Радуга Любви,
Жизнь прекрасна, когда вместе мы.

Наталья Чурина

В нашем доме Радуга Любви,
В нашем доме смех и кутерьма,
В нашем доме не до сна,
Свет в окошке, свет внутри,
Будем ждать вас –
Только приходи

Артём Ильин
Елена Колечёнок

В нашем доме Радуга Любви
Появилась после дождика,
Выросли грибы,
Расцвели цветы,
И семья обрадовалась,
Все заулыбались,
Тучки разбежались.

В нашем доме Радуга Любви
Засияла разными цветами,
И уют и счастье в этот дом
Приходило разными путями

РАДУГА НЕ КОНЧАЕТСЯ!

дети и родители
детский сад № 104
г. Беломорск

В нашем доме радуга любви.
Мы смеемся, пляшем, веселимся.
Но забот ведь тоже полон год,
Нужно и серьезно потрудиться.
Нужно не забыть нам ни о ком,
Каждому помочь хоть чем-то,
Всем, чем можно, только бы успеть,
Чтоб не стало сердце наше черствым.

В нашем доме радуга любви
Есть все, что хочешь:
Улыбки, счастье и печаль.
*

В нашем доме радуга любви,
Мы живем друг друга согревая.
*

В нашем доме радуга любви.

Все цветы сегодня расцвели.
В нашем доме радуга любви,
Пироги скорей на стол неси.

В нашем доме радуга любви.
В доме свет, свеча горит.
В нашем доме радуга любви.
Без нее прожить бы не смогли.

Татьяна Дюкова

Петрозаводск

со-руководитель Школы для детей и родителей
«Радость Настоящей Дружбы»

ЖИВОЙ МИР ЯСИ

(рассказы бабушки о внучке)

Эти рассказы о том, какими яркими, крохотными, живыми деталями открывается девочке большой мир, где настоящему человеку так необходимо быть чутким и внимательным

КУЗНЕЧИК

Ясенька сидела за столом и пила молоко из любимой чашечки с цветочками. Окно на кухне было открыто, дул легкий ветерок, раскачивая тюлевую занавеску. Девочка допила молоко и стала напевать песенку. Затем выглянула в окно, облокотилась на подоконник и стала рассматривать свои цветы, которые она посадила в маленькую клумбочку. Васильки уже распустились разноцветным покрывалом. Синие, розовые, белые, они качали своими головками, как будто приветствовали её. Яся замолчала, она услышала непонятный звук, который доносился откуда-то снизу.

– Бабушка, а кто это поет?

– Это стрекошет кузнечик. Хочешь, сходим в огород и поищем его?

Они пошли в огород. Бабушка попросила Ясеньку стоять тихо, чтобы кузнечик успокоился и снова запел свою песенку. Им не пришлось долго ждать, только песенка прозвучала уже в другом месте.

– Вот он какой прыткий, ускакал так далеко от нас, – произнесла бабушка.

И они быстро добрались до высокой травы, раздвинули ее и увидели большого зеленого кузнечика. Он прижался к стебельку травы, и его было незаметно. Он как будто стал

стебельком. Яся уже протянула руку, чтобы схватить его, но кузнечик, оттолкнувшись от травинки, так высоко подпрыгнул, что напугал ее, и она вместе с ним отпрыгнула в одну и ту же сторону. Бабушка засмеялась:

– Ну, вот и ты теперь начала прыгать как кузнечик. А ты хоть заметила, что у кузнечика длинные крылья? Ведь он стрекочет благодаря им. У него на одном крыле есть перепонка, похожая на зеркальце, а на другом жилочка, которой он водит по зеркальцу и издает стрекочущие звуки. Люди, шутя, про это говорят – играет на скрипке. А стрекотать умеют только мальчики-кузнечики. Своим пением они привлекают девочек-кузнечиков.

– А почему он сейчас не поет?

– При людях он петь не будет, осторожничает...

– Чтобы его не поймали: я ведь тоже его хотела поймать, – поняла Яся. – Пусть поет, а я буду слушать, как он на скрипке играет.

Она зашла в дом, села у открытого окошка. Вокруг разливалась тишина, даже ветер не играл с занавеской. Ясенька прислушалась, не играет ли скрипочка кузнечика. Ей очень хотелось послушать его. Девочка взяла в руки листочек, карандаши и начала рисовать кузнечика. Он держал в своих лапках маленькую скрипочку и играл прекрасную мелодию. Пока она рисовала, в доме звучала песенка скрипача, она уносилась за окно, на луг, где под ее звуки кружились бабочки.

БАБОЧКА

После выхода на пенсию бабушка Таня купила себе недорогой фотоаппарат. Она не умела с ним обращаться, поэтому первой осваивала его Ясенька. Бабушка разрешала ей брать на улицу и фотографировать чудеса. И в этот солнечный летний денек Ярослава решила отыскать очередное чудо, вооружилась бабушкиным фотоаппаратом, надела босоножки и вышла во двор. Она сфотографировала свою куклу, сидящую на скамейке, её коврик, платице, миску щенка, ванну с водой, она фотографировала всё, что попадало в её поле зрения. И вдруг она увидела, что на зеленый коврик села красивая, обворожительно красивая бабочка. Крылья ее не трепетали, усики не шевелились.

– Устала бедная, как тихо-то сидит, – проговорила бабушка про бабочку, выйдя на крылечко, – а ты что замерла – она ведь фотографироваться к тебе прилетела. Наверное, только родилась, наряд, какой яркий, новый. Вот ведь какие модницы! Нам приходится шить, а им матушка-природа такой наряд с рождения дает.

– А, что у них тоже есть день рождения, они его отмечают, им тоже торт покупают?

– Да нет, они ведь сами волшебницы, вот перед тобой такая красота, глаз отвести не можешь, а бабочку зовут огневка. А знаешь, до этого она какая была? Ты бы даже не подумала, что из этого существа появляется бабочка.

– Покажи, пожалуйста, баб, – стала упрашивать Яся свою бабушку.

– Хорошо, как только придет Санечка, я его попрошу, чтобы он тебе это существо нашел, – и она ушла в дом.

А Яся продолжала наблюдать за бабочкой, которая, посидев на коврике, взлетела, взмахнув своими огненными крылышками, и улетела. Санечка пришел домой из леса, он собирал малину в лесу. Бабушка позвала Ярославу попробовать ягоды. Когда девочка сама достала ягоды из ведерка, она закричала:

– «Бабушка, там гусеница, я не буду, есть эти ягоды, они с этими противными гусеницами.

– Вот видишь, специально идти и искать то существо не пришлось, оно само к нам в гости пришло, – проговорила бабушка.

– Ты это про кого, баб? – спросила Яся.

– Да я про твою бабочку. Вот из этих гусениц и появляются бабочки. Гусеничка очень много кушает, несколько раз меняет свою кожицу – и вот наступает момент, когда она себя обматывает тоненьким клейким веществом и превращается в куколку, похожую на беззащитного младенца, завернутого в пеленочки, и ждет, когда произойдет волшебство – она превратится в прекрасную принцессу-бабочку.

Аромат спелой малины привлекал Ясю, она достала гусеницу, прошептав ей: «Иди принцесса, я буду ждать, когда ты ко мне прилетишь».

Она еще долго обсуждала, какая бабочка появится из этой гусеницы, какие у нее будут крылышки, как ее назовет, как будет дружить с бабочкой.

Только никто ей не стал говорить, что жизнь бабочек скоротечна

ЛЕБЕДИ

Яся с дядей Сашей и мамой очень долго добирались до озера: сначала они ехали на автобусе, а потом шли по проселочной дороге, свернули на едва заметную тропинку, заросшую травой. Идти ей было трудно, так как ноги запутывались в траве, но она никому не отдавала свою удочку, которую ей сделал дядя Саша. Яся стойчески переносила все трудности по дороге. Она мечтала скорее дойти до озера, где живут окуньки, ползают раки по каменистому дну. Ей казалось, что тропинка их больше запутывает и никогда не

приведет к долгожданному озеру. Яся начала уже грустить, но вдруг появился просвет и голубые блески озерной ряби заставили девочку сделать последний рывок навстречу своей мечте.

– Вот оно озеро! Вот моя удочка! – кричала девочка.

Вдруг она услышала всплески воды, как будто кто-то молотит по воде маленькими веселками. Над ней пролетела пара белоснежных птиц, они тревожно кружились над озером и, отлетев в дальнюю часть озера, опустились на воду. Они были большими, перышки на крыльях как будто кучерявились. У них были длинные изогнутые шеи. Они то опускали свои головы, то поднимали их.

– Кто это? – почему-то тихо спросила Яся.

– Это лебеди! – в один голос ответили ей мама с дядей Сашей.

– А что они там делают?

– Друг другу в любви признаются, – сказала мама.

– Ясенька, это они так кушают, ты кушаешь ложкой, за столом, а они клювом своим себе еду достают, водоросли, всё, что в воде растёт, могут листья ощипывать со свисающих над водой веток деревьев или травку прибрежную, – объяснил дядя Саша.

Они втроем сели на заросший травой берег и стали наблюдать за царственными птицами.

– Это самые верные птицы, они выбирают себе пару на всю жизнь, и не покидают друг друга. Они и деток своих высиживают по очереди, вместе их оберегают.

Мама замолчала, а потом добавила:

– Было бы так у людей! Встречается ли у нас такая лебединая верность?

А дядя Саша продолжил:

А вы когда-нибудь видели гнездо лебедя? Знаете, какое оно большое, – и он показал его размеры, разведя руками, – Ясенька, ты точно туда войдешь, поспать сможешь. Строит его мама-лебедь из кучи пожухлого тростника или травы. Но как птенцы вылупятся, они уже сами могут добывать себе еду. Ясенька, а ты как думаешь, на кого похожи птенцы лебедя?

– На маму - ответила она

Все засмеялись.

ЧТО ВАЖНО ДЛЯ СЕМЕЙНОГО ЛАДА?

Когда говоришь слово «Мудрость», то всегда приходит образ очень взрослого, даже пожилого, очень опытного в жизни человека... Но

Мудрость – это не признак возраста. Это признак богатой Души, которой есть чем делиться. Мудростью в семейных отношениях делятся и взрослые, и дети.

ученики 11 класса
Рабочееостровской средней школы
Кемского района

СЕМЬ СЕКРЕТОВ СЕМЕЙНОГО ЛАДА:

- ✚ Любовь: когда все безусловно любят и любимы.
- ✚ Гармония: когда все спокойны, терпеливы и счастливы.
- ✚ Доверие: когда все искренние и честные с собой и друг другом.
- ✚ Отношения между женой и мужем, родителями и детьми, братьями и сестрами – добрые и уважительные. Все дорожат друг другом.
- ✚ Опыт старших поколений - востребован. Старшие в Семье уважаемы и почитаемы.
- ✚ Есть плюсы и минусы, когда в Семье несколько поколений. Важно учиться ладить друг с другом – это полезные уроки нашей реальной жизни
- ✚ Все мы в Семье изменяемся. Я готова изменяться к лучшему. Это помогает, мне, моим близким и далеким жить мирно и радостно.

МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ

- ✚ Хотелось бы семью чистой, светлую, радостную, весёлую, понимающую, дающую свободу (как у облаков).
- ✚ Желаю жить в мире и согласии. Проявлять любовь, понимание и терпение.
- ✚ Я хочу простую семью, небольшую, в которой будет царствовать любовь, поддержка и взаимопонимание.
- ✚ Семья должна быть друг для друга. Нужно ладить - учить детей честности и ответственности. Если родители смогут это сделать, то остальные хорошие качества приложатся сами.
- ✚ Семья должна быть в Гармонии и Дружелюбии. Пусть царят Взаимопонимание, Честность и любовь. Младшему поколению важно понимать старших, а старшему, в свою очередь, младшее.
- ✚ Хочу большую семью, в которой все понимают друг друга. В семье лучше жить нескольким поколениям, так как если невозможно найти поддержки у одного, то можно найти у другого поколения.
- ✚ В Семье должна быть чистая и весёлая атмосфера. Все члены семьи находятся в дружбе. Старшее поколение принимает младшее, а младшее помогает старшему.
- ✚ Я хочу дружную, крепкую, сплочённую Семью.

САМЫЕ ГЛАВНЫЕ СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

ученики 9-11 классов Кемской средней
общеобразовательной школы №3

- взаимопонимание и любовь
- взаимоуважение

- умение выслушать
- одинаковое отношение ко всем детям
- доброта и доверие
- справедливость и честность
- учитывается мнение всех членов семьи старших и младших
- чаще быть вместе в общем деле
- уметь откликаться на просьбы
- беречь семейные традиции
- дорожить друг другом
- жить в мире с другими семьями

МУДРОСТИ СЕМЕЙНОГО ЛАДА

Какие мудрости открыли взрослым дети – делятся этими открытиями взрослые поселка Золотец Беломорского района и города Петрозаводска:

- чувствовать радость первых открытий,
- терпеливо освоить компьютер,
- легче относиться к жизни.
- больше улыбаться,
- радоваться жизни и каждому дню,
- проявлять терпение и спокойствие,
- смотреть на жизнь другими – детскими – глазами,
- быть молодым Душой,
- с первым ребенком дочери я поняла, что всегда буду любить своих внуков!

*Александра Лукинична Попова
г.Петрозаводск*

ЧЕМУ УЧУСЬ У МОЛОДЫХ

Меня моя внучка Алёна, ей 10 лет, научила меня слушать и понимать музыку кантеле. Она играет на кантеле.

*А.Н. Задвернюк
г.Петрозаводск*

ГЛАВНОЕ – СПОКОЙСТВИЕ

Главное – спокойствие. Совершил сын проступок – сначала успокойся, представь себя беспомощной, больной – и этот проступок покажется не таким уж страшным.

*Фарида Гаясовна Грачёва
г.Петрозаводск*

Моя дочь часто, когда мне случается о чём-то думать и переживать, а она знает, о чём я в этот момент думаю, говорит мне: «Мама, да ведь всё в порядке, не стоит так беспокоиться». То есть она умеет трезво взглянуть на вещи, не заикливается на мелочах. Она заботится о моём спокойствии и благополучии.

*Папко Артем
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученик 4 класса
Папко Елена Николаевна
мама*

ДЕВИЗ СЕМЬИ

Девиз для конкурса такой:
Живи в ладу с самим собой,
Семью свою не обижай
И память предков уважай!

Что может быть семьи дороже?
Теплом встречает отчий дом,
Здесь ждут тебя всегда с любовью
И провожают в путь с добром!
Отец и мать, и дети дружно
Сидят за праздничным столом,
А вместе им совсем не скучно,
А интересно впятером.
Малышка Катя для старших,
Как любимица,
Родители во всём мудрей,
Любимый папа - друг, кормилец,
А мама ближе всех, родней.
Любите! И цените счастье!
Оно рождается в семье,
Что может быть её дороже
На этой сказочной земле?

СЕКРЕТЫ СЕМЕЙНОГО ЛАДА

Мелько Виталий
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученик 5 класса

В нашей семье всегда лад, мир, спокойствие, потому что мы всегда доверяем друг другу, защищаем, любим. Все-таки я рад, что живу в этой семье и меня любят.

Денисов Евгений
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученик 5 класса

Из всех человеческих отношений семья – самое древнее и великое. Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены эмоциями, интересами и готовые прийти на помощь и поддержать в любую минуту.

Народная мудрость: «На что и клад, коли в Семье лад»

Беляев Александр
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученик 5 класса

СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ (СКАЗКА) О ДОБРОМ ДЕДЕ САШЕ

Жил однажды мой дед Саша. И был он строителем почетным в Шуньге. Построил он много благоустроенных домов и школу Шуньгскую тоже построил. А школа-то красивая, все остальные обзавидовались.

А когда дед Саша вышел на пенсию, решил он построить себе баню, чтобы отмыть всю грязь, которая накопилась пока дома да бани строил. А строить помогал ему мой папа Юрий. Построили они баню и начали париться. И парились они в бане три дня и три ночи, а дед Саша велел всей семье мыться в новой бане. А после того, как попарился, стал говорить такие волшебные слова: «Спасибо за баньку, хозяин с хозяйшкой!»

С тех пор все в нашей семье стали так говорить. Вот такая семейная история, которая произошла на самом деле, когда я был еще совсем маленьким. А рассказала мне ее моя любимая бабушка Рая.

Народная мудрость: «Кто родителей почитает, тот вовек не погибает»

Дронов Кирилл
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученик 5 класса

Не тот отец – мать,
Кто родил, а тот,
Кто вспоил, вскормил
Да добру научил.

Каково дерево,
Таков и клин,
Каков батька,
Таков и сын.

С ребятами – горе,
А без них – вдвое.

На свете все найдешь,
Кроме отца и матери.

Бог дал родню,
А черт – вражду.

Народная мудрость: «Где Любовь да Совет, там и горя нет»

*Васильева Екатерина
п. Шульга Медвежьегорского района
ученица 3 класса*

СКАЗКА О ТОМ, КАК ДРУЖБА В СЕМЬЕ ПОМОГАЛА В БЕДЕ

Жили-были отец Ефим, матушка Василиса. И было у них семь сыновей и одна дочка. Звали ее Варвара.

Каждый день отец и братья работали в поле, а Василиса и Варвара ходили в ближний лесок клюкву собирать. Пришли они, собирают ягоды и все дальше и дальше друг от друга отходят. И вот отошли они далеко, и слышит Варвара, что мать ее зовет. Побежала она на зов, прибежала и видит, что матушка тонет в болоте. Матушка кричит ей: «Варвара, беги домой и зови отца!»

Побежала Варвара со всех ног домой. Прибежала и говорит отцу, что матушка на болоте тонет. Побежал он в поле сыновей звать. Собрались они на болоте, кинули веревку матери и вытянули ее из топи. Так вся семья помогла маме в беде. И стали они жить-поживать да добра наживать.

В семье все друзья, помогать им надо!

Народная мудрость: «Семья сильна, когда над ней крыша одна»

*Пономарева Ульяна
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученица 3 класса*

СЕМЬЯ

У нас дружная семья:
Мама, дядя Леша, я,
Братьев двое, три кота,
Есть собака, красота!
И еще крысенок есть,
Очень любит он поесть.
Так что весело у нас!
И вообще мы просто класс!

*Красильникова Ксения
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученица 5 класса*

СКАЗКА О МОЕЙ СЕМЬЕ

Расскажу вам, друзья, сказку – сказочку про семью свою и себя саму.

В некотором царстве, в некотором государстве, в краю озер раскинулась Республика Карелия. Есть в Карелии не менее красивая деревушка Кажма, а живет там, на первый взгляд, обычная семья: мама, папа, сестренка и я. Живем мы весело: завели собаку Найду, кошку Соню, двух хомяков и крысу. Вот так мы живем весело, а мама только вздыхает.

У каждого из нас свои интересы. Папа – рыболов-охотник, домой добычу носит: дичь, рыбу. Мама это все готовит, и мы кушаем. Папа гордо говорит: «От моих увлечений польза семье идет, а от ваших...» А мы? Мы с мамой без ума от танцев, музыки... Да, согласиться с главой семейства придется – наши увлечения только для нас...

Зато моя сестра Полина (ей всего 4 года) у нас собрала в себе все наши увлечения, вместе взятые. Она у нас и танцор, и музыкант, и рябчика от окуня отличить сумеет – эксперт в любой области!

У нас каждый день похож на сказку: сказочный завтрак перед школой, приготовленный нашей мамой – волшебницей. Днем у нас у всех свои волшебные дела: я – в школе учусь быть волшебницей, как мама, папа – на рыбалке (надеется когда-нибудь выловить все же золотую рыбку), мама – дома (взмахивая волшебной палочкой, наводит уют в доме), а сестренка моя кукол целый день наряжает да на бал собирает.

А вечером, когда наша семья собирается за волшебным столом, накрытым скатертью – самобранкой, наступает самая-самая волшебная пора. Мы делимся впечатлениями, что произошли с нами за день, обсуждаем, смеемся, советуемся.

После ужина, когда помыта посуда и кухня блестит, сияет, мы играем все вместе в домино, иногда в лото. Даже кошка Сонька тут как тут, доминошки грызет. Чем не волшебный вечер и не сказочная семейка?

А еще есть в нашей семье бабушка – волшебница, и печет такие волшебные пирожки, что скушать можно и забыть обо всем на свете.

Скажу вам по секрету: есть у меня волшебная мечта: хочу научиться исполнять желания! Подарила бы маме корону (чтоб настоящей волшебницей стала), папе – сапоги-скороходы (чтоб везде успевал), а сестренке – карету и платье бальное (чтоб на балах блистала), бабушке – чудо-печку, которая сама бы тесто замешивала и пирожки выпекала. Вот такая вот я чудачка!

Народная мудрость: «Кто родителей почитает, тот вовек не погибает».

*Гусейнова Клава
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученица 3 класса*

Моя любимая семья
Всегда со мною рядом.
Хоть дождь, хоть снег и хоть гроза
Не растаемся никогда!

*Передерина Юлия
п. Шуньга Медвежьегорского района
ученица 3 класса*

Не перечсть нас всех в семье:
Мамуля, бабушка, сестренка,
Наш папа и, конечно, дед,
Что по утрам ворчит негромко.
Традиция у нас одна,
И даже, чтобы ни случилось,
Желаем людям мы добра!
Дай бог, чтоб все у них сложилось!

НА ЧТО И КЛАД, КОЛИ В СЕМЬЕ ЛАД

Хрылева Камилла

*п. Шуньга Медвежьегорского района
ученица 1 класса
Хрылева Олеся Александровна
мама*

Меня зовут Камилла – обычная девчонка.
Семь лет уже промчалось, как выросла с пеленок.
Когда я родилась, был солнечный денек,
И мама улыбнулась: «Ну, слава Богу, в срок!»
А папа всех соседей, всех близких удивил,
Когда столь редким именем меня он одарил.
И вот расту и крепну, как маленький дубок,
В большом и светлом доме на берегу реки,
В которой рыбу ловят мальчишки-рыбаки.
Ну что я только о себе? Давайте о моей семье.
Мы самая простая, обычная семья,
Где папа любит маму, обоих люблю я,
Где очень обожают и балуют меня.
Где мама любит повторять:
«Друг друга надо уважать и сообща дела решать».
Она все успевает: помыть, испечь, сварить
И жарко, чтоб не мерзли, печку истопить.
Намажет вкусно бутерброд, и мне косички заплетет.
Кто чай пролил – она затрет,
При этом песенку поет и никогда не устает.
А если заскучаю я, обнимет ласково меня
И нежно поцелует в щечку свою лапулю-зайку, дочку.
А после мы играем, рисуем и читаем.
Когда смеркаться начинает, мама лампу зажигает.
Льется свет, струится, мягкими бликами на стены ложится.
Вот мама и я смотрим в окно – на дворе совсем темно.
Папу ждем мы в тишине, соскучились обе очень уже.
Когда приходит папа, меня он тут же кружит,
И мы садимся кушать мамин вкусный ужин.
И вот беседа за столом – кто как и где свой день провел,
Какие достижения и подвиги свершил,
А может, и высоты, вершины покорил?
Часы пробили девять, ой, мне уж спать пора -
Спокойной ночи, мама, целую папу я.
Вот так вот дни проходят, сменяет утро день,
Чтоб в вечер превратиться, укрыться в ночь и в тень.
Я счастлива безмерно, что есть наша семья
Что в этом мире трио – мама, папа, я.
Бывают неудачи, проблемы, как у всех,
Но лишь бы в доме не стихал мой беззаботный смех!
И лишь бы мамочка моя и папа не болели!
Зачем нам золото, бриллианты, ну, правда, в самом деле?
Зачем нам этот бранный клад, когда в семье и мир и лад?

Народная мудрость: «Слава сына – отцу отрада».

*Панфилов Илья
п. Шульга Медвежьегорского района,
ученик 4 класса*

СЕМЕЙНЫЙ ФОТОАЛЬБОМ

Меня зовут Панфилов Илья. Мне 10 лет. У меня очень дружная семья. Я всех очень люблю. Многие родственники живут далеко и приезжают в гости. Все самые интересные события мы фотографируем. Я часто пересматриваю свой фотоальбом и вспоминаю эти события. Давайте посмотрим его вместе.

Вот моя первая фотография. Я родился. В роддом забирать меня приехали папа, сестра Оксана и дедушка. Дедушка сказал, что обязательно сам заберет из роддома внука. Я очень похож на папу.

Вторая фотография, где я с моей сестричкой Оксаной. Мама говорит, что я с нее глаз не сводил. Оксана всегда обо мне заботится. С ней нам весело, мы много придумываем всяких развлечений. У меня много фотографий с ней. Мама повесила лучшие из них на стену. Мама очень любит нас.

А вот и я на руках моей двоюродной сестры Кати. Сейчас она уже взрослая и у нее своя дочка, я бываю у нее в гостях. И на руках у дяди Саши – папиного брата, тети Дуси – сестры дедушки, дедушки Вити – папы, мамы, рядом с мамиными дядями.

Мой первый выезд на природу к Онежскому озеру. Я такой маленький, что мама и папа брали с собой коляску, и я в ней спал. Мы ездим на природу каждое лето, там я научился плавать, сначала на круге, а потом и сам. И еще научился нырять.

А вот и новый год, мне полгода, ничего не помню, а мама говорит, что я всю ночь плакал, у меня резались зубки. Теперь на каждый новый год мама шьет мне костюм, готовит сюрпризы. В прошлом году появилось новое развлечение. Мы повесили чулки на шкаф, в них появлялись конфеты каждое утро.

Моей первой зимой я гулял в коляске. А вот я учусь ходить, для этого у меня были ходунки, а потом мама водила меня на ремне. И я стал сам ходить, когда мне исполнился год.

Вот мы переехали в новую квартиру. Пока делали ремонт, мы жили у бабушки. У папы и мамы не было времени на меня, со мной дедушка возился. Потом мы еще раз переехали. И тогда я уже помогал переносить вещи всем моим родным.

На следующей фотографии я уже сижу за рулем папиной машины, ноги даже не свисают с сидения.

Однажды я примерил папин ботинок, он мне до колена. А вот я с сигаретой во рту. Конечно, мама меня сфотографировала, потому что это весело, но я знаю, что курить вредно.

Мой любимый грузовик, мне подарил его дядя Эрик, двоюродный брат бабушки. Сначала я сам в нем катался, а потом катал игрушки. У меня много фотографий с ним.

Вот я с моим любимым дядей Денисом. С ним тоже много фотографий, он проводит у нас свой отпуск. Мне с ним интересно. Он очень веселый.

А вот я снова за рулем машины, я значительно подрос.

Мой первый велосипед был похож на мотоцикл с багажником.

Мое первое путешествие. Я ездил на поезде в Беломорск к моему дедушке Вите. Я люблю путешествовать.

Я помню свою любимую игрушку, это была машинка, я назвал ее машиной Путина, сам не знаю почему.

Мои первые друзья – Рома, Ваня и Гена. Я дружу с ними до сих пор и, надеюсь, буду дружить и дальше.

Однажды я заснул в наушниках с громко играющей музыкой. Мама сфотографировала.

Я катаюсь с горки, сначала боялся, а потом поехал сам – и мне понравилось.

Вот первый альбом закончился, открываем второй, я подрос. Я с друзьями задуваю свечи, а свечей 4. А потом фотографии с Ромой, уже зима, мы слепили снеговика. Совместные поездки в Петрозаводск у нас в традиции. Каждое лето мы ездим туда покататься на каруселях, ходим в кафе, кинотеатр. Много фотографий об этих событиях. Мой второй велосипед мне купили бабушка и мама. Третий и четвертый подарили папа и мама.

Однажды Оксана придумала мне на день рождения устроить пиратскую вечеринку. Мы искали клад. Когда его нашли, там оказались конфеты. А потом еще были вечеринки динозавров, компьютерных игр, разные испытания. На каждый мой день рождения мама и Оксана придумывают интересные сценарии.

Мой первый день в школе. Мама, папа, бабушка и дедушка были рядом. Все прошло хорошо. Моя семья всегда в курсе моих школьных событий, а мама вообще работает в школе.

А еще есть фотографии, где я помогаю убирать сено, где мы с папой на рыбалке, где мы вместе убираем картошку.

Я не знаю, есть ли у нас секрет семейного лада, я не знаю, в чем секрет, но мне хорошо с моей семьей. А может, секрет и должен оставаться секретом?

Мама, ребенок... Самый первый секрет, который связывает двух людей: большого и маленького. Ребенок растет – и растет тот секрет, который он получил от мамы. Растет, растет – и однажды он дарит этот секрет кому-то другому – человеку или маленькому зверьку, какая разница... Главное, что секрет этот снова связывает две любящие души.

Татьяна Дюкова

Петрозаводск

со-руководитель Школы для детей и родителей

«Радость Настоящей Дружбы»

«Я ПОПРОБУЮ, МАМА!»

Колыбельная в прозе

Мама! Прошло столько времени, я теперь сама мама.

Но мне так не хватает твоей колыбельной, которая меня успокаивала всегда, когда плакала моя душа от расставания с моим любимым мальчиком.

А ты говорила, что у меня все впереди.

И я верила тебе, но приходило это «впереди»... а они, мои любимые мальчишки, уходили или я убегала от них сама.

Ты говорила, надо быть терпеливой и подождать - и счастье придет.

Но ты не рассказала, что такое «счастье», и я стала искать его сама.

Я научилась делать то, что тебе никогда не понравилось. Ведь ты нас учила быть честными, жить по законам чести, добра и любви... Но не все люди живут по эти законам мироздания! И не всегда ты была со мной рядом!

Ты уставала, работая на двух работах, ты старалась, чтобы было у нас в доме чисто, но никогда не заглядывала к нам в душевные переживания, о чем мы думаем, и что болит у нас, что тревожит нас. А мы не тревожили тебя, понимая, как тебе одиноко и тяжело.

Так уходили мы друг от друга все дальше.

А, встречаясь, я видела, что мои поступки не вписывались в твою стройную систему добра и зла. И мы все больше молчали, просто ели и пили в одной комнате.

Как все трудно объяснить тебе, себе и дочке. Почему я одна, почему у дочки папа живет вдалеке от нее. Почему? Почему? Почему?

Когда я впервые выпила водки... когда закурила первую сигарету.... А твоей наивности и доверчивости я удивляюсь до сих пор! Ты не могла поверить в это, ты отказывалась верить, что я это могу сделать! А я, как бы назло тебе – посмотри, я это могу – вопреки твоим просьбам, твоим «нельзя», твоим «так поступают только плохие люди»!. А я хотела быть не такой, какой ты хотела видеть меня.

Теперь я понимаю, как я была не права.

Прижми меня к себе, мама.

Скажи, что ты меня любишь, тепло, так скажи, чтобы мурашки по коже пошли от твоих слов

Спой мне колыбельную. Я успокаиваюсь под ее звуки...

И я все сделаю, чтобы моя дочка не только слышала слова моей любви, но и чувствовала, что я всегда с ней рядом. Ведь ты меня учила этому ненавязчиво, но так, как могла только ты - просто, незамысловато, наивно.

Только почему я не понимала тебя?..

Я – сделаю... Я попробую, мама!

Любовь невозможно таить в себе, она выплескивается наружу, особенно тогда, когда это Любовь к большому Родному Миру.

Наталья Николаевна Архарова
классный руководитель 4 «А» класса
учитель 1 категории
Медвежьегорская средняя
общеобразовательная школа №2

ЖИВАЯ ВОДА ТРАДИЦИИ

В апреле 2010 г. в рамках Дня открытых дверей по теме «Обогащение школьной среды» в гости к ребятам-первоклассникам с программой «Веснянка» пришёл фольклорный женский ансамбль «Живая водица» Медвежьегорского городского центра культуры и досуга (руководитель Шепелева Н.И, концертмейстер Ольшакова О.Ю). С этого времени и началось сотрудничество «Живой водицы» и нашего класса – была организована фольклорная группа-класс «Ручеёк». В её состав вошло 20 детей (9 девочек и 11 мальчиков).

Для Натальи Ивановны Шепелевой эта работа с детьми не в новинку: в 1988 г. в классе, где учился её сын Иван, она создала фольклорную группу с ласковым названием «Земелюшка», а теперь продолжает свою творческую деятельность с классом, где учится уже её внук – Шепелев Кирилл. Поэтому и одну из наших программ мы назвали «Солнце

38

разгорается – игра начинается. Бабушкины игры». Программа была представлена на конкурс «Кижи – Мастерская Детства» в номинации «Мелодии родного дома».

По результатам конкурса «Ручеёк» награждён дипломом Второй степени в номинации «Конкурс фольклорных коллективов» и приглашён для участия в детском музейном празднике «Кижи – мастерская детства – 2012. Дом как мир, мир как дом»

Наша творческая деятельность с Натальей Ивановной продолжается два года. Начали дети приобщаться к фольклору, когда учились в первом классе, сейчас – это уже четвероклассники. Интерес у ребят к народному творчеству растёт с каждым новым выступлением.

Наш «Ручеёк» журчит всё увереннее, полнее его чистая живая водица. За период совместной деятельности мы подготовили несколько программ. Традиционными стали наши выступления на школьных праздниках: «Небылица в лицах – небывальщина» («Золотая осень»), «В круг вставай», «Шёл весёлый Дед Мороз» (новогодние программы), «К кругу друзей» («День толерантности»), «Ротушка», «Катюша» (Фестиваль солдатской песни) и др. Выступали мы как перед малышами на станции юннатов (программа «Забавушки на всякий вкус», музыкальная сказка «Воробушек»), в детском саду №2 (программа «Вот уж зимушка проходит»), так и перед старшим поколением – для членов клуба «Долголетие» (программа «Рождественские посиделки»), участвовали в презентации книги Б.А.Прохорова «Интересные люди», один из очерков которой посвящён «Земелюшке». Принимали участие в традиционном фольклорном празднике в Кяппесельской средней школы в 2010г. – «Покровский пляс», в 2011г. – «Покровская ярмарка», а в марте 2012 года – с программой «Весняночка» выступали на межнациональном литературно-музыкальном вечере, посвященном Международному Дню родного языка в Центре национальных культур по приглашению «Общества украинской культуры «Калина» в Петрозаводске. И почти всегда рядом «Ручеёк» и «Живая водица». От соприкосновения с народным поэтическим творчеством лучится свет глаз детей, добрее становится душа.

Репертуар нашего коллектива многонационален и разнообразен: это русские и карельские (в том числе заонежские) песни, игры, музыкальные сказки, частушки. Особый почёт – украинскому фольклору, родному для Натальи Ивановны. В программе «Бабушкины игры», которую мы подготовили для конкурса, дети играют в любимые украинские игры, которым их научила бабушка Наталка с Украины («Чого зайчику сыдыш», Ой, на гори жито», «Я – коза ярая», «Весняночка») и заонежские игры.

Некоторые игры Наталья Ивановна помнит ещё с детства, часть игр – это обработанный ею материал, взятый из книг: «Выйды, выйды, Иванку» (Киев «Вэсэлка», 1993), «Поют дети» (Москва «Советская Россия», 1989), Лойтер С.М. Русский детский фольклор Карелии (Петрозаводск, 1991).

Игры эти очень полюбились ребятам. Очень интересно и весело закликать солнышко, правильно, как полагается в народной заличке: «Приди, приди, Солнышко», – и по-украински, и по-русски. Здорово играть на таких простых народных музыкальных инструментах: трещотке, бубне, рубеле, ложках, свистульках... Бабушка Наталка всегда знакомит детей с новой игрой. Вот и сейчас она приготовила любимую игру украинских детей «Весняночка» и учит ребят этой игре.

Наталья Ивановна талантливый и грамотный руководитель. Работая с детским фольклором, обучая современных детей народным традиционным фольклорным играм и песням, играя с ними, она не только передает детям частицу тепла своей души, но и любовь к народной песне, заложенную с детства.

Родилась Наталья Ивановна в 1942 году в г. Марганце Днепропетровской области. В 1964 году окончила механико-математический факультет Днепропетровского государственного университета по специальности «математика». Педагогический стаж двадцать семь лет. В Карелию, родину своего мужа, приехала вместе с семьёй в 1975 году, весной, когда бегут и переливаются на солнце ручьи, сверкают глубокой голубизной озёра и ламбушки. Постановкой фольклорных праздников Наталья Ивановна увлеклась во время работы в детском саду № 6 г. Медвежьегорска. Её увлечение стало делом всей её жизни. Двадцать лет она была руководителем детского коллектива «Земелюшка», которому после пяти лет плодотворной работы было присвоено звание «образцовый».

Щедрость Натальи Ивановны делает душевно богаче тех юных, кто рядом с ней, и возвращается к ней сторицей – чтобы не иссякал светлый Источник Любви, наполнялся и звонко звенел «Ручеёк», напоенный «Живой водицей».

«В каком народе живёшь, того обычая и держись», - мудрость предков дает силу новым поколениям. Современный мир Русского Севера хранит маленькие зерна больших традиционных представлений. Фольклорист А.С. Кабанов уверен: «Традиция способна из зерна возродиться». Наши встречи в рамках комплексной программы «Семейное Дружелюбие Русского Севера» еще раз подтвердили, что народные культурные традиции живы, пока жив сам народ.

В Карелии знают традиционные народные игры: ручеек, чехарду, лапту, городки, жмурки. Следуют нашему обычаю гостеприимства и широкого застолья и поют от широты Души русскую «Рябинушку», «Во поле береза стояла», «Широка река», «Ой, Мороз, Мороз», «Валенки». Летит песня над озером – раскрывается ей навстречу душа.

Мастеровитые, неговорливые, тонко воспринимающие красоту северяне передают из поколения в поколение секреты заонежской вышивки, кружевоплетения, прядения, резьбы по дереву – передают секреты творчества.

Была у поморов традиция – в море на промысел помощниками мальчишек-зуйков брать, среди их дел была обязанность байки да сказки рассказывать. И по сей день сказка объединяет семью, внуков и дедов-бабушек. Любимыми сказками называют «Снегурочку», «Морозко», «Финиста – ясного сокола», «Царевну-лягушку», «Сказку о бычке – смоляном бочке», «Теремок», «Колобок». «Курочку Рябу».

На Русском Севере живут традициями новогодних и рождественских праздников: ряжение, колядование, хождение в гости, моржевание. Набирают святую воду на Крещение; зимой да к весне ближе катаются с горки, призывая Солнце красное. На Троицу обряжают березку, плетут венки на Ивана Купалу, на масленицу пекут блины и ходят по канону в гости. Отмечают праздники в кругу семьи, вместе работают на сельскохозяйственных работах, по хорошей традиции уважают старших.

Ценят на Севере меткое слово, любят к месту сказать мудрую пословицу или поговорку: «Землю красит солнце, а человека труд», «Вся семья вместе, так и душа на месте», «Друга нет – ищи, а нашел – береги», «На что и клад, коли в семье лад», «Дома и стены помогают», «На Божье посягать – свое потерять», «Бестолковый отдых утомляет хуже работы», «В займы не брав – хоть гол, но прав», «Хлеб, соль кушай и добрых людей слушай», «Береги землю любимую, как мать родимую».

Только следуя мудрости веков, возможно преумножить свои силы, таланты, укрепить свой Род, свою Семью – и Семью народов. Мы здравствуем, пока живёт традиция.



Радость Жизни – Дарить

(сценарии встреч и творческих программ)



Радость Жизни – Дарить.

Что может нам позволить быть максимально радостными и счастливыми? Намерение и готовность подарить Счастье и Радость близким.

Кто является нашими близкими? Те, кто здесь и сейчас рядом с нами. Те, кто может быть вместе с нами. Все, кто также, как и мы живет и имеет право на счастье....

Что значит подарить? Просто отдать. Творить для того, чтобы результаты труда стали полезны другим. Учиться, чтобы бескорыстно делиться полученными знаниями. Развиваться, чтобы быть способным делиться тем, что имеешь, ценишь, принимаешь.

Человек, самосовершенствуясь и саморазвиваясь, все чаще совершает выбор в пользу высоких намерений, чистых мыслей и нравственных поступков. В результате его Душа наполняется Светом, Добротой, Любовью. И в определенный момент уже не хватает границ человеческого ума для этого состояния, а состоятельность как раз позволяет просто лишь делиться с другими таким мироощущением, здоровым и легким настроением, открывающимися мудростями.

Человек, отдавая другим, сам наполняется чувством наивысшей степени Радости и Благодарности тем, кто согласился принять этот Дар и тем самым разделить Счастье и Любовь.

Радуюсь Жизни, мы становимся более гармоничными и целостными, отзывчивыми и чуткими, нежными и бережными, красивыми и здоровыми людьми... И, конечно же, Счастливыми. Самыми Счастливыми.

В данном разделе опубликованы авторские сценарные планы семи культурно-образовательных событий – творческих встреч для детей и родителей, молодежи и взрослых, прародителей и внуков, супругов и семей, родившихся и осуществившихся, благодаря Творческому Сотрудничеству многих в рамках проектов «Семейное Дружелюбие Русского Севера», «Учиться, чтобы Учить», «Осуществленная мечта. Состояться в Жизни», «Карельская партнерская Школа заботливых и любящих родителей и прародителей «Родник мой Души», программы для детей и взрослых «Радость настоящей Дружбы».

Для всех, кому необходимо, для кого приоритетно, кому интересно познавать и проявлять Ценности Настоящей Семьи в жизни.

Сценарии встреч и программ созданы людьми, желающими отдавать, дарить и служить на благо преображения Человека, процветания Доброты сердец и проявления Любви в Семье, Социуме, Мире.

В этих программах любой может стать вдохновителем других. Счастье открывается каждому, кто идет навстречу. Радостью делятся просто так.

Мы искренне благодарны всем, кто проявил готовность и принял активное участие в работе творческих партнерских программ. Мы замечали, как в Ваших глазах проявлялся Свет большой Любви к Жизни и Людям.

Мы искренне благодарны жителям Кемского, Беломорского, Медвежьегорского, Суоярвского, Прионежского, Сотравальского и других районов Карелии, которые приняли участие в творческих встречах и вечерних программах. Мы замечали, как Вы улыбались, возвращаясь домой. А это уже много. Верим, что Вы дарите Любовь в своих Семьях.

Мы искренне благодарны всем партнерам – органам власти, местного самоуправления, научным, образовательным, социальным, культурным и другим учреждениям, общественным объединениям – за красивый пример Веры в идею и Доверия Людям.

Авторами сценариев, участниками событий, партнерами Программ являются обычные люди – подростки, молодежь и взрослые люди. Обычные люди – обычные волшебники, о которых поется в песни А.Н. Пахмутовой и Н.Н. Добронравова «Дарите Радость Людям»:

Чтобы стало в этом мире
Завтра лучше, чем вчера,
Есть на свете командиры
И волшебники Добра.

Мы счастье всем добудем,
Волшебники удачи...
Дарите радость людям,
Дарите радость людям!
Чтоб стать самим богаче,
Дарите радость людям.

Чтоб была светлее старость,
Чтоб не плакать малышам,
Мы разносим людям радость
По забытым адресам.

Двери, окна и калитки
Открываешь сердцем ты...

Платят золотом улыбки
За волшебные труды.

Дышите полной грудью!
Пусть никто не плачет...
Дарите радость людям,
Дарите радость людям!
Чтоб стать самим богаче,
Дарите радость людям.

Сценарный план вечерней творческой программы

«СЕМЕЙНОЕ НАСТРОЕНИЕ – ВЕСЕННЕЕ ВДОХНОВЕНИЕ»

проведена в рамках X Открытого Межрегионального Форума

«ЕДИНСТВО ДНЕЙ: Дети. Молодежь. Семья. Общество» 31 марта 2012 года.

Со-авторы: Светлана Станиславовна Шамовнева и творческая команда Программы АВАРД.

Шаг	Содержание деятельности
Организационные моменты	Творческий вечер ведут 2 ведущих (может быть 1, или более 2-х – по ситуации и состоянию). Участники встречи (в зависимости от общего количества участников) распределены по 3 человека, либо по парам. Желательно не менее 8 мини-групп. Для исполнения венского вальса можно пригласить танцевальную пару, возможно, исполнение танца парой (парами) участников вечера. Заранее должны быть заготовлены карточки по количеству групп (на цветной бумаге, с аппликациями и др.): для приветствия; для написания стихов, для мудрых мыслей. На выполнение каждого задания группе дается 2-3 минуты. Только на завершающее задание – 7-9 минут. Во время выполнения заданий может тихо звучать светлая мелодия.
1 шаг. Предчувствие	<u>Вступление:</u> Стихи Ольги Ру «А где оно – весеннее начало?» <i>А где оно — весеннее начало? Неужто в небе, ставшем голубей, иль в звёздном вальсе тихими ночами над мирным полем родины моей? А может, в детской робости капли, стекающей слезою чистой вниз, в весёлой воробьиной канители весна сегодня начинает жизнь? Порою трудно истину понять, но если глубже к делу приглядеться: у всех — и у тебя, и у меня — весна всегда берёт начало в сердце.</i> Сегодняшнюю вечернюю встречу мы назвали «Семейное настроение – весеннее Вдохновение» и предлагаем пройти девять шагов, девять тактов звездного вальса. <i>Звучит вальс. Исполняется танец.</i>

	Все встречи, и конечно, семейные встречи начинаются с приветствия друг друга. И от того, как и какие слова приветствия произнесены, мы зачастую понимаем настроение человека и предчувствуем: как эта встреча пройдет. Мы предлагаем сейчас каждой группе подготовить теплые слова приветствия всем участникам нашей встречи – только 1 предложение. У нас есть 2 минуты для выполнения этого творческого задания (<i>тихо звучит музыка</i>). <i>Ведущие предлагают каждой группе представить приветствия, а затем перейти по 1 человеку от одной группы к другой по часовой стрелке.</i>
2 шаг. Настрой	Теплое приветствие всегда приятно. Но многое зависит и от нашего настроения. Что помогает человеку настроиться на определенный лад. Конечно, музыка, песня. И сейчас мы предлагаем вам вспомнить песни о хорошем настроении, для хорошего настроения и напеть 1 куплет из нее. <i>Представление песен.</i> <i>Ведущие снова предлагают перейти по 2-ому человеку от одной группы к другой по часовой стрелке.</i>
3 шаг. Вдохновение	Когда у человека хорошее настроение, он настроен на радость, праздник, ожидание чуда... к нему приходит Вдохновение. Стихи Аллы Говсеевой «Когда приходит вдохновение» <i>Ах, эти чудные мгновенья, Когда приходит вдохновенье! Мысль льется, словно, водопад И ты пытаешься понять, но, нет, Не стоит это делать. Один есть выход ручку взять, И сразу быстро записать Все что спустилось к тебе свыше. Прими, сей дар, ты был услышан, Дорос ты, видно, до высот и вот, Господь тебе дает!</i> <i>Дает сей дар владеть пером.</i> Самое время взяться за перо и написать стихи о Весне. <i>Раздаются карточки, звучат первые две строки стихотворения, сочиненные заранее, например:</i> <i>«Весны дыханье – окрыляет, В любви людей объединяет»</i>

	<i>и предлагается закончить фразу двумя стихотворными строками.</i> По-очереди по кругу зачитаем получившиеся строки и тем самым озвучим общее стихотворение <i>Ведущие предлагают перейти по 3-ому человеку (если группы по 3 человека, если по 2, то переходит 1-й человек) от одной группы к другой по часовой стрелке.</i>
4 шаг. Талант	Какое настроение сейчас в зале? Хорошее? Радостное? Посмотрите, сколько мы смогли проявить талантливости: вспомнили песни, писали стихи, но уверены, что у каждого из вас есть и другие творческие способности, таланты. Предлагаем каждой группе проявить свои таланты особые, индивидуальные, неповторимые. Группе предлагается за 3 минуты проявить коллективный творческий талант.. <i>Творческие выступления групп.</i> <i>Переход по 1-ому человеку от одной группы к другой по часовой стрелке.</i>
5 шаг. Раскрытие	Звучат стихи Марии Борисовой-Ипокрене «Весна!» <i>Весна! Весна!</i> <i>Сияет высь небес,</i> <i>И тучек ветер водит хороводы!</i> <i>Весна - пора любви, пора чудес,</i> <i>Надежд и пробуждения природы...</i> <i>Чарует воздух свежестью своей,</i> <i>И птичий хор щебечет упоённо!</i> <i>Земля дурманит запахом полей,</i> <i>И раздаёт букетики влюблённо!</i> <i>Весна! Весна!</i> <i>Заветная пора!</i> <i>Пора чудес! Пора любви, мечтаний!</i> <i>Свиданий и признаний до утра,</i> <i>И искренних и ложных обещаний...</i> <i>Вдыхаю полной грудью волшебство,</i> <i>Что щедрою рукой весна дарует.</i> <i>И воробей на крыше, и тепло,</i> <i>Которое над стужей торжествует...</i> <i>Весна! Весна!</i> <i>Твой безупречен лик!</i> <i>Всегда желанна, как плечо любимой!</i> <i>Как сына в колыбели первый крик,</i>

	<i>Как жажда жизни - в нас неистребима!</i> Мы предлагаем раскрыть еще одну грань таланта. Подумайте и изобразите фотографию... живую фотографию Весны. <i>Группам дается по 3 минуты для выполнения творческого задания.</i> <i>Показ фотографий каждой группой. Творческим группам предлагается придумать названия показанным живым фотографиям.</i> <i>Ведущие предлагают перейти по одному человеку к другой группе по часовой стрелке.</i>
6 шаг. Творчество	Весна – это пора, вдохновляющая на Творчество: раскрываются почки, распускаются листочки (уже стихами заговорили), цветы. В продолжение раскрытия своих талантов, проявления творчества, предлагаем написать и поделиться со всеми Мудростью о творчестве Жить. <i>Группы проявляют образ Творчество Жить и представляют результаты своей работы, после чего ведущие предлагают переход по 1 человеку к другой группе.</i>
7 шаг. Развитие	Весна – это не только творчество, расцвет, обновление, но и развитие, и, прежде всего, развитие отношений. Весной происходят удивительные встречи с замечательными людьми. Для того, чтобы продолжить отношения с такими людьми, нужно подумать, чем мы можем их заинтересовать (внешность не учитываем, мы же знаем, что мы все красивы и обаятельны) <i>Ведущие предлагают объединиться по 2 группы и договориться как дальше будут развиваться их отношения: подумать над приглашением к партнерству, к сотрудничеству.</i> <i>Объединённые группы озвучивают, или показывают предложения – приглашения к сотрудничеству.</i>
8 и 9 шаг Расцвет и Любовь	Вот мы и подошли к расцвету нашего вечера. Пришло время проявить те отношения, которые раскрылись творчеством в этот замечательный весенний вечер. Звучат стихи Ольги Партала «Любовь – это дар богов» <i>Любовь – это дар богов, А может подарок судьбы, Любовь не жалеет слов, Она всегда впереди. Любовь выше всяких обид, Любовь побеждает тоску,</i>

	<i>И словно огромный магнит Притягивает мечту. Любовь открывает сердца, Блуждающие во тьме, Преследует беглеца, Не верящего себе. Любовь – это свет и тьма, Идущие по земле, Любовь не бывает одна, Она бесконечна в душе. Любовь – это только сейчас, И в каждом мгновенье она, Поддерживает вновь нас, Чтоб жили всегда мы любя. Любовь – это дар богов, А может подарок судьбы, Но главный вопрос таков: Как нам ее обрести?</i> Мы думаем, что нам удастся сегодня это сделать – обрести Любовь. Сейчас каждый из вас подготовит маленький творческий подарок, который будет состоять из необычного цветка и слов признания в Любви к Человеку. <i>Участники делают «конфетный цветок», для чего нужны: конфеты – мини-карамель, деревянные шпажки, органза 2-3 цветов, разрезанная на квадраты 10 x 10 см; ножницы, узкий скотч, тесьма, разрезанная на полоски длиной 25 см. (Может быть предложено другое творческое задание, на выполнение которого потребуется не более 7-9 минут. В результате выполнения этого задания у каждого участника появится подарок, который он преподнесет другому участнику).</i> По завершении изготовления подарка все участники вечера становятся в круг, по очереди – по часовой стрелке преподносят подготовленные ими подарки и произносят продуманные слова признания в Любви к Человеку, ко все людям.
Завершение	В завершении вечера звучат стихи Любови Сафоновой «Предчувствие Весны» <i>Предчувствие Весны похоже на Предчувствие Любви: поражена природа этим ожиданьем...</i> <i>Деревья в сумраке туманном спокойно спят,</i>

	<i>досматривая сны, в томительном предчувствии Весны...</i> <i>Снежинки запоздавшие летят, кружась в последнем зимнем танце, Кусты - нагие оборванцы - в предчувствии Весны за ним следят...</i> <i>Она в пути... Неслышными шагами Весна уже спешит на встречу с нами, Мгновенье приближается... Вот-вот внезапно волшебство произойдет...</i> <i>Рассеется и улетит туман, И солнечного света океан обнимет нас своим сияньем, вернет ушедшие желанья...</i> <i>И зазвелят веселые ручьи, и в плен возьмут шальные соловьи, гипнотизируя нас пеньем... Весна - прекрасное мгновенье!..</i> <i>Мельчайшие штрихи его - лови!.. Я думаю, предчувствие Весны - подобие предчувствия Любви...</i> Ведущие благодарят всех участников за теплый, дружеский вечер, звучат добрые пожелания.
--	---

Сценарный план

РАДОСТНОЙ ВСТРЕЧИ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

«РАДУГА ЛЮБВИ»

Проведена в рамках творческих встреч с населением Кемского, Беломорского, Медвежьегорского и Суоярвского муниципальных образований Республики Карелия, сентябрь-ноябрь 2012 года.

Со-авторы: партнерская творческая команда

Цели и задачи:

- ❖ Осознание важности Сотворчества Детей и Родителей
- ❖ Понять необходимость Свободы в выражении чувств и эмоций Детей и Родителей
- ❖ Показать способы взаимопонимания и взаимодействия в любящей семье

Участники: дети вместе с родителями, воспитателями, учителями

Время	Содержание деятельности	Ресурсы
10 минут	<i>1 такт. Общий настрой на тему.</i> Все сидят в кругу. Приветствие. Ведущие предлагают Знакомство в кругу: каждый называет имя и продолжает фразу и берёт соседа за руку: «Радуга – это...» берёт другого соседа за руку: Любовь – это...» Когда все держатся за руки, поднимают соединённые руки вверх, к небу – дарим Миру Радугу. Ведущий: Мы сегодня вместе творим Радугу Любви в Семье	
15 минут	<i>2 такт Красный цвет Любви. Внимательная Любовь. (умение проявлять Любовь детей к родителям и родителей к детям)</i> Ведущий: Чтобы в Семье были Лад и Гармония, немаловажно уметь выражать свои чувства и проявлять Любовь к близким. Психологи предлагают не менее 8 раз за день обнимать родных. Выполняется упражнение «Как мы проявляем в Семье Любовь?»: участники встают в два круга (внешний – дети, внутренний – родители; пары – произвольные, внутренний круг стоят на месте, внешний – движется по часовой стрелке). Ведущий спрашивает первую пару (сначала ребенка): «Как в Вашей семье обычно проявляется (погладить по голове, обнять,	

	прижать, встретить у дверей, взять сумку у мамы...) Вопрос участникам: Что было трудно в проявлении Любви друг другу? В завершении ведущий подводит итог о важности внешнего проявления Любви в Семье.	
15 минут	3 такт Оранжевый цвет Любви. Заботливая любовь (умение проявлять заботу) Ведущие предлагают выполнить творческую работу. Делимся секретами дружеских отношений в семье: «Витаминки Счастья». Работа выполняется по семьям, каждой семье даётся по 3 оранжевых кружочка, где пишутся секреты дружеских отношений, отвечая на вопрос: «Что делаем в нашей семье, чтобы дети и родители жили дружно, как заботимся друг о друге?» Все Витаминки Счастья проговариваются вслух и собираются в чашу. Ведущий подводит итог, ставит чашу в центр круга и предлагает каждой семье взять себе по 3 Витаминки Счастья для вдохновения Гармонии в семье.	Оранжевые кружки, фломастеры, чаша
15 минут	4 такт Жёлтый цвет Любви. Бережная Любовь (умения проявлять эмоции). Ведущий говорит о важности эмоций в жизни человека, меры в их проявлении, умении говорить о них и понимать состояние другого. Участники создают рисунок «Дом наших семейных эмоций и чувств» (работа в парах – по семьям). Представление своих рисунков. Подведение итогов. Создаётся выставка рисунков.	Листы А3 – не менее 10, фломастеры, скотч
25 минут	5 такт Зелёный цвет Любви. Взаимопонимание. Игра «Пойми меня». Все объединяются в 2-3 группы, ведущий называет командам (персонально каждой) темы (День Рождения, Новый год, 1 сентября...). Команды по очереди представляют пантомимы – все другие участники описывают, что они поняли из презентации. Подведение итогов: Каждый отвечает на вопрос: «Что проявилось в ходе игры?» «Что новое о взаимопонимании открылось во время	

	подготовки пантомимы?».	
10 минут	<i>6 такт Голубой, синий, фиолетовый. Душевная Любовь.</i> Участники создают «Подарок Родному» - совместное стихотворение, которое начинается словами: <i>В нашем доме Радуга Любви...</i> Читается общее стихотворение (семьи друг за другом).	Листы бумаги простые и с изображением Неба и карандаши
2 минуты	<i>Ведущие благодарят участников за совместную работу и желают Детям и Родителям Добрых отношений Любящих Друг Друга Людей.</i>	

Сценарный план

МУДРОЙ ВСТРЕЧИ ПРАРОДИТЕЛЕЙ И ВНУКОВ

«ИДЕМ ДОРОГОЮ ДОБРА»

Проведена в рамках творческих встреч с населением Кемского, Беломорского, Медвежьегорского и Суоярвского муниципальных образований, Петрозаводского городского округа

Республики Карелия, сентябрь-ноябрь 2012 года.

Со-авторы: партнерская творческая команда

Цели и задачи:

- ❖ Осознание вклада каждого в развитие рода и семьи.
- ❖ Понимание значимости каждого поколения в развитие семьи.
- ❖ Умение объединиться в осуществлении добрых дел.

Участники: люди старшего поколения вместе с внуками – детьми и подростками, учителя

Время	Содержание деятельности	Ресурсы
10 минут	1 такт. Приветствие <i>Ведущие: Общий настрой на тему. Мудрая притча (приложение)</i> <i>Знакомство: Каждый участник говорит, какой род он представляет и называет своё имя.</i> Слова Ведущего о ценности каждого поколения и родовых	

	традиций в семье для её развития.	
25 минут	2 такт. Дорога Рода. (Откуда Мы? Кто Мы?) – Прошлое семьи как её основа. Представители каждого рода (семьи) на карте России показывают, откуда их род, и называют традиционные занятия родных. Слова Ведущих о пользе трудового опыта рода для состоятельности молодого поколения.	Карта России
25 минут	3 такт. Счастье сегодняшнего дня. Мудрость учиться у Молодых. Участники объединяются в 2 группы: Прародители и Внуки. Каждый внук пишет, какую Мудрость перенял от прародителей, каждый прародитель пишет, какую мудрость перенял от внуков. Ведущий собирает информацию и зачитывает, участники называют, чья это мудрость: Молодого поколения или Старшего. Ведущий подводит итог о вкладе каждого поколения в развитие семьи и её членов.	Бумага и карандаши
25 минут	4 такт. Будущее. Мечта. Продолжают работу в 2 группах: Взрослые и Молодые. Каждая группа на общем листе пишет мечты, которые хотели бы осуществить (с указанием имён). В каждой из групп работает участник творческой команды для выявления реальной ценности каждой мечты и её корректировки. Представление мечтаний каждой группой и выявление точек взаимосвязей и соприкосновения. Объединение в группы по реализации мечты (в разных вариантах: родственники, не родственники) и определение общей идеи и выявление потенциальных ответственных.	листы ватмана, фломартеры каждой группе, магниты или скотч
5 минут	5 такт. Благодарение. Все встают в общий круг, берутся за руки Ведущий подводит итог: от каждого из нас зависит, каким будет Мир, важно уметь идти Дорогою Добра:	Чаша, конфеты, записки, степлер – лучше конфеты с записками

	<i>Подарим друг другу улыбку, поклонимся друг другу, подарим Миру наше хорошее настроение.</i> <i>Ведущий предлагает взять из чаши конфету с добрыми пожеланиями – что дарит нам Мир:</i> <i>Любовь, Радость, Чистота, Спокойствие, Уважение, Энтузиазм, Взаимопонимание, Красота, Благополучие, Терпение, Вера, Надежда, Благодать, Добро, Свет, Тепло, Нежность, Сердечность, Открытость, Душевность, Благодарность, Признательность, Оптимизм, Ответственность.</i>	
--	---	--

Приложение

Притча о Семье, Мудрости Старших

Было это давно или совсем недавно, не важно. Да только пришел в одно селение путник. И остался в нем жить. Мудрый был человек. Людей любил, а особенно деток. А уж что руки золотые! Такие игрушки мастерил, что ни на одной ярмарке не сыщешь. Да вот только беда – поделки-то, слишком хрупкие. Обрадуется ребятня забаве, а она возьмет да и разобьется. Поплачут дети, а мудрец им новую игрушку смастерит. Да еще более хрупкую.

– Что же ты, мил человек, такие подарки детям нашим делаешь? Ведь ты мудр и любишь их, как родных, - спрашивали у мастера родители. – Дети стараются играть аккуратно, а подарки ломаются. Сколько слез-то!

Улыбнулся мудрец:

– Время мчится очень быстро. Совсем скоро другой человек подарит вашему сыну или дочке свое сердце. Хрупкая вещь! Думается, мои игрушки научат их бережно относиться к этому бесценному дару

Сценарный план
ДРУЖЕСКОЙ ВСТРЕЧИ
«СВЕТ СЕМЕЙНОГО ЖИЗНЕЛЮБИЯ»

Проведена в рамках творческих встреч с населением Кемского, Беломорского, Медвежьегорского муниципальных образований, Республики Карелия, сентябрь-ноябрь 2012 года.

Со-авторы: партнерская творческая команда

Цели и задачи:

- ❖ создание условий для созидательного и творческого сотрудничества обучающихся и учителей «на равных».
- ❖ содействие участникам в расширении представлений о роли и границах семьи в жизни человека.
- ❖ содействие участникам в осознании персональной ответственности за проявление ценностей семьи в окружающем мире, при взаимодействии с людьми.

Участники: подростки и молодые люди и их наставники – учителя, родители.

<i>Время</i>	<i>Содержание деятельности</i>	<i>Ресурсы</i>
10 минут	1 такт. Приветствие Участникам предлагается встать в общий круг и поприветствовать друг друга творчески, выполнив упражнение «Найти свое имя»: Участники продумывают короткие фразы о своих семьях. В начале каждому участнику необходимо будет подойти к другому и «познакомиться» - назвать имя и факт о семье (например, «Здравствуй. Я - Лена. Наша семья любит путешествовать»), пожать руки. После участник приветствует следующего человека, но называет уже имя и факт о семье предыдущего участника (того, с кем он только что «знакомился»). Задача участников – приветствовать друг друга до тех пор, пока каждый не встретит свое имя и сможет встать в общий круг.	
15 минут	2 такт. Свет Рождения Участникам предлагается назвать разные признаки, по которым все смогут разделиться на 4 группы (например, цвет глаз). Когда участники (или ведущие) называют признак «По времени года, когда человек родился», все делятся на соответствующие группы.	

	Ведущие вдохновляют участников продолжить творческую работу именно в этих группах – семьях «Летние», «Осенние», «Зимние» и «Весенние». <i>Тезисы для возможной рефлексии:</i> Человек «не выбирает» место и время рождения, семью. Он может это принять, довериться и полюбить, значит раскрыть Свет Рождения.	
20 минут	3 такт. Свет проявления Лучшего Группам предлагается создать творческую презентацию (инсценировку) – новостной сюжет с Семейного Праздника Летних/Осенних/Зимних /Весенних. В презентации можно отразить особенности, традиции, характерные черты и т.д. Группы представляют результаты работы, а ведущие помогают участникам раскрыть идеи посредством наводящих вопросов. <i>Тезисы для возможной рефлексии:</i> В каждой семье есть что-то особенное и много хорошего, доброго, светлого. Совместные радостные события, праздники позволяют увидеть и ощутить это. Необходимо стремиться познавать и искать лучшее в том, что происходит, в семье, в которой ты живешь, в близких людях.	Канцелярия для создания творческих презентаций
20 минут	4 такт. Человек – Свет Семьи Ведущие предлагают всем отправиться в дальнейшее путешествие и серьезно к нему подготовиться. Для этого каждому участнику в группе необходимо назвать то ценное (качество, умение и т.д.), чему научила его семья и этим он готов делиться с другими. Группы фиксируют все на ватмане и тем самым составляют «Атлас Семейных Ценностей». Группы представляют результаты работы, а ведущие помогают участникам раскрыть идеи посредством наводящих вопросов. <i>Тезисы для возможной рефлексии:</i> Каждый человек несет свет семьи, где он родился, воспитывался, развивался, проявляя в жизни ценности, качества, умения. В поступках человека другие видят и его семью, род, близких. Это большая ответственность – быть светом своей семьи.	Ватманы, маркеры (по числу групп)
25 минут	5 такт. Семья – Свет Мира	Листы А4, ручки (по

	Ведущие сообщают, что слышали историю о важности и необходимости всем четырем семьям – представителям «Летних», «Осенних», «Зимних» и «Весенних» Быть Вместе. Участникам необходимо предложить свою версию истории / легенды. Группы представляют результаты работы, а ведущие помогают участникам раскрыть идеи посредством наводящих вопросов. <i>Тезисы для возможной рефлексии:</i> Семья для человека – это близкие люди, которые всегда ждут его дома. Но когда человек выходит из дома, он тоже оказывается в семье – семье тех друзей, сверстников и учителей, которые ждут его в школе. Семье жителей поселка или города, с которыми они вместе живут в одной и той же точке на большой карте страны, мира. <i>Благодарность участникам за творческую работу</i>	числу групп)
--	---	--------------

Сценарный план

СЕРДЕЧНОЙ ВСТРЕЧИ СУПРУГОВ

«СЕКРЕТЫ СЕМЕЙНОГО ЛАДА»

Проведена в рамках творческих встреч с населением Кемского, Беломорского, Медвежьегорского муниципальных образований, Республики Карелия, сентябрь-ноябрь 2012 года.

Со-авторы: партнерская творческая команда

Цели и задачи:

- ❖ проявление важности и значимости Мужчины и Женщины в выстраивании гармоничных отношений в Семье;
- ❖ проявление ценности развития отношений Мужа и Жены, раскрытие секретов семейного лада на Русском Севере, которые могут помочь в развитии культуры мира и согласия;
- ❖ содействие участникам в принятии ценности Быть Вместе в семье и межсемейном социуме.

Участники: супружеские пары разных возрастов.

Время	Содержание деятельности	Ресурсы
5 минут	1 такт. Приветствие. Ведущие представляют членов регионально-муниципальной творческой команды, благодарят семейные пары за отклик.	
15 минут	2 такт. Умение видеть Лучшее в Другом. Ведущие предлагают участникам поделиться на 2 группы: Мужской Взгляд и Женский Взгляд. Мужчины создают образ Ладной Женщины (что помогает женщине создавать и поддерживать гармонию в семье), а женщины - Ладного Мужчины.	Листы ватмана, маркеры
15 минут	3 такт. Умение видеть Лучшее в Семье Участники объединяются по 2 семейные пары. Группы проявляют то Лучшее, что есть в Семьях, когда Мужчина и Женщина, Муж и Жена «идут по Жизни» рядом. Группы представляют результаты.	Листы ватмана, маркеры
15 минут	4 такт. Умение идти рядом. Супружеской паре предлагается пройти безопасный путь – один из супругов закрывает глаза, а другой в тишине его ведет, затем они меняются ролями. Обсуждение: Что вы ощущали во время прохождения Пути? Какая роль вам была более близкой? <i>Тезисы для рефлексии:</i> Необходимо уметь доверять друг другу, развивать это умение. В жизни семьи бывают разные ситуации, когда один из супругов видит больше, а другой меньше.	
10 минут	5 такт. Умение Жить Вместе. Ведущий предлагает встать всем участникам в круг, взяться за руки. Ведущий представляет образ Семьи XXI века: первый уровень развития Семьи – супруги рядом, важны физические восприятия. второй уровень развития Семьи – супруги душевно близки, важна радость, эмоции в отношениях (даже на расстоянии). третий уровень развития Семьи – супруги Вместе, важны духовная близость, со-настроенность и совместная деятельность.	

	Именно третий уровень отражает образ и смысл Семьи XXI века.	
20 минут	6 такт. Умение Творить Вместе. Ведущий предлагает участникам создать Семейную фотографию «Мы Счастливы Вместе» Семейные пары выбирают место и общий стиль фотографии, в том числе создается совместная фотография участников встречи. Ведущий фотографирует.	
5 минут	5 такт. Благодарность Благодарность участникам за работу. Индивидуальные вопросы-ответы.	

Сценарный план

ДОБРОСЕРДЕЧНОЙ ВСТРЕЧИ СЕМЕЙ «СВЕТ СЕМЕЙНОГО ДРУЖЕЛЮБИЯ»

*Проведена в рамках творческих встреч с населением Кемского муниципального образования и
Петрозаводского городского округа*

Республики Карелия, сентябрь-ноябрь 2012 года.

Со-авторы: партнерская творческая команда

Цели и задачи:

- ❖ проявление ценностей, укрепляющих Семейные Союзы
- ❖ выявление потенциала Семейного Дружелюбия в межсемейном социуме
- ❖ проявление идей возможных социально значимых проектов, направленных на проявление потенциала семей Русского Севера в межнациональном сотрудничестве и творческого сотрудничества Детей, Молодежи и Взрослых.

Участники: семьи с детьми, родственниками, друзьями

Время	Содержание деятельности	Ресурсы
5 минут	1 такт. Приветствие Семей - участников Встречи. Представление участников творческой команды Проекта. Общий настрой на работу.	
15 минут	2 такт. Ведущие предлагают Семьям представить Себя и свой Род и назвать одно самое главное качество, которое позволяет им сохранять и развивать Семейное Дружелюбие. <i>Семьи после обдумывания представляют Себя и Ценность Семейного Дружелюбия.</i> По итогам данной работы определяются Ценности, укрепляющие Семью и помогающим им нести Свет. <i>(например, Любовь, Уважение...)</i>	лист ватмана, ручки, бумага
15 минут	3 такт. Ведущие предлагают Семьям выбрать из присутствующих Семью, чья Ценность Семейного Дружелюбия дополняет, поддерживает, еще больше раскрывает их Мастерство Жить в Семье. <i>Семьи находят себе пару (добрых соседей, друзей, единомышленников).</i> Ведущие предлагают их объединению дать имя, используя те Ценности, которые им дороги в сохранении и развитии Семей (ранее проявленные). <i>Участники представляют результаты и раскрывают значение имени объединения для проявления Света Семейного Дружелюбия в Социуме. (Например, решили соединиться Любовь и Уважение и получилось - Уважительная Любовь)</i>	
15 минут	4 такт. Ведущие предлагают творческим объединениям Семей определить: какой Свет они могут проявить прямо на этой встрече и подарить его присутствующим. <i>Семьи проявляют Добрые дела, которые можно совершить в рамках встречи, и дарят их присутствующим.</i>	

15 минут	5 такт. Ведущие благодарят участников за выполненную ранее работу и предлагают объединиться по 4 семьи. И снова творческие объединения определяют имя, исходя из имени групп, которые они использовали, совершая Добрые Дела. Ведущие предлагают участникам объединений ответить на вопрос: Что полезного они могли бы сделать в своем городе, поселке, районе, чтобы к Свету Семейного Дружелюбия присоединились другие семьи и он стал еще более видимым. <i>Представление участниками встречи проектных идей.</i>	
15 минут	6 такт. Подведение итогов встречи. <i>Осознание всеми участниками ценности объединения и вклада каждого в развитие творческого сотрудничества детей и взрослых, молодежи и наставников, семей и специалистов.</i>	

Сценарный план вечерней творческой программы

«В НАШИХ РУКАХ ЦЕЛЫЙ МИР»

проведена в рамках Международной встречи-экспедиции «Доверие к Миру. Будем Вместе»

03-09 августа 2012 года.

Со-авторы: Ирина Беспалова, Елена Анатольевна Антошко

и творческая команда по подготовке Встречи

Цели и задачи:

- ❖ способствование участникам Встречи в принятии ценности гармоничного взаимодействия
- ❖ способствование участникам Встречи в приобретении умений и навыков Сотворчества
- ❖ способствование участникам Встречи в раскрытии потенциала проявления Любви

Время	Содержание деятельности	Ресурсы
5 минут	Приветственное слово ведущих о ценности Сотворчества и возможности его проявления в вечерней программе.	
25 минут	Такт 1. Ценность Гармоничного взаимодействия. Художественный зал Ведущие настраивают участников на использование потенциала художественных образов в принятии ценности Гармоничного взаимодействия. Предлагают каждому участнику создать образ проявления Гармонии с Самим Собой, в Семье, Обществе, Природе, Жизни и назвать получившуюся творческую работу. При желании участники имеют возможность представить творческий образ. Ведущие оформляют работы в картинную галерею.	Краски, цветные карандаши, доска для лепки, альбомные листы. Музыка. Цветные скрепки и веревка
30 минут	Такт 2. Сотворчество Рождения Света. Литературный зал Ведущие настраивают участников на приобретение умений и навыков Сотворчества. Участникам предлагают объединиться в 4 группы по временам года (месяц рождения). Совместно участники создают сказку, проявляя сонастрой друг с другом и тонкость в выстраивании отношений, на темы: <i>Сотворчество Зимы,</i> <i>Сотворчество Весны,</i> <i>Сотворчество Лета,</i> <i>Сотворчество Осени</i> Участники демонстрируют результаты сотворчества в свободной форме (театральное представление, чтение, и т.д.)	Бумага, ручки
30 минут	Такт 3. Готовность к проявлению Любви. Музыкальный зал Ведущие говорят вступительное слово о значимости Любви и возможности раскрытия потенциала ее проявления через музыку и предлагают участникам создать творческое произведение «Душа Поет». Ведущие завершают творческую программу, благодарят за доброжелательное участие.	Бумага, простые карандаши

Мы искренне благодарны участникам регионально-муниципальных команд за творческое сотрудничество в реализации партнерской культурно-образовательной «Потенциал Творческого Сотрудничества в Семье, Наставничестве и Социуме»

- Антошко Елена Анатольевна
- Архарова Наталья Николаевна
- Буйко Анна Васильевна
- Буртовская Галина Павловна
- Генералов Александр Михайлович
- Голубкова Валентина Николаевна
- Гусарова Анна Дмитриевна
- Давыдюк Оксана Юрьевна
- Дронова Ольга Владимировна
- Дюкова Татьяна Петровна
- Елына Эмма Геннадьевна
- Ермакова Нина Александровна
- Жукова Ирина Вячеславовна
- Замореняк Ольга Михайловна
- Иванова Нина Николаевна
- Ивановская Татьяна Васильевна
- Корьяк Жанна Леонидовна
- Колеченок Елена Николаевна
- Крупнова Надежда Васильевна
- Кудряшова Дарья Васильевна
- Латышева Татьяна Михайловна
- Мукконен Татьяна Павловна
- Петрова Анастасия
- Пидгальская Марина Жалеловна
- Сватковский Сергей Александрович
- Слободяник Инна Ивановна,
- Смирнова Альбина Михайловна
- Смирнова Елена Викторовна
- Тимукова Елена Владимировна
- Шепелева Наталья Ивановна
- Шугурова Наталья Вячеславовна
- Шумская Наталья Петровна



Счастье Жизни – Быть Вместе

(уроки семейного лада)



СЧАСТЬЕ ЖИЗНИ – БЫТЬ ВМЕСТЕ

Уважаемые Родители и Прародители!

Каждый человек стремится к созданию Счастливой Семьи, сохранению и развитию гармоничных взаимоотношений, полных Любви, Заботы и Доверия. Этот Путь не всегда бывает легким, но он приносит Радость и Вдохновение.

Участники Карельской партнерской Школы заботливых и любящих родителей и прародителей «Родник моей Души» и пилотного социально-педагогического проекта «Профессиональная школа родителей» готовы подарить Вам свою Радость и Вдохновение и предлагают пройти путь Развития: познать себя, определить состояние и состоятельность своей Семьи, научиться принимать и понимать друг друга, с пользой проводить совместный досуг, открыть новые грани в отношениях с близкими, вдохновить тех, кто рядом, и раскрыть в себе и близких безусловную Любовь.

Семья – это полнота Жизни. Любовь – это то, что греет наши сердца. Вера – это то, что дает нам силы двигаться вперед. Свобода – это возможность Творить и совершенствоваться.

Мы желаем Вашей Семье этих самых дорогих человеческих ценностей!

Творческая команда
Любящих Жизнь и Семью Людей

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Автор</i>	<i>Тема</i>	<i>Страница</i>
Клевина Н.И.	Счастливая Семья – образ Жизни на всю Жизнь	
Антошко Е.А.	Любовь и забота в жизни человека: Путь Рождения Истинной Любви	
Кривкова О.В.	Саморазвитие, Самосовершенствование: понятие, самодиагностика, полезные практики	
Молотова Н.И.	Важные качества в Пути: Позитивное мышление как фактор Счастливого Благополучия	
Ершова Э.А.	Важные качества в Пути: Сила Воли и Самодисциплина	
Клевина Н.И.	Важные качества в Пути: Трудолюбие как основа достижения Мастерства Жизни	
Молотова Н.И.	Мышление и взаимодействие	
Смирнова Т.А.	Душевное состояние и взаимодействие	
Фризин Т.А.,	Духовное Здоровье Человека	
Егошина И.В.		
Шумейло С.Н.	Принципы создания Счастливой Семьи	
Бызалова Е.М.	Семья — команда Счастья: признаки крепкого Семейного Союза	
Антошко Е.А.	Законы и Правила Семейного Благополучия	
Сидун Ю.В.	Жизненные роли: Мужчина	
Генералов А.М.	Жизненные роли: Женщина	
Локтионова Е.С.	Жизненные роли: Дедушка и Бабушка	
Черныш Н.В.	Точки роста Семьи: Принятие	
Бричковская С.В.	Точки роста Семьи: Прощение как фактор гармоничных отношений в Семье	
Кузина И.В.		
Колеченок Е.Н.	Умение жить в ладу с Родом	
Тихонова А.В.	Умение безопасно объединяться с другими: Друзья	
Старцева С.А.	Умение безопасно объединяться с другими: Коллеги	
Дорохова Е.Н.	Мастерство жить во Времени	
Навалихина Т.А.	Основы здорового питания	
Лебедева Н.А.	Режим дня. Настрой на день	
Колеченок Н.Ф.	Отдых – необходимость здорового человека	
Бачой С.А.	Сила и Мудрость семейного рукотворчества	
Жукова И.В.	Семейные традиции	
Слободяник И.И.	Дом Человека. Миссия обитателей дома.	
Мурсалимова М.А.	Управление экономикой Семьи - управление качеством жизни	
Власова Г.А.	Стиль настоящих взаимоотношений	

СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ - ОБРАЗ ЖИЗНИ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

В семейной жизни надо считаться с мыслями, убеждениями, чувствами, стремлениями любимого человека.
Храня свое достоинство, надо уметь уступать друг другу.
В. А. Сухомлинский

Семья – это Пространство жизни, в котором есть все для радости и развития супругов и детей. В счастливой семье хорошо не только душе, но и телу, чувствам, разуму. Один из моментов, который помогает нам ощутить себя счастливым в семье – это знать и чувствовать, что тебя понимают, поддерживают и откликаются на твои просьбы. Это возможно, когда в семье живет единство и взаимопонимание. Важнейший фактор счастливого состояния семьи – наличие семейных ценностей.

Семейные ценности – это принципы взаимоотношений в семье, это основа любой Счастливой Семьи.

Семейные ценности могут быть материальные и духовные. Гармония и Счастье в Семье наступают, когда материальные и духовные ценности уравниваются.



Предложите конкретные действия (поступки), которые необходимо сделать членам семьи, чтобы способствовать укреплению семейных ценностей

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Лучше потрудиться над посевами в ранние годы семейной жизни, чтобы собрать зрелые плоды к старости*

То, что ты делаешь с жизнью сегодня, завтра получишь как результат.
(Жизненная мудрость)

Напишите, пожалуйста, какие семейные ценности есть в Вашей семье



Семья – главное путешествие нашей жизни. Путешествие будет счастливым, если на корабле умелая команда. В счастливых семьях партнеры общаются глубоко, проговаривают свои планы, свое недовольство, проговаривают темы денег, интимные отношения, отношения с родителями.



Самостоятельно или вместе с семьей определите ответственные шаги, которые необходимо совершить Вам на жизненном пути, чтобы СЧАСТЬЕ стало Вашим образом жизни.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Дорогие родители!

**Желаем Вам уверенных шагов на пути совершенствования в Вашей Семье.
Напишите афоризм, девиз или мудрость, которые вдохновят Вас на этом Пути.**

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники

<http://marina.ginter.ru/2009/04/23/schastlivaya-semya/>
<http://lubima-ya.ru/forum/63-399-1> ,<http://dodinni.ru/?p=1231>

ЛЮБОВЬ И ЗАБОТА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА: ПУТЬ РОЖДЕНИЯ ИСТИННОЙ ЛЮБВИ

Истинная Любовь старается с радостью и весельем любимому благотворить, и благотворить без всякой пользы для себя.
Святитель Тихон Задонский (1724—1783 гг.)

Мы очень часто в мечтах и реальностях хотим, чтобы нас любили, и ждем того, кто одарит нас этим чувством. Но есть Великий Закон Вселенной: Только Любящему дается Счастье Быть Любимым.

Любовь – это сотворчество близких людей, построенное на развитии по законам Мироздания и устремляющее участников сотворчества к преобразованиям себя к Лучшему.

Каждый Человек в Жизни может пройти три Состояния Любви: Любовь Чувственная, Любовь Безусловная и Любовь Божественная. Важно осознать: хотим ли мы, готовы ли мы, проявляем ли мы - ту самую Настоящую: Чистую, Возвышенную, ЖивоТворящую Любовь.

Предлагаем выполнить следующее задание. Ответьте, пожалуйста, письменно на вопросы:

Почему Человеку необходима Чувственная (Романтическая) Любовь?

Почему Человек приходит к осознанию ценности Безусловной (Осознанной) Любви?

Почему Человеку важно соединиться с Истинной (Божественной) Любовью?

Если в каждом из вопросов вы получили по сути ответ: чтобы осознать и проявить Истинную Любовь, чтобы стать Любовью - **Вы на правильном Пути.** Предлагаем Вам проверить: **являетесь ли Вы Любовью?**

Ниже в таблице представлены качества проявления Человеком Любви (1). Обнаружьте их в Себе и опишите, что Вам помогает их проявлять:

1.	Легкость		
2.	Прозрачность		
3.	Своевременность		
4.	Естественность		
5.	Ни что, наполненное всем		
6.	Одновременное развитие во всех отношениях		
7.	Радость		
8.	Счастье		
9.	Свобода		

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Мудрая и Великая Любовь есть в каждом из нас. Желайте ей Быть.

Истинная Любовь сама в себе чувствует столько святости, невинности, силы, предприимчивости и самостоятельности, что для нее не существует ни преступления, ни препятствий, ни всей прозаической стороны жизни.
Толстой Л. Н.

Мы - Путешественники Земной Жизни, раскрывающие в Себе Лучшие качества Жизнетворчества, Жизнелюбия и Созидания. Мы берем с собой в дорогу много важных вещей, приглашаем в Попутчики близких по Духу людей и стремимся к Совершенствованию. И каким бы не выдался наш Путь, с нами всегда - Была, Есть и Будет –Любовь.

Предлагаем провести работу на Осознание Пути Рождения Истинной Любви. Закройте левую часть таблицы листом бумаги и проявите в правом столбце Ваше видение шагов, которые совершает Человек на Пути к Истинной Любви (снизу - вверх). После проведенной работы откройте левый столбец и сравните свое видение с автором урока. Для уверенного движения на встречу Истинной Любви запишите в «золотой середине» то, что после проведенной работы Вам видится наиболее точным движением с учетом Вашего мнения и мнения автора.

Путь Рождения Истинной (Божественной) Любви (2).

☯	☯	☯
Рождение Истинной (Божественной) Любви	Рождение Истинной (Божественной) Любви «Золотая середина»	Рождение Истинной (Божественной) Любви
☯	☯	☯
Осознание и Ощущение Себя: Я-Любовь		
☯	☯	☯
Проявление Безусловной Любви к Себе, Близким, Окружающему миру		
☯	☯	☯
Рождение Безусловной Любви		
☯	☯	☯
Умение жить по принципам и законам Мироздания		
☯	☯	☯
Принятие всех такими, какие они есть		
☯	☯	☯
Расширение круга Любящих		
☯	☯	☯
Расширение круга Любимых		
☯	☯	☯
Чувственная Любовь		
☯	☯	☯
Влюбленности		
☯	☯	☯
Неосознанная Любовь		

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Александр Палиенко, семинары, <http://alexander-seminar.com>

Антошко Е.А., Автор Технологии Осознанности Цели и Ценности Пути

Цитаты -<http://www.smisl-zhizni.ru>, <http://millionstatusov.ru/aforizmy/lubov>.

Картинки - из открытых Источников Интернет

САМОРАЗВИТИЕ, САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ: понятия, самодиагностика, полезные практики.

Самосовершенствование является ключевым моментом в вашем успехе. Постоянное самосовершенствование приводит к тому, что не существует предела вашим достижениям.

Брайан Трейси



Саморазвитие и Самосовершенствование даются человеку в жизни для того, чтобы быть здоровым; интеллектуально развитым, любимым и любящим; специалистом в какой-либо области; дает возможность помогать другим.

Чем ответственнее жизненный Путь, тем он дольше. Чем он дольше, тем больше возможностей раскрыть в себе Лучшее.

Предлагаем вам вместе с нами вывести определение понятий Саморазвитие и Самосовершенствование:

<u>Саморазвитие</u>	
– это процесс раскрытия талантов и способностей в жизнетворчестве и развития их до уровня мастерства.	- это

<u>Самосовершенствование</u>	
- это непрерывный процесс работы над собой по познанию себя, раскрытию и улучшению проявлений духовно-нравственных качеств личности.	- это

Предлагаем вам продолжить определять признаки саморазвивающегося и самосовершенствующегося человека:



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Саморазвитие и Самосовершенствование – это путь в любви к себе и окружающему миру. Верьте в свои силы!

Достигать совершенства можно, думая о своем несовершенстве,
а также протягивая руку тому, кто нуждается в помощи.
Василий Ян. Огни на курганах
Если вы не измените себя, то всегда будете иметь только то, что имеете.
Джим Рон

Человек целеустремленно и радостно, творчески и терпеливо развивает Тело, Душу, Дух.

Подумайте и напишите, какими способами можно тренировать Тело, Душу и Дух.



Тренируем Тело

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Тренируем Душу

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Тренируем Дух

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Как понять, что в порядке Тело, Душа и Дух? Каковы «проверочные слова»?

Подарите себе уверенность на Пути саморазвития и самосовершенствования и напишите афоризм, девиз, или мудрость, которые вдохновят Вас.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Изображения из Интернет-сайтов, находящихся в свободном доступе.

ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ КАК ФАКТОР СЧАСТЛИВОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Всякий раз, когда ты злишься или расстраиваешься,
это означает, что тебе ещё есть чему поучиться ©

Жизненная мудрость

Позитивное мышление – это наше психическое отношение к жизни, самому себе, происходящим событиям и событиям, которые только должны произойти. Это наши хорошие мысли, слова и образы, являющиеся источником личностного роста и успеха в жизни. Позитивное мышление - это ожидание Счастья, Радости, Здоровья, успешного завершения любой ситуации и принимаемых решений.



Все в мире создано из энергии мысли. Любая идея, предмет, прежде чем обрести форму, появляются в начале в виде мысли. Мысль – это энергия. Чем больше энергии мы заложили в мыслеобраз, тем активнее и точнее он будет реализовываться.

Наступает момент, когда количество энергии достигает критической массы, мыслеобразы начинают жить своей жизнью, притягивая события и обстоятельства, о которых мы думали, мечтали или, наоборот, которых опасались.

Мыслеобразы реализуют программу, заложенную в них нашими мыслями, и эта программа ведет нас за собой.

Энергия мысли

Созидательная

энергия, с помощью которой можно что-то построить, изменить, улучшить, помогает измениться, стать счастливым.

Разрушительная

энергия, доставляет лишь неприятные переживания и эмоции, она не сможет вас изменить, она только все разрушает.



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *«Чего не следует делать, того не делай даже в мыслях»*
Эпиктет

Карельская партнерская Школа заботливых и любящих родителей и прародителей
«Родник моей Души»

Большинство людей счастливы настолько, насколько они решили быть счастливыми.
А. Линкольн

Упражнения «Количество Счастья в моей жизни».

- 1) Работа с «Линией времени». Разделите условно изображенную ниже на данном листе Линию своей Жизни на 7-летия. На этом листе ярким фломастером отметьте счастливые периоды жизни и черным – остальные. Чего в жизни больше, Счастья или его отсутствия.



- 2) «Оценка настоящего момента». Подумайте, а сегодня, в настоящий момент вы счастливы? Выполните, пожалуйста, творческую работу и ответьте на вопросы, указанные в таблице ниже:

Творческая работа:

Что вам мешает быть Счастливыми?	Что делает вас Счастливыми?

Почему позитивные мысли притягивают все хорошее, а негативные – плохое? Все сводится к простому энергообмену. Если наши мысли, слова или поступки несут в себе негатив, то ее величество Жизнь отвечает нам тем же. А добро в мыслях, поступках и словах порождает Добро в Жизни! Все в наших руках!

Упражнение «Зарядка позитивного мышления»: Расслабьте все тело, сделав несколько глубоких вдохов и круговых движений плечами. Почувствуйте спокойствие, расслабление. А затем уверенно скажите себе 5 раз: «Я всегда принимаю правильное решение!»

Уважаемые Родители и Прародители. Вы хотите изменить свою жизнь, именно сегодня? Напишите афоризм, девиз, или мудрость, которые помогут Вам сделать это.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:
<http://sc0012.kokshetau.akmoedu>

СИЛА ВОЛИ И САМОДИСЦИПЛИНА

Ничего не делается само собой, без усилий и воли, без жертв и труда.

Воля людская, воля твердого человека страшно велика.

А. И. Герцен



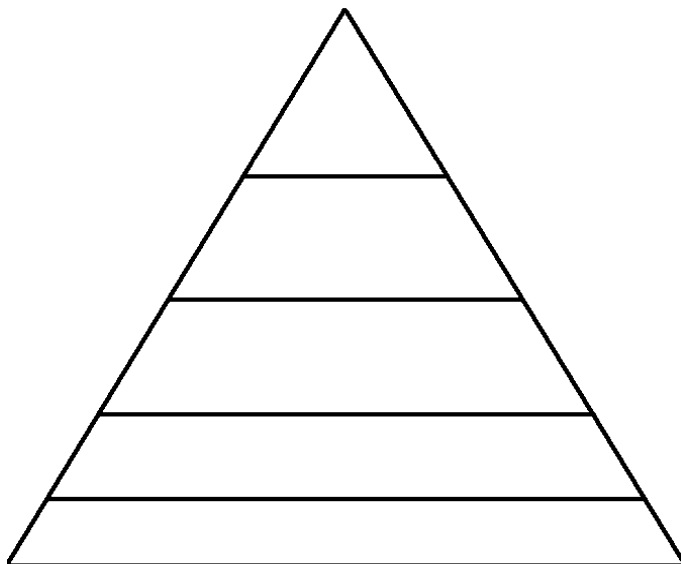
Сила воли – это способность переступать через внутреннее сопротивление к чему-либо.

Самодисциплина – это средство, которое помогает человеку, тренируя себя, придерживаться кодекса поведения или сдерживать желаемое поведение в пользу приемлемого.

Задание: Подумайте и составьте список ваших приоритетов.

Чего вы больше всего хотите достичь в жизни?

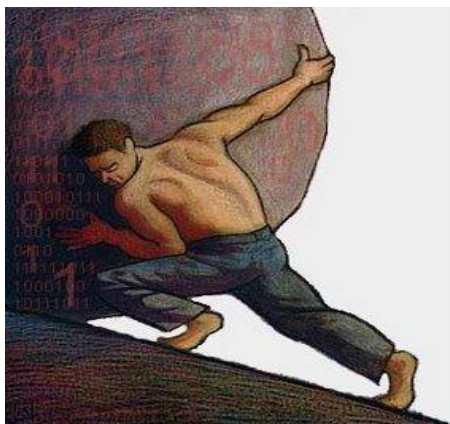
Задание: А теперь расставьте эти приоритеты в порядке убывания их значимости для вас. Перепишите список в приведенную ниже пирамиду так, чтобы на ее вершине стояла главная задача, затем вторая по значимости, третья и т. д. Рядом с каждым пунктом пометьте, что вам нужно сделать для того, чтобы этот пункт был реализован.



Постарайтесь заполнить этот список или прикрепите его на видное место. Когда список будет попадаться вам на глаза, прочитывайте его и побуждайте себя к самодисциплине, необходимой для достижения желаемого.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Найдите свою дорогу и идите по ней и тогда все проблемы дисциплины, мотивации, личной эффективности отпадут сами собой. Вы будете следовать своим желаниям, достигать своих целей. Вы сможете улучшить свою самодисциплину, даже если сегодня не видите свой путь.*

Много может воля человека, ее сила страшна, ей почти нет предела, стоит ей быть чистой, беззаветно отдающейся делу и чувствовать внутри себя океанные течения». А. И. Герцен



Задание: Подумайте и ответьте на следующие вопросы:
Как вы считаете насколько сильно самодисциплина
влияет на ваши успехи и результаты в жизни?

Задание: Какие приемы используете вы для того, чтобы побудить себя действовать?

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

Сила воли – это одно из определяющих качеств, необходимых для осуществления контроля над собой. Если человек способен развить свою силу воли, значит, отсутствие любого другого качества для него не страшно. Сила воли универсальна, она способна синтезировать все то, что не заложено в натуре человека. Не зря говорят, что слабость характера – это единственный недостаток, не поддающийся исправлению.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

http://www.newtomorrow.ru/volya_disciplina.php

ТРУДОЛЮБИЕ – КАК ОСНОВА ДОСТИЖЕНИЯ МАСТЕРСТВА ЖИЗНИ

Когда труд – удовольствие, жизнь хороша!
Когда труд – обязанность, жизнь – рабство!
М. Горький

Трудолюбие – положительное качество человека, отличающегося любовью к труду, ответственностью в работе. Готовность при выполнении любой работы действовать с полной отдачей. Трудолюбие – это залог жизненного успеха.

Мастерство Жизни – это способность во всем находить баланс, гармонию, правильную меру, истинное отношение к себе и происходящему с тобой. Это искусство самосовершенствования, благодаря которому любой человек приобретает уникальные навыки самообладания, саморегуляции, самоуправления и социальной реализации, постепенно расширяя границы собственной компетентности в сферах:

1. Самоуправления
2. Управления взаимоотношениями с людьми
3. Управления ситуацией

Напишите, пожалуйста, самостоятельно или вместе с семьей признаки Трудолюбивого Человека:

1. ..
2. ..
3. ..
4. ..
5. ..
6. ..
7. ..

Продолжите, пожалуйста, приведенные в таблице определения важности и полезности любить труд, отвечая на вопрос: Что дает нам умение трудиться с Любовью?

1. Дает энергию – чем больше вкладываешь, тем больше получаешь.
2. Дает уверенность – трудолюбивый человек всегда найдет применение всем своим способностям.
3. Обеспечивает благосостояние – при равных возможностях трудолюбивый человек способен лучше обеспечить, чем ленивый.
4. Дает радость – от самого процесса и от его результата.
5. ..
6. ..
7. ..

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Трудитесь с удовольствием, живите с радостью!*



**Продолжите, пожалуйста,
высказывание:**

Трудолюбивый Человек в Семье – это
Человек, дарящий безусловную Любовь,

Для всех, кто мечтает создать Счастливую Семью, стать любящим Родителем и Прародителем, быть счастливым Отцом или Мамой очень важно много и с Любовью трудиться. Иногда мы хотим, иногда мы можем, иногда мы даже уже готовы, но почему-то не приступаем к делу?

Выполните, пожалуйста, следующее задание. Назовите 7 эффективных способов развития у себя Любви к Труду:

- | |
|-------|
| 1. .. |
| 2. .. |
| 3. .. |
| 4. .. |
| 5. .. |
| 6. .. |
| 7. .. |

Уважаемые Родители и Прародители. Выполнив данный урок, согласны ли Вы с тем, что **ТРУДОЛЮБИЕ** – важное качество характера человека, которое можно развить, чтобы достигать гармоничных отношений в Семье?

Подарите себе уверенность на Пути совершенствования Трудолюбия и напишите афоризм, девиз, или мудрость, которые вдохновят Вас на труд с любовью

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://ru.wikipedia.org>

<http://sator.ucoz.ru>

МЫШЛЕНИЕ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Я мыслю – значит, я существую!

Декарт

Мысли – это великие открытия, мысли – это великие произведения литературы и искусства, мысли – это наша повседневная жизнь. Откуда берутся мысли и куда уходят, как происходит процесс мышления – это одна из величайших загадок Вселенной, которую носит в себе каждый человек.



Все виды мышления тесно взаимосвязаны друг с другом. У каждого человека в определенной мере развиты все виды мышления, но какой-то вид всегда преобладает. Наиболее развитой является мыслительная организация человека, у которого ведущим выступает словесно-абстрактное мышление.

Различия в мыслительной деятельности людей проявляются также в разнообразии качеств ума. Качества ума — это те свойства личности, которые устойчиво характеризуют его мыслительную деятельность. Наиболее существенные из них:

Самостоятельность и Ответственность	определяет свободу выбора задач и их решений	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Гибкость и Точность	обеспечивают нахождение проблемы и проверку гипотез	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Широта и Глубина	обеспечивают разносторонний подход к решению проблемы	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Быстрота и Логичность	обеспечивают проявление истинности знания	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Любовь и Счастье	обеспечивают жизнеспособность и житнетворчество обладателя ума	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Задание: Оцените развитие своих качеств ума по десятибальной системе. Выделите наиболее развитые из них и продолжайте наполнять ум чистыми, светлыми красивыми и полезными мыслями.

Обратите внимание, что мужчины и женщины по разному мыслят:

Мужской тип мышления - это более точное мышление, основанное на анализе, систематизации, структурировании логических связей.

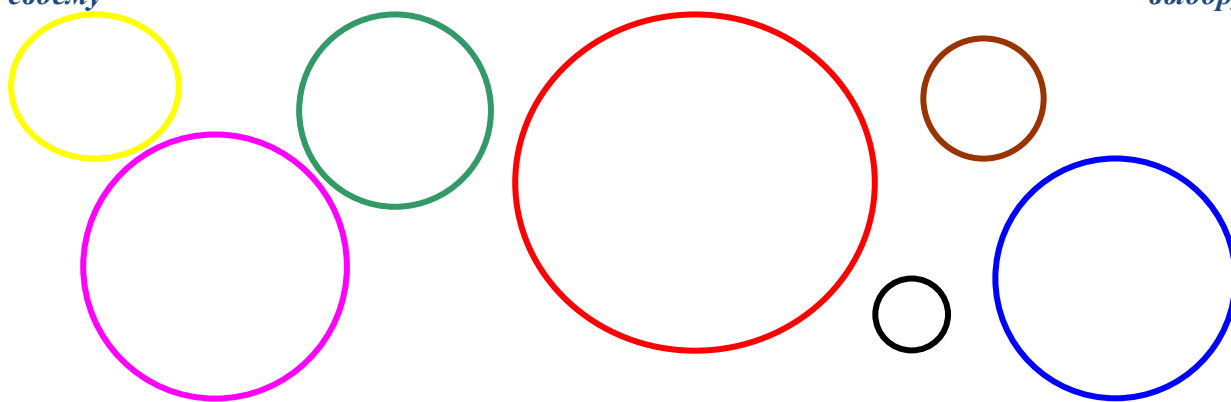
Женский тип мышления - это рассредоточенное мышление, основанное больше на чувственных и эмоциональных ощущениях. Женское мышление чаще Душевное мышление.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Живите в мире, прислушиваясь друг к другу, дополняйте друг друга. И вы будете счастливы и успешны.

Продолжите характерные особенности мышления:

<i>Мужской тип мышления</i>	<i>Женский тип мышления</i>
Определенность	Размытость
Объективность	Субъективность
Логика	Интуиция

Творческая работа: Вспомните, сколько мыслей пронесется у Вас в голове в течение дня? Они приходят сами собой и сами собой уходят. Отметьте в кружках (чистые мысли, негативные, позитивные, мысли мелкие (ни о чем), глубокие, о прошлом, о будущем). Мысли определяют наш выбор. Наша задача, научиться парить над любой жизненной ситуацией и использовать свое мышление для создания реальности по своему выбору.



Добрые Советы "Как научиться правильно мыслить".

1. Забудьте об эмоциях.
2. Займите свою позицию. Оцените правомерность, резонность и причины, которые побудили вас к действию.
3. Переместитесь в позицию человека, на которого направлено действие.
4. Теперь займите позицию наблюдателя.
5. Перемещайтесь по всем трем позициям, пока не достигнете оптимального результата.



Чтобы развивать свой интеллект необходимо мужчинам развивать интуицию, а женщинам логику. В этом случае потенциал мышления человека будет намного выше. Если мы действительно хотим дополнять друг друга, необходимо жить дружно, чтобы мышление было разумным и позитивным. Сольются в единое целое два способа мышления и от этого все только выиграют.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://mnashe.h1.ru/psych/vlader.htm>

<http://tatiana-badya.ru/content/muzhskoe-i-zhenskoe-myshlenie>

Мы притягиваем к себе и создаем вокруг себя именно то,
чего наше сердце и душа по-настоящему желают.
Шакти Гавэйн

Душевное состояние – это осознание себя Душой. Веселые мы, бодрые или грустные - это состояние нашей Души, наших чувств. Зрелость души зависит от восприятия жизненной ситуации – с какой точки зрения, с какой позиции, откуда человек смотрит.

Задание: Напишите, как Вы понимаете душевное состояние - это?

.....
.....

Предлагаем Вам рассмотреть те или иные точки зрения, которые занимает человек при восприятии той или иной жизненной ситуации, а также связанные с этим состояния.

Взгляд на одну и ту же ситуацию с разных позиций восприятия кардинально меняет и ее видение, и эмоции и переживания. Позиции восприятия – инструмент, увеличивающий качество разума у человека, качества Души. Раскрывающий потенциал Души – развивает свои позиции восприятия! Когда вы решаете, делать что-то или нет, хорошо нечто или плохо, рекомендуется просмотреть ситуацию по всем позициям.



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Миссия каждого человека – приносить другим Счастье и тогда будешь счастлив сам. Основа душевного взаимодействия – быть Светом для другого человека.

Система ценностных ориентаций личности составляет основу ее отношений окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности.

Милтон Рокич

Меняя позиции восприятия, человек изменяет свое восприятие произошедшего. Развитие душевности – это развитие второй позиции восприятия, умение воспринимать происходящее с точки зрения собеседника, видеть его глазами и чувствовать его чувствами. Душевность, как выражение второй позиции восприятия, может и должна сочетаться с другими позициями.

Предлагаем Вам описать, что дает нахождение во второй позиции для развития гармоничного взаимодействия с другими:

.....
.....
.....

Ваше здоровье, финансовое положение, дом, одежда, взаимоотношения – всё отражает состояние вашей Души. Опытная зрелая Душа излучает в мир Свет, Тишину, Покой, вносит Гармонию.

Продолжите, пожалуйста, проявление 7 шагов развития душевного состояния для взаимодействия с другими:

1. Совместная прогулка в парке или в лесу.
2. Совместное слушание классической музыки. Например, для достижения гармоничного состояния: Штраус И. «Сказки Венского леса», Шуберт Ф. «Ave Maria», Брамс И. «Колыбельная», Дебюсси К. «Лунный свет».
3. Совершение бескорыстных поступков.
4.
5.
6.
7.

Душа хочет наполнять мир Тишиной, состоянием Радости, Наслаждения, Любви. Это её природа. Физические органы хотят тишины и покоя. Глаза хотят спокойных, светлых красок. Уши – мягких звуков. Нос – приятных запахов. Рот – нежных слов.

Мы своими действиями, внешним видом, одеждой, словами не должны никого приводить в напряжение и раздражение. Очень важно распространять вокруг покой и тишину.

Необходимо сохранять тишину ума, внутренний покой - обрести власть над собой, а это сила контроля и управления физическими органами чувств: глазами, ушами, носом, языком, кожей; и тонкими – умом, интеллектом, привычками.

ДУШЕВНЫЕ СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

<http://www.psychologos.dic.academic.ru>

ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Радость духа есть признак его силы.
У Эмерсон

Духовность - то, что принадлежит к сфере духа, то, что относится к разуму, душе и морали (из словарей).

Духовная личность способна наблюдать все, что ее окружает, как божественное совершенство. Она **открыта** другим людям, **воздерживается** от всякого суждения и **любит** помогать своим ближним.

Духовное здоровье человека - это

- следование нравственным и этическим ценностям, реализация своего творческого потенциала,
- способность чувствовать соединенность себя с другими людьми, с эволюцией и жизнью планеты,
- способность и возможность углублять и развивать собственную жизненную философию,
- способность применять в современной жизни интересные и полезные устои и традиции предков,
- способность признать эволюцию, и на основе ее законов, примеров, принципов и традиций совершенствоваться.

Инструменты развития Духовности: тело и энергетика; чувства и эмоции; мышление и сознание.

Выберите, пожалуйста, из ниже представленных черт характера те, которые помогают человеку быть духовно здоровым, и наоборот, мешают ему.

Доброта	Любознательность	Чувство юмора
Раздражительность	Жадность	Настойчивость
Осторожность	Щедлость	Самообладание
Мудрость	Зависть	Любопытство
Внимательность	Тревожность	Ответственность
Обидчивость	Равнодушие	Оптимизм
Лень		

Здоровье (+)		Здоровье (-)	

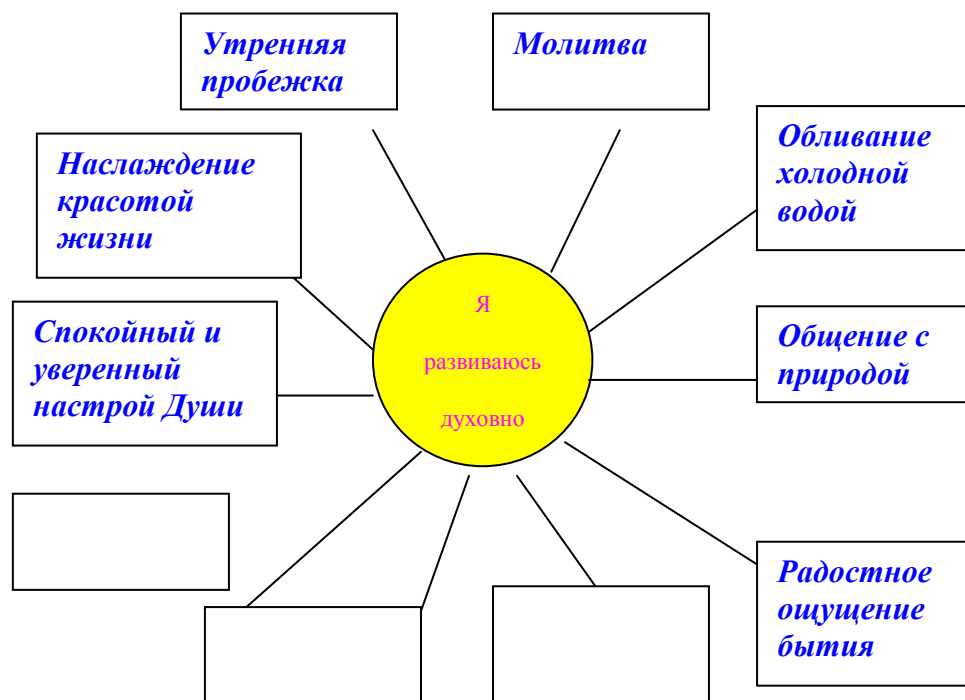
Какие из перечисленных черт есть у Вас? Отметьте их, в правом столбце соответствующей строки любым значком. Сравните получившиеся результаты из двух столбцов, подумайте какие черты характера, Вы хотите и можете в себе развить, чтобы быть Духовно Здоровым Человеком.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Возроди себя! Будь здоровым!*

Дух неизбежно стремится ввысь.

Цицерон Марк Туллий

Для всех, кто мечтает создать Счастливую Семью, стать любящим Родителем и Прародителем, быть счастливым Отцом или Мамой очень важно много и с любовью трудиться над своим Духовным Самосовершенствованием.
Предлагаем Вам продолжить перечень способов развития Духовности.



Уважаемые Родители и Прародители. Выполнив данный урок, согласны ли Вы с тем, что **духовное здоровье человека** – важная составляющая часть общего здоровья, которое можно развить, чтобы достигать гармоничных отношений в семье и обществе?

Желаем всем нам добросовестно и радостно трудиться над развитием
Духовного Здоровья.

Подарите себе уверенность на Пути совершенствования Духовного Здоровья и напишите афоризм, девиз, или мудрость, которые вдохновят Вас на осознанное развитие Духовности.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

Интернет ресурсы:

<http://tainy.net/23436-duhovnoe-i-fizicheskoe-zdorove-dva-aspekta-razvitiya-lichnosti.html>

<http://www.novationtime.ru/six-types/duhovnoe/>

ПРИНЦИПЫ СОЗДАНИЯ СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ

Залог семейного счастья в доброте, открытости, отзывчивости...
Эмиль Золя

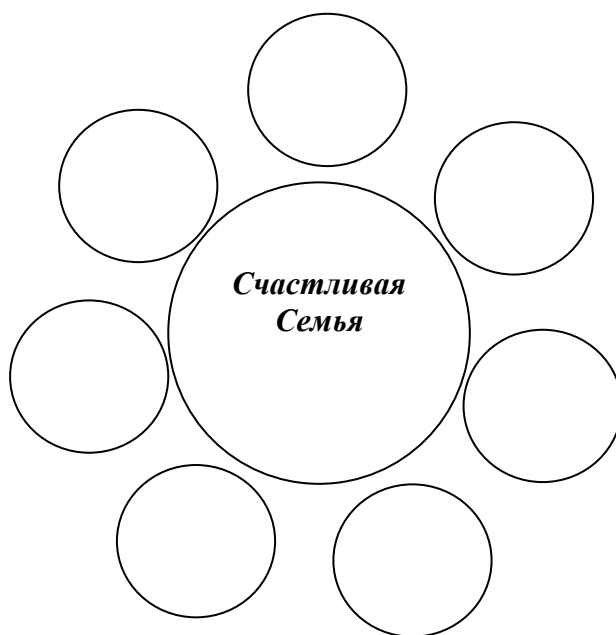
Семья — это то, к чему рано или поздно приходит каждая пара. Мужчина и Женщина на определенном этапе своей жизни встречаются и, если они уверены, что подходят друг другу, то через какое-то время они создают Семью.

Каждый из нас рождается в Семье, в Семье проходит наше детство, в Семье формируются базовые принципы и ценности. И от того, как будут построены отношения в Семье, во многом зависит Счастье ее членов.

В Счастливой Семье царят мир, любовь, взаимное уважение и лад, культура общения, взаимоподдержка и полная гармония.

Счастливая Семья строится главным образом на особом фундаменте взаимоотношений членов Семьи друг с другом. Именно особенности этих взаимоотношений являются предпосылками создания Счастливой Семьи. Для большинства Семей очень важно понять что же такое Счастливая Семья.

Подумайте и составьте формулу Вашей Счастливой Семьи, состоящую из 7 признаков:



Запишите, пожалуйста, первые образы, которые Вы ощутили прочитав ...

- если Семья – это постройка, то она...
- если Семья – это цвет, то она...
- если Семья – это музыка, то она...
- если Семья – это геометрическая фигура, то она...
- если Семья – это название фильма, то она...
- если Семья – это настроение, то она...

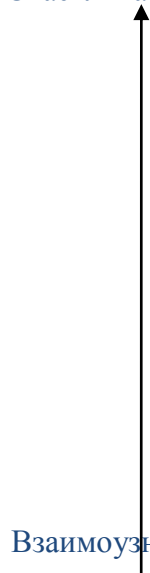
СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Счастливая семья та, в которой все было, все есть и все будет...*

В семейной жизни самый важный винт — это любовь...

А.П.Чехов

Подумайте и отобразите на рисунке необходимые шаги на Пути Создания Счастливой Семьи, продолжив начавшееся взаимодействие и восхождение. Так, чтобы никакие преграды на не смогли остановить желание построить Счастливую Семью. Мы знаем 12 шагов, а Вы?

Счастливая Семья



Взаимоузнавание

Взаимодействие

Знакомство

Посмотрите, пожалуйста, на те шаги, которые Вы отобразили на этом рисунке и проанализируйте какие шаги вы, как Семья, уже сделали (Прошли), какие шаги предпринимаете (Идете) для создания Счастливой Семьи и какие шаги еще предстоит сделать (Пройти).

Договоритесь, пожалуйста, и нарисуйте все вместе портрет Счастливой Семьи.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://festival.1september.ru/articles/411820/>

http://www.medmoon.ru/wiki/test_gotovy_li_vy_k_semeinoi_zhizni.html

<http://www.bestreferat.ru/referat-218950.html>

Учебно методическое пособие «Жизненные навыки»; Государственный комитет Республики Карелия по делам молодежи

СЕМЬЯ – КОМАНДА СЧАСТЬЯ: ПРИЗНАКИ КРЕПКОГО СЕМЕЙНОГО СОЮЗА

Если вам недостаточно того, что вы имеете,
вы были бы несчастны, даже владея целым миром
Сенека

Мы - крепкий Семейный Союз, мы - одна Дружная Команда, мы - Счастливое Целое - так часто, передавая радость отношений в Семье, говорят Счастливые Люди. И важно осознать, что такая Высота, такое ощущение Единства, такая Радость Быть Вместе, дается лишь тем, кто любит трудиться над развитием себя, отношений с близкими, улучшением мира вокруг себя.

Предлагаем Вам с нами отправиться путешествие «Семья – команда Счастья». Для начала Вам необходимо запастись чистыми листами бумаги и цветными карандашами. Теперь можем пригласить членов своей Семьи и предложить выполнить творческую работу. Условие – каждый выполняет задание индивидуально, И хоть мы дружим - друг другу не подсказываем и друг у друга - не подсматриваем. **И так, в Путь.**

Задача 1. На листе бумаги каждому необходимо нарисовать большой круг (как показано внизу)

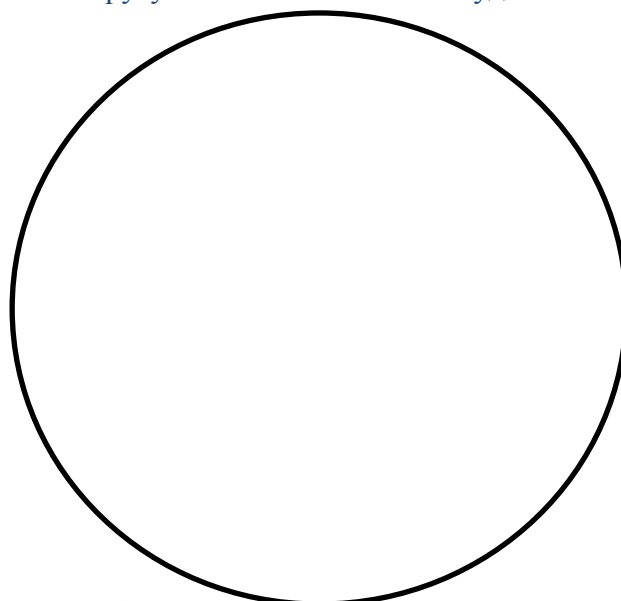
Задача 2. В круге в форме кружков необходимо нарисовать себя, членов своей семьи и подписать их имена.

Задача 3. Каждый показывает то, что получилось. Капитан команды помогает увидеть то, хорошее, что есть в Семейной команде, внимательно слушает пояснения членов команды и благодарит за то, что каждый увидел достоинства команды.

Добрые советы в помощь:

1. Определите, все ли члены команды попали в круг.
2. Какова Величина кружков, значимость каждого в команде.
3. Расположение кружков относительно друг друга.
4. Дистанция между ними.

Надеемся, что во время путешествия Вы не потеряли друг друга. А теперь поудобнее разместитесь на корабле и нарисуйте все вместе, как бы Вы хотели, чтобы расположилась команда в Вашем семейном кругу. Только никого не забудьте.



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Семейное Счастье строится на Любви, Доверии и Свободе

В семейной жизни надо считаться с мыслями, убеждениями,
чувствами, стремлениями любимого человека.

В.А.Сухомлинский

Ну, что ж дорогая Семейная Команда Счастья. Теперь точно у каждого есть свое место и мы можем продолжать путешествие.

Отправляясь в любое путешествие, а уже в такое особенно, необходимо взять собой самое необходимое.

Напишите, пожалуйста, семь самых важных качеств, которые очень важны в трудном и долгом путешествии. Только, пожалуйста, одним словом:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Надеемся, что у вас все получилось. Но это еще не все. А теперь договоритесь, кто будет старшим за то, чтобы это качество обязательно в путешествии проявлялось и про важность его никто не забыл. Попросите каждого члена семьи подписать рядом с качеством свое имя. Это ваши подписи – вы молодцы - взяли ответственность. Поздравляем. Помогайте друг другу проявлять эти качества каждый день в обычной жизни.

Наше путешествие продолжается, и мы предлагаем вам выполнить еще одно творческое задание.

Используйте листочки, на которых вы уже рисовали семью и предложите каждому участнику семейной команды написать пожелание вашей Семье в развитии Крепкого Семейного Союза, состоящее из одного предложения.

А теперь запишите их как СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Радуйтесь самому удивительному Путешествию - самой Жизни. Любите Близких, Дорожите друг другом и обязательно будете Командой Счастья. ВЕРИМ.

Источники:

1.Методика «Семейная социограмма», Эйдемиллер Э.Г., Черемисин О.В.,1990 г.

ЗАКОНЫ И ПРАВИЛА СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Каждый человек — творец собственного благополучия.
Ричард Стил



Семейное благополучие - спокойное, гармоничное и счастливое состояние всех членов Семьи.

Семья - это маленькое общество, а любое общество, стремящееся жить дружно, рано или поздно начинает жить по правилам. По тем или иным определенным законам. В каждой семье могут быть свои правила. Живя в семье – важно соблюдать ее правила.

Продолжите, пожалуйста, и запишите, самостоятельно или вместе с семьей следующие высказывания:

- Семейное благополучие для меня означает _____
- К правилам, царящим, в нашей семье относятся _____
- Семья для меня значит _____
- Для того, чтобы сохранить долгую совместную жизнь необходимо _____

Уважаемые Родители, Прародители и Дети, определите, пожалуйста, свод основных правил, которыми вы и ваша Семья руководствуетесь. Сформулируйте и запишите их.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ:

Важно не только осознать благополучие своей Семьи, но и растить его дальше.

«Ваше благополучие зависит от ваших собственных решений».
Джон Дэвисон Рокфеллер



С давних пор люди составляют гербы или эмблемы своей Семьи, в которых они находят поддержку и силу. В гербе или эмблеме имели отражение: имя, символ, сильная черта характера, «подвиг» (ситуации, в которых члены семьи были «на высоте»), мечта.

Пригласите, пожалуйста, к участию в творческом задании всех членов Семьи.

Нарисуйте, герб или эмблему вашей Счастливой Семьи.

Запишите, пожалуйста, законы и правила семьи, в которой выросли Вы, и те, какие бы вы хотели иметь в своей семье. Проанализируйте, что вы хотите оставить, а что хотите привнести новое в свою семью!

Законы и правила родительской семьи	Законы и правила моей семьи, которые помогут нам развиваться
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

Подарите себе уверенность на Пути совершенствования вашей Семьи и напишите афоризм или цитату, которые вдохновят Вас на Семейное Благополучие!

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

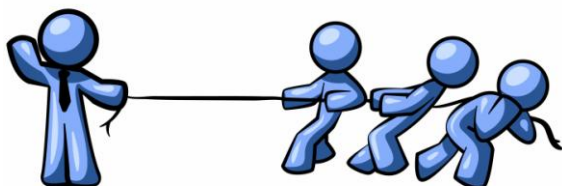
Использованные источники:

Фраза из Кинофильма «Крутая Джорджия», <http://aphorism-citation.ru;www.psychologos.ru>

Изображения из открытых Интернет-источников

ЖИЗНЕННЫЕ РОЛИ: МУЖЧИНА

Мужчинами не рождаются – мужчинами становятся.
Жизненная Мудрость.



Мужчин нет? Они есть. Они становятся сильными и ответственными, когда им не мешают. Они становятся Мужчинами, когда Женщины хотят видеть в них Мужчин. Они там, где им дают возможность быть Мужчинами. Они там, где трудно, там, где опасно. Настоящих Мужчин нет? Неправда. Они были, есть и будут. Настоящие Мужчины исчезли? Нет. Они рядом.

Задание: Напишите, пожалуйста, как вы думаете: Кто такой Мужчина?

Задание: Напишите, пожалуйста, как вы думаете: В чем заключается Предназначение Мужчин?

Задание: Пожалуйста, найдите 12 достоинств Мужчины, когда он в роли:

Мужа	отца	дяди	брата

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Любите Мужчин такими, какие они есть!*

Мужчина – творец, и для него каждый шаг – это творение нового.
Анатолий Некрасов

Прятие – важная практика Жизни. Практика начал. Практика начинаний... Мимолетный взгляд вокруг и ... что мы видим?

Принявший старость, покрылся морщинами.

Принявший достаток – не беспокоится о деньгах.

Принявший утверждение «хорошо там, где нас нет» - довольствуется тем, что есть.

Принявший счастье – нашел свою Любовь

Прятие не всегда бывает осознанным. Непрятие не всегда можно разглядеть.

Прятие порой путают со смирением, с терпимостью, но... Терпеть - не значит принимать!

Принять себя таким какой есть - не значит махнуть рукой на саморазвитие, напротив - осознать себя и сделать шаг вперед.

Упражнение на прятие Мужчин: Впишите в свободные ячейки слово: нет, иногда, всегда

Я умею любить Мужчину	
Я уважаю его дело	
Я ценю и принимаю его проявления заботы	
Я умею его благодарить	
Я умею его хвалить	
Я принимаю Мужчин такими, какие они есть	
Я умею любить всех Мужчин	

Предлагаем выполнить творческое задание: перечислите самые необходимые и достаточные качества, которые нужны Мужчине, чтобы Быть Мужчиной?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. ._____

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

Психологический сервер @test@

<http://www.mamba.ru/diary/raisasevernaya/>

<http://www.realisti.ru/main/man?id=279#ixzz29YOH1FV2>

<http://www.realisti.ru/main/man?id=279#ixzz29YO3nRWs>

Изображение из открытых Интернет - источников

ЖИЗНЕННЫЕ РОЛИ: ЖЕНЩИНА

Ни один человек не прожил настоящей жизни, если он не был
очищен любовью женщины, подкреплён её мужеством
и руководим её скромной рассудительностью.
Английский писатель Джон Рескин

Женщина. В обществе существует глубочайшее заблуждение, что Женщина – это в первую очередь Мать. Именно материнство чаще всего считается наиболее ярким признаком Женщины. Но это в корне не верно. **Женщина ценна в первую очередь женственностью и ярким проявлением всех женских качеств, а материнство является только малой частью состояния женственности** (А. Некрасов «Поиск половинок. Брак умер...Да здравствует семья!»)

Женщина – как радуга, изначально наполнена всеми красками Жизни. Но чтобы быть священным сосудом с Божественным напитком Женщине важно проявлять



Женственность:

Любить себя и Жизнь

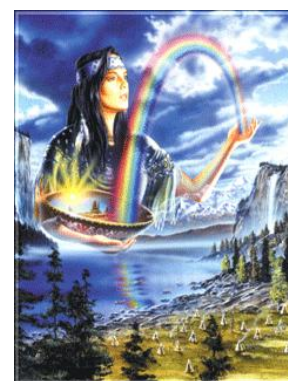
Следовать своей природе

Дарить и получать Наслаждение

Быть самой собой

Пожалуйста, дополните проявления

Женственности:



Жизненная роль (или роль в жизни, смысл жизни, цель жизни, призвание человека, предопределение) – это жизненное предназначение каждого человека, начало познания самого себя.

Найдите, пожалуйста, еще несколько жизненных ролей Женщины, отступая от общепринятых канонов (таких как, роль матери, жены и прочие)

Жизненные роли	В чем, по-вашему мнению, они проявляются
♥ Вдохновительница Мужчин	
♥ Творительница Любви	
♥	
♥	
♥	

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Для всех, кто мечтает стать Женщиной, встретить Женщину, создать Счастливую Семью, стать любящим Родителем и Прародителем,

быть счастливым Отцом или Мамой нужно совсем немного – просто начать с Любовью и Верой. Давайте же не медлить на пути к Счастью!

Главная проблема этой жизни, что вокруг
столько прекрасных женщин, а времени так мало.

Джон Бэрримор

Дорогие Друзья. Это пространство Творчества! Здесь Вы можете нарисовать, описать, изобразить в виде схемы *Образ Женщины*.



Предлагаем вам выполнить творческое задание и написать стихотворение, которое начнется словами **и будет СЛОВАМИ ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:**

Я Женщину в себе (свою) Боготворю...

Использованные источники:

О женщине земной и Женщине Духовной. / В.П. Гоч, С.А. Тачиев, А.М. Ветошкин, Е.Н. Ветошкина. – С.: ВГМИ «Таврия», 2006

Поиск половинок. Брак умер... Да здравствует семья! От слов к делу. /А. Некрасов. – М.: Издательство Центрполиграф, 2010

<http://www.ymniki.ru/zhenshina.html>, <http://aphorisms3.narod.ru>, <http://www.sunhome.ru/psychology/17305>,
http://www.coachinstitute.ru/ideas/Kursov_2006/Dobromslova.doc

ЖИЗНЕННЫЕ РОЛИ: ДЕДУШКА И БАБУШКА

Забывая о прошлом, мы делаем лучше наше будущее...
Жизненная мудрость

Дорогие Родители мы вновь предлагаем вам отправиться в путешествие. Теперь наше Путешествие по Реке Времени. Окунитесь в воды прошлого, представьте себя в детстве, вспомните своих бабушек и дедушек...



Воспоминания детства, наполненного радостью и шалостями, бережно хранятся в сердцах многих счастливых, в воспитании которых активно участвовали любящие бабушки и дедушки... Это тёплые объятия добрых натруженных рук, ободряющие улыбки на светлых лицах, неспешные прогулки по лесным тропинкам, волшебные истории и прибаутки за вечерним чаем, пронзительный писк котят в бабушкином лукошке и запах колючих носочков из овечьей шерсти.....

Напишите, пожалуйста, какие воспоминания живут в Вашей Душе?







«Мы родом все из Детства...»

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Желаем Вам мудрых решений и вдохновляющей радости.*

Благодарность приятна во время.
Менандр

Путешествуя по Реке Времени, мы побывали с Вами в прошлом. Если оно было замечательным, поблагодарите его вместе с нами. От всего сердца благодарите Ваших пожилых родителей, бабушек и дедушек, согревавших Ваше детство «лучиками счастья». Самая приятная и желанная для бабушек и дедушек благодарность – это внимание. Наши родные и любимые – самые важные в этом мире. Не откладывайте важное на потом. Потом может быть уже поздно.....

Самостоятельно или вместе с семьёй запланируйте «День внимания бабушке и дедушке». Как Вы намериваетесь проявить (сделать видимым, ощутимым) чувства Благодарности и Любви к ним?

Запишите здесь свои ближайшие намерения:

- написать тёплое письмо
- позвонить и справиться о самочувствии
- неожиданно заглянуть на чай во время обеденного перерыва

Река Времени неумолимо течёт. Она переносит нас в будущее. Представьте себя бабушкой или дедушкой...Представьте своих будущих внуков...Что Вы приготовили для своих любимцев? Какие бесценные дары готовы им подарить?Чувствуете ли Вы, что готовы быть хорошей бабушкой или замечательным дедушкой? Возможно, есть необходимость ещё поработать над собой... К счастью, Время на нашей стороне ☺ Подумайте, над чем в своём душевном и духовном развитии вы бы хотели ещё поработать? Какие Дела начать, а какие завершить?

*Чтобы быть
счастливой
(ым)бабушкой(дедушко
й), мне необходимо:*

*Своим внукам я хочу
подарить:*

*Я ожидаю, что мои
внуки будут:*

Дорогие родители и прародители, выполнив данный урок, подарите себе уверенность на пути совершенствования в вашей Дороге Жизни.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. В. Семейная психотерапия. – Л., 1990.

ТОЧКИ РОСТА СЕМЬИ: ПРИНЯТИЕ

Когда приходит принятие, оно отсекает вовлеченность, и наступает покой. Это не тот непродолжительный покой, который приходит, когда вы получаете, что вам хочется. И это не забвение. Это покой ока урагана, центра циклона. Вокруг все кружится в вихре жизни, все бурлит и грохочет, а в сердце бури — покой. Там все тихо. Принятие, на которое я указываю, и есть этот покой и тишина.
Уэйн Ликермэн (Рам Цзы) «Принятие того, что есть»

Семья – это самое значимое, что есть в нашей жизни. Для того чтобы она была крепкой, дружной и гармоничной, нужно, чтобы отношения в ней строились на Любви, Доверии, Уважении, Сотрудничестве, Ответственности, Верности, Сострадании и Принятии. Что же такое Принятие?

Психология определяет Принятие (чего-то или кого-то) как согласие на близкое и непосредственное взаимодействие, включение в реалистичное взаимодействие без негатива и протестов.

Религия говорит, что Принятие – это основа любви Бога к человеку со всеми его пороками и добродетелями.

Философия полагает, что Принятие – это разрешение чему-то быть таким, каково оно есть, когда Вы говорите: «Это есть то, что есть».

Скажите, пожалуйста, что означает Принятие для Вас?

Определите, пожалуйста, признаки Принятия и запишите их на лепестках цветка.

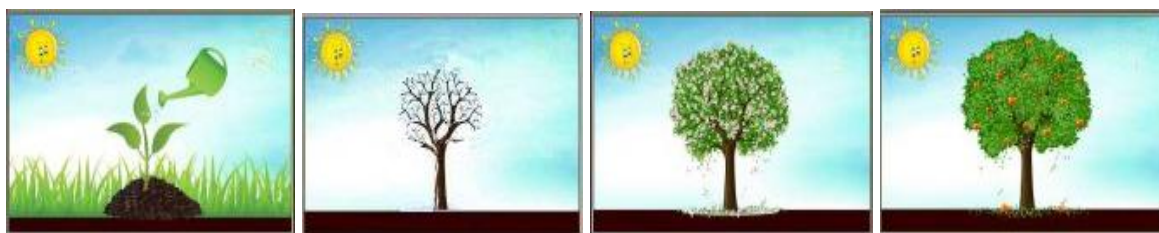


Раскрасьте лепестки с теми качествами, которые в Вас развиты лучше всего.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Способность к Принятию есть в каждом из нас, раскройте ее в себе.*

Представьте, что растущая яблонька на рисунках под текстом – это семья, расположите, пожалуйста, этапы Принятия соответственно тому, как растет семья.

- *Принятие другого*
- *Принятие себя*
- *Принятие роли супруга*
- *Принятие ребенка и роли родителя*



Принятие человека таким, какой он есть, с его привычками и взглядами – высшая Мудрость Семейной Жизни.

Выберите, пожалуйста, наиболее приемлемый для Вас Путь, ведущий к Принятию, и поясните свой выбор:

- принятие несовершенств;
- поиск достоинств;
- поиск несовершенства и сознательное преобразование его в достоинство.

В табличке напишите слева несовершенства своего партнера, а справа преобразуйте их в достоинства, например: медлительный/ добросердечный

-	-
-	-
-	-
-	-
-	-

Принимать — это довериться реальности и себе, своей внутренней Сущности. Довериться в том, что всё это не просто так, что всё это для чего-то. Для чего-то более важного, чем мы осознаем на данный момент.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

<http://www.dardeva.ru>, <http://www.psy-helper.ru>, <http://www.vashpsixolog.ru>

ТОЧКИ РОСТА СЕМЬЕ: ПРОЩЕНИЕ КАК ФАКТОР ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ

Любить – это значит прощать,
прощать – это значит понять,
понять – это значит знать,
знать – это приблизиться к порогу мудрости.
Н.К. Рерих.

Почему надо прощать других, если они обидели Вас, оскорбили, поступили по отношению к вам плохо, были несправедливы? Многие не понимают этого. Они не понимают, почему нужно прощать обидчиков, лжецов, предателей. Они не понимают, что смысл прощения – освободить себя (а не обидчика) от тяжести на Душе, очистить свое Тело и Душу и тем самым облегчить свою Жизнь, свой Путь к Радости и Здоровью. До тех пор пока Вы не простили своего обидчика, Вы позволяете ему властвовать над Вами, Вы признаете, что он имеет над Вами силу, что он заставляет Вас страдать, носить обиду в Душе и тем самым разрушать себя.

Предлагаем выполнить следующее задание: допишите определения

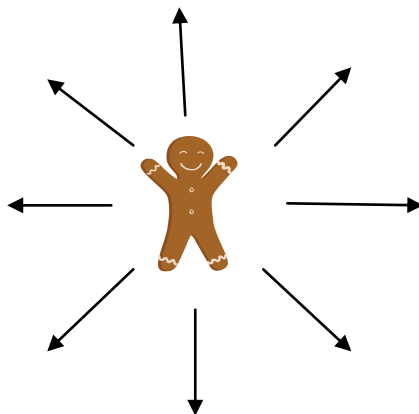
Прощение – это

Простить – это

Перечислите, пожалуйста, всех, кого Вы с Любовью и Благодарностью прощаете:

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Прощать - красиво и благородно. А еще красивее - не попадать в ситуации, когда приходится прощать, поскольку прощение предполагает, что человек перед вами виноват. Мудрее жить - в принципе без обвинений, принимая людей и ситуации такими, какие они есть, принимая необходимые, в том числе строгие, решения по поводу людей и ситуаций, но - без обид и обвинений. Просто по делу. Тогда и прощать никого не надо.*

Прощение освобождает нас от многого. Оно прекращает наши внутренние битвы с самим собой. Оно позволяет нам перестать снова и снова обращаться к гневу и обвинениям. Прощение позволяет нам узнать, кто есть мы на самом деле. Предлагаем Вам описать человека, который прощает обиду. Допишите, пожалуйста, качества, которые помогают Вам прощать.



Прощению может научиться кто угодно в любом возрасте, независимо от своих убеждений и прошлого опыта. Не прощать – это решение страдать. Мы можем смотреть на прощение, как на путешествие через воображаемый мост, ведущий из пространства, в котором мы постоянно впускаем свой гнев, вместо проявления Истинного Мира. Прощение – это путь из темноты к Свету.

Предлагаем Вам написать семь советов **ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ** «Как научиться прощать»:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Используемые источники:

[HTTP://3LADIES.RU/ART-TERAPIYA-UPRAZHNENIYA](http://3LADIES.RU/ART-TERAPIYA-UPRAZHNENIYA)

[HTTP://UCHEBA-LEGKO.RU/VIEW/PSIHOLOGIYA/AU](http://UCHEBA-LEGKO.RU/VIEW/PSIHOLOGIYA/AU)

[HTTP://CVRAD.NAROD.RU/HUM/HUM9.HTM](http://CVRAD.NAROD.RU/HUM/HUM9.HTM)

[HTTP://FORUM.HELIOSMAGIC.RU/INDEX.PHP?SHOWTOPIC=2222](http://FORUM.HELIOSMAGIC.RU/INDEX.PHP?SHOWTOPIC=2222)

УМЕНИЕ ЖИТЬ В ЛАДУ С РОДОМ

Родные – все, кто силой духа схож.
Иоганн Фридрих Шиллер

Что такое Род?

В настоящее время под словом «род» многие понимают группу родственников, предков, потомков. Человеку важно рассмотреть данное понятие шире и многограннее. В первую очередь, Род - это Творческая, Призывающая к Жизни, Производящая Сила вообще. Это Начало, Прародитель и Создатель всего Сущего, Живого и Неживого. Род ставит перед человеком задачи и дает знания, силу и материальный ресурс, чтобы решать эти задачи.

Составьте, пожалуйста, единый образ Рода Человека, используя слова, которые начинаются на буквы «Р», «О» и «Д».

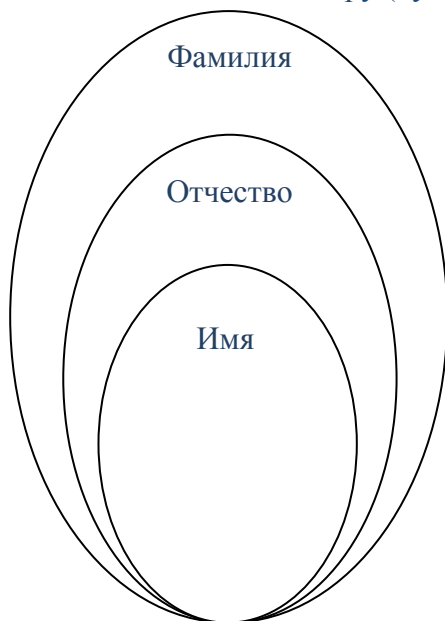
Р _____

О _____

Д _____

Кто Я? Что меня объединяет с Родом?

У наших Предков существовала жизненно необходимая традиция: посвящение в Родную веру или имянаречение. Само имя человека указывало на то, по какому пути необходимо идти, чтобы выполнить предназначение. Например: Здрава – здоровье дающая, Святогор – поднимающийся в гору (духовный и социальный рост) с помощью святости и т.д.



Впишите, пожалуйста, в сферы Ваше имя, отчество и фамилию. Осознайте, какую силу Вы получаете, являясь носителем именно таких имени, отчества и фамилии. Какие задачи поставлены перед Вами?

Значение имени: _____

Значение отчества: _____

Значение фамилии: _____

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Когда Лад в Роду, Род со всеми в Ладу. Процветания вашему Роду!*

Взаимная благожелательность – есть самое близкое родство.
Публилий Сир

Как я могу развивать отношения с Родом?

Фамильный род как совокупность родственников, объединённых одной фамилией, образует единое энергетическое и информационное пространство. И каждый принадлежащий к данному роду и осознающий ценность его, признающий себя частью рода и гармонично выстраивающий отношения с родными, а также участвующий в сохранении и продолжении, социальном и духовном развитии всего рода - получает от него энергетическую силу и защиту.

Самостоятельно или вместе с семьей дополните список действий, которые могут положительно влиять на выстраивание гармоничных взаимоотношений с родными и близкими.

1. изучение и составление родословной
2. совершение семейных путешествий на родину предков
3. поздравление дальних и близких родственников с праздниками

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Выберите одно действие из перечисленных и обязательно его выполните в ближайшую неделю. Вдохновите членов семьи на сотрудничество и сотворчество. Мы верим в Вас.

Опишите, пожалуйста, ощущения, возможные изменения, открытия, которые стали доступны Вам, Вашей семье при выполнении этого задания.

ПРОЯВЛЯЙТЕ ЛЮБОВЬ К РОДНЫМ. ОСНОВА ЛЮБЯЩЕГО РОДА - СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://veda.dp.ua/>, <http://shkolamudrosti.ru/news/vystraivaem-otnosheniya-s-rodом/>

УМЕНИЕ БЕЗОПАСНО ОБЪЕДИНЯТЬСЯ С ДРУГИМИ. ДРУЗЬЯ

Никогда счастье не ставило
человека на такую высоту,
чтобы он не нуждался в друге.
Сенека Луций Анней



Дружба – величайшая ценность, доступная человеку. Эта аксиома, не требующая никаких доказательств и, тем не менее, в каждом поколении находится масса мыслителей, старающихся узнать об этом таинстве как можно больше.

Друг:

1. Человек, который связан с кем-нибудь дружбой.
2. Сторонник, защитник кого-чего-нибудь. (высок.).
3. Употр. обращение к близкому человеку, а также (прост.) доброжелательное обращение вообще.

Толковый словарь русского языка С.И.Ожегов

Из чего возникает искренняя привязанность? На чём основывается долготелный интерес друг к другу? Что даёт человеку искренняя дружба? Чем стоит поступиться ради её сохранения? Есть ли что-то важнее? Ответы на эти вопросы придётся искать самому, но знать о том, что думали об этом другие, всегда интересно. Возможно, размышления великих натолкнут вас на собственные откровения?

«Дружба, которая прекратилась, никогда, собственно, и не начиналась.» Публий Сир

«Друзья - это не обязательно те, с кем нам хорошо. Это могут быть и те, без кого нам плохо.» Вячеслав Семак

«Самый прекрасный подарок, сделанный людям после мудрости, - это дружба.
Неизвестный автор

Продолжите, пожалуйста высказывание:

Дружба –это..
Главное в дружбе...
Хорошо, что друг ...
Если рядом друг ...
Я дорожу дружбой потому...
Жизнь без друзей...
Мой друг самый...
Только с другом я...
Дружба нужна для того...
Только друг может...
Друг для меня...

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Друг – это тот, кто берет тебя за руку, а касается Сердца.*

Дружба – самое необходимое для жизни, так как никто не пожелает себе жизни без друзей, даже если б он имел все остальные блага.
Аристотель

Упражнение «Я - Друг».

Составьте характеристику Себя как Друга, отметив степень положительного качества по пятибалльной системе.

<i>Я</i>	<i>Баллы</i>				
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>Верный</i>					
<i>Щедрый</i>					
<i>Внимательный</i>					
<i>Преданный</i>					
<i>Понимающий</i>					
<i>Любящий</i>					
<i>Настоящий</i>					
<i>Добрый</i>					

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ на развитие лучших качеств Друга - 7 шагов навстречу Настоящей Дружбе:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Используемые источники:

«Толковый словарь русского языка» С.И.Ожегов
«Притчи. Путеводная звезда перемен», Ростов-на-Дону, Феникс, 2007г.
psychologos.ru/Дружба_дружить...
Журнал «Домашний очаг», 2011 г.

УМЕНИЕ БЕЗОПАСНО ОБЪЕДИНЯТЬСЯ С ДРУГИМИ: КОЛЛЕГИ

Человек имеет склонность общаться с себе подобными, ибо в таком состоянии он больше чувствует себя человеком, то есть чувствует развитие своих природных задатков
И. Кант



Коллега (лат. collega) сослуживец; сотрудник; товарищ по учению, преподаванию (например, в университете), занятиям, работе или схожей деятельности

Напишите Ваше значение слова «Коллега» _____

Подумайте и напишите: Для чего нам важно объединяться и чем взаимоотношения коллег отличаются от других отношений?

Напишите основные характеристики формального и неформального общения между коллегами.

Формальное общение	Неформальное общение
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

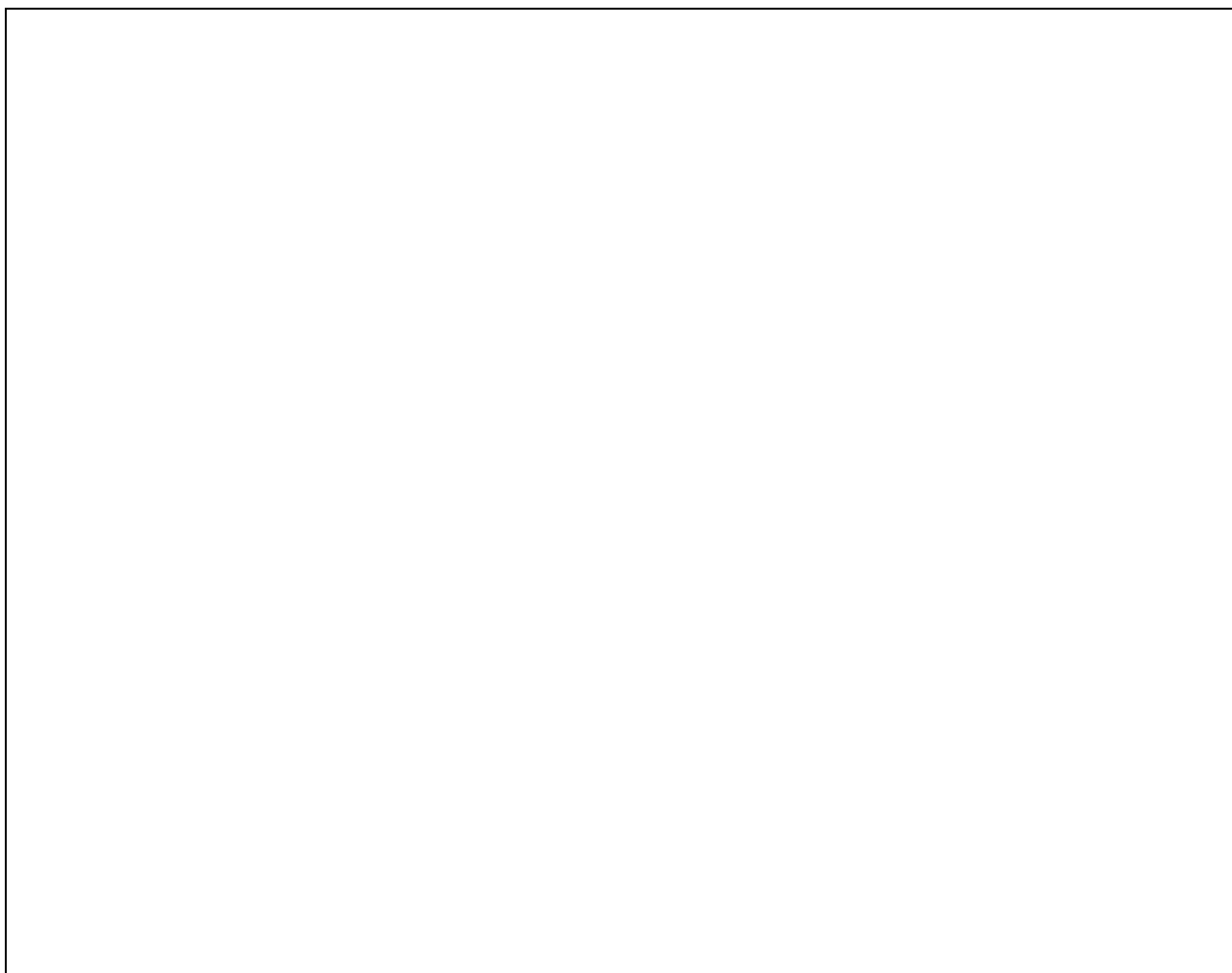
СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Умея выстраивать гармоничные отношения с коллегами, сможешь выстроить правильно свою Жизнь.*

Самая главная формула успеха — знание, как обращаться с людьми.
Теодор Рузвельт

Перечислите пожалуйста, формы возможного позитивного общения с коллегами

- по телефону
-
-
-
-
-
-

Нарисуйте , пожалуйста, образ объединения коллег в совместном полезом отдыхе:



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

МАСТЕРСТВО ЖИТЬ ВО ВРЕМЕНИ

Лишь немногие люди живут сегодняшним днём,
большинство готовится жить позднее.
Джонатан Свифт.

По - настоящему счастливы могут быть люди, способные наслаждаться текущим моментом - умеющие жить «здесь и сейчас». Здесь - это единственное место, где нужно жить, а сейчас - это время, в котором нужно жить. Время-способ организации. Для того чтобы научиться жить «здесь и сейчас», надо научиться справляться со своими проблемами по мере их поступления и расставаться с ними, когда они исчезают.

1. УПРАЖНЕНИЕ "КОЛЕСО ЖИЗНИ"

Есть замечательное упражнение "Колесо жизни" или "Колесо жизненного баланса"

► Упражнение очень важно для понимания: куда уходит время и энергия; в чём должны быть гармония и равновесие; удовлетворены ли мы своей жизнью?

► В Колесе Жизни (круге) всего 8 секторов. Каждый сектор имеет 10 делений и демонстрирует ваше развитие в одной из сфер:

- 1 сфера – Здоровье и Спорт
- 2 сфера – Друзья и Окружение
- 3 сфера – Отношения с Близкими
- 4 сфера – Яркость Жизни и Полезный отдых
- 5 сфера – Духовный рост и Творчество
- 6 сфера – Карьера и Бизнес
- 7 сфера – Деньги
- 8 сфера – Личностный рост

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Древние римляне говорили: «Лови момент, пока он не ушёл в прошлое».

- *Научитесь максимально проживать текущий момент и получать удовольствие от всего, чем вы занимаетесь.*

- *Научитесь концентрироваться на том, что вы делаете, а не на том, что делали, или будете делать.*

- *Каждое мгновение – это ещё одна возможность, используй её!*

- *Запомните, что сегодняшний день - ещё только первый день в вашей оставшейся жизни.*

- *Действовать сейчас – это в первую очередь касается способности отдавать заботу и внимание людям.*

Мы не можем стать успешными, мы можем Быть Успешными. На западе говорят: ты должен работать, чтобы быть успешным. На востоке считают: ты должен быть успешным, и, если внутри ты настроен именно так, то всегда притягиваешь энергию удачи.

Пора перестать ждать неожиданных подарков от жизни, а самому делать жизнь.
Л.Н.Толстой

Предлагаем на рисунке, представленном ниже подписать векторы с внешней стороны сферы и раскрасить их настолько, насколько проявлено Ваше Мастерство в этой сфере Жизни.

Отметка 10 характеризует достижение Вашего полного удовлетворения на сегодняшний день, в настоящий момент жизни, а 1 — наименьшая удовлетворённость текущим положением вещей.

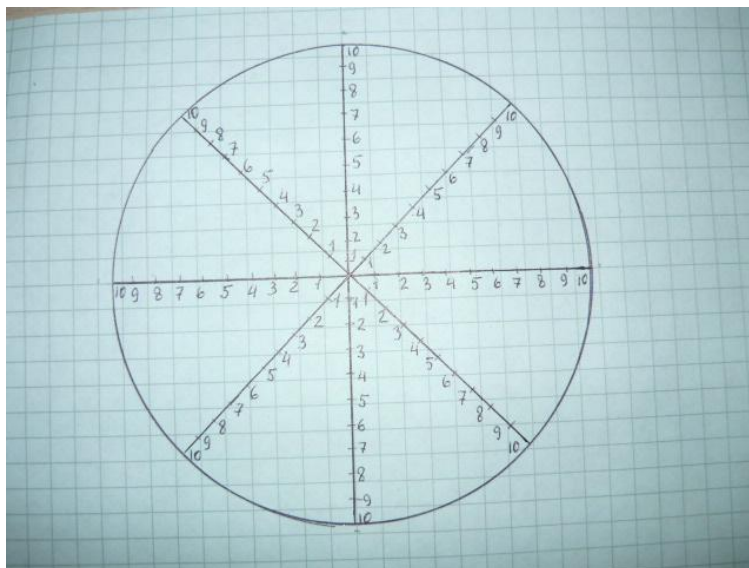
1-3 - критические значения (ямки в Вашей жизни)

4-7 - нормальная наполненность

8-10 - приятная удовлетворённость жизнью

Наши рекомендации:

- Закрашиваем (либо обводим) оценённые части секторов.
- Теперь обращаем внимание на получившуюся фигуру. Если она БЛИЗКА К КРУГУ — это очень хорошо, то есть области Вашей Жизни имеют равное наполнение. ЯМКИ, особенно глубокие, говорят о необходимости наполнения указанных областей жизни.
- Если фигура далека от идеала - круга, придётся покинуть зону комфорта и начать действовать!



Наш Совет: Как находиться в состоянии «здесь и сейчас»?

Левой рукой напишите фразу «Поменять ход мыслей» или обведите клеточки в тетрадке, как будто рисуете орнамент - так из ваших действий будут уходить автоматические моменты:

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

Елена Могено «Искусство жить здесь и сейчас. Или не откладывая жизнь на потом». Июнь 2011.

«Магия потерянного времени», Журнал «Домашний очаг», март 2010.

Рами Блект «Ваша жизнь «Здесь и сейчас», Журнал «Домашний очаг», май 2010

Сайт «Litera-2» статья Искусство жить в настоящем».

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Помните, что каждая клетка нашего организма создается из той пищи, которую мы едим.

Дипак Чопра



Вопросы "здорового питания" волнуют любого человека, желающего получать от пищи не только удовольствие, но и пользу. Чтобы пища приносила пользу, в ней должны оптимально сочетаться жиры, белки и углеводы. Необходимы также витамины и микроэлементы, а также соблюдение определённых правил, без них здоровье человека невозможно.

Что такое питание?

Казалось бы, странный вопрос. Ведь мы едим каждый день, да ещё и по несколько раз.

Уважаемые Родители и Прародители, ответьте, пожалуйста, на этот вопрос. Проверьте себя. Что значит питание для Вас и Вашей Семьи?

Питание – это...

Обратимся к официальной науке. Как она отвечает на этот вопрос? В одном из энциклопедических словарей дано такое определение:

Питание – это приём и усвоение пищи, обращение стороннего вещества в свою плоть.

Пища, поступающая в организм, подвергается химическому и физическому изменению и всасывается в кровь или лимфу.

Важно не только то, что мы едим, но и для **чего** мы едим. Ответ очевиден – для поддержания Жизни. А как определяет Жизнь официальная наука?

Жизнь – есть способ существования белковых тел, особая форма существования и движения материи, возникшая на определённой ступени её развития.

Получается, что **Питание** – это процесс поглощения пищи для продления жизни особой формы материи.

Теперь предлагаем ответить на следующий вопрос: «Кто я?»

Я - ...

Если Вы ответили, что я – человек, то обязательно расшифруйте, кто такой в Вашем представлении человек. Ответ на этот вопрос очень важен. Именно он и определяет характер нашего питания. Как Вы себя воспринимаете, как Вы относитесь к себе и к окружающему миру – так Вы и будете питаться. Если сказать короче, то мировоззрение и уровень развития разума определяет характер питания.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Здоровое питание – это Энергия Жить, Любить и Творить.

Великие люди всегда были воздержаны в еде.
Оноре де Бальзак

Добрые Советы о приготовлении пищи и процессе ее приёма.

Приготовление пищи и процесс ее приема – это Особая Церемония, во время которой пища трансформируется в Силу, Здоровье, Любовь и Свет. Готовя пищу, насыщая энергией, нужно сосредотачиваться на том, что данная пища вкусна и полезна, легко усваивается организмом и дает силу для Творчества и Здоровья.

- ❖ Приступая к приему пищи, необходимо сконцентрироваться на объединении с Природой, с самой пищей, посылая энергию Любви, Благодарности и Признания.
- ❖ Прием пищи лучше начать с благодарности Творцу, которая успокаивающе действует на нервную систему. Так делали наши бабушки и дедушки.
- ❖ Избегайте решения проблем во время приема пищи, кушайте с хорошим настроением.
- ❖ Исключите неприятные мысли – это облегчает пищеварение.
- ❖ Если Вы озабочены, раздражены, куда-то спешите, то за стол лучше не садиться. Иначе пищей Вы закрепите эти состояния в теле.
- ❖ Принимая пищу, не читайте и не смотрите телепередачи.
- ❖ Грязную посуду после приема пищи всегда нужно убирать со стола и мыть. Стол – это Ладонь Бога, с которой Вы принимаете Жизнь в свое тело.

Добрые правила Здорового питания

- ❖ Пища должна быть естественной, полноценной, свежей, нерафинированной.
- ❖ Пища должна быть тёплой, оптимальная температура пищи 36–40 °С.
- ❖ 70 % рациона должны составлять продукты, богатые водой – свежие фрукты, овощи, зелень, проросшие зерна. Остальные 30 % – пища, богатая крахмалами, белками, жирами.
- ❖ Во время каждого приема пищи сначала нужно съесть сырое блюдо, а затем – вареное.
- ❖ Жидкость лучше пить за 10–15 минут до еды.

Одному мудрецу задали вопрос: «Что для человека важнее, богатство или слава?» Он ответил: «Ни то, ни другое, а здоровье.

Дорогие Родители и Прародители, питайтесь правильно и всегда оставайтесь здоровыми, веселыми и жизнерадостными!



diets.ru

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Синельников В.В. «Питание в благодати», Как быть здоровым (из зарубежного опыта обучения принципам здорового образа жизни): Пер. с англ.-М.: Медицина, 1990. – 240 с.,

<http://lib.rus.ec/b/204495/read>

Иллюстрации с открытых Интернет - источников

РЕЖИМ ДНЯ. НАСТРОЙ НА ДЕНЬ

Жизнь и время-два учителя. Жизнь учит нас правильно распоряжаться временем, время учит нас ценить жизнь.
Ошо Раджним.



Режим дня делает каждую минуту Жизни человека Счастливой.

Режим — режим (фр. regime от лат. regimen управление). Чётко установленный порядок, распорядок. Режим дня - точно размеренный распорядок действий на день. Википедия

Напишите, пожалуйста, что для Вас означает «режим дня»?

.....

.....

.....

Благодаря режиму дня привычные дела требуют меньших усилий. Такой образ жизни способствует тому, что затрачиваемые в процессе трудовой деятельности силы быстро и полностью восстанавливаются.

Режим - основа нормальной жизнедеятельности организма, повышения работоспособности, высокого жизненного тонуса, воспитания характера и воли.

Проанализируйте, пожалуйста, соблюдение своего режима дня на примере прошедшего.

	Деятельность	время		Причина отклонения от плана
		план	факт	
день недели	Проснулись. Гигиена Комплекс утренней зарядки. Настрой на день. Завтрак Работа со статистикой и документами. Обед. Активный физический и психический труд. Ужин. Вечерний отдых. Подвести итоги дня. Подготовка ко сну. Сон.			

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Соблюдение режима дня увеличивает возможности самореализации*

Режим дня – это Здоровое Тело и Сильный Дух.
Жизненная мудрость.

Предлагаем Вам пройти тест на самоорганизованность, верим, что он поможет Вам поддержать себя в Любви к режиму дня.

Удастся ли Вам соблюдать режим питания? <i>Да - 3, нет - 1</i> Если Вы не заснули до 22 часов, чувствуете ли себя в 6 утра бодрым? <i>Да - 1, нет - 3</i> Успеваете ли Вы выполнить все намеченные дела в течение дня? <i>Да - 3, нет - 1</i> Помогает ли Вам режим дня в достижении целей? <i>Да - 3, нет - 1</i> Пользуетесь ли Вы практиками настроя на день? <i>Да - 3, нет - 1</i>	Удастся ли Вам в системе проводить утреннюю зарядку? <i>Да - 3, нет - 1</i> Меняете ли Вы комплекс физических упражнений с течением времени? <i>Да - 3, нет - 1</i> Удастся ли Вам просыпаться рано без будильника? <i>Да - 3, нет - 1</i> Планируете ли Вы предстоящий день? <i>Да - 3, нет - 1</i> Уделяете ли Вы время для подготовки ко сну? <i>Да - 3, нет - 1</i>
--	--

Ключ:

10—15 баллов — Вы в начале Пути. Продолжайте.

15—25 баллов — Вы уверенно идете к намеченной Цели. Счастье рядом.

25—30 баллов — Поздравляем. Вы - Счастливый Человек. Делитесь Счастьем с другими.

Рекомендуем соблюдать режим дня Счастливого Человека и написать, что изменилось в Вашей жизни при его соблюдении?

1.
2.
3.

Какой настрой для успешного дня Вы применяете?

.....
.....

Настрой на день – это осознанный выбор Радости. У жизнерадостного человека глаза излучают Доброту, Сердце Любит, а Душа поет.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

ОТДЫХ – НЕОБХОДИМОСТЬ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА

Я никогда не бываю так занят,
как в часы своего отдыха.
Цицерон

Здоровый отдых.

Отдых – это тоже работа и к организации отдыха необходимо подходить серьезно. Качественный отдых всегда сопровождается ощущением Счастья, дает возможность восстановить самочувствие, обрести новое в познании Жизни, развить гармоничные отношения с людьми и главное – измениться и стать лучше.

Главный вопрос, который следует задать перед тем, как начать отдыхать: «Для чего мы восстанавливаем силы, в чем цель отдыха?»

Напишите, пожалуйста, для чего Вы отдыхаете?

Грамотный отдых.

Эффективным средством преодоления усталости, восстановления сил является построение системы здорового образа жизни. Главное – во время отдыха человеку необходимо вспомнить и о Телe (физическое состояние), и о Душе (психическое состояние), и о Духе (состояние сознания.)

Предложите, пожалуйста, практики, способы, методы отдыха для человека и для семьи, определив, что будет способствовать восстановлению состояния Тела, Души и Духа. Заполните, пожалуйста, следующую таблицу.

	Отдых для Тела <i>Движение или Покой</i>	Отдых для Души <i>Новые ощущения и образы</i>	Отдых для Духа <i>Радость, Свобода, Творчество</i>
Для Человека			
Для Семьи			

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Всегда находите время отдыхать для того, чтобы долго и счастливо жить.*

Безделье – не отдых.
Джеймс Купер

Семейных отдых.

Приносящий результаты способ отдыха – индивидуальный подход человека к самому себе и своей семье. То, что может оказаться полезным и радостным одному, для другого станет не столь эффективным. Человеку, семье важно учиться внутренне ощущать и выбирать действенные шаги для восстановления организма, душевного состояния.

Самостоятельно или вместе с семьей определите полезные и приятные виды отдыха, помимо путешествий, и нарисуйте их, пожалуйста.



СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Н.В. Волкова «Семь шагов здоровья»

СИЛА И МУДРОСТЬ СЕМЕЙНОГО РУКОТВОРЧЕСТВА

Лучшее творчество ребенка - с родителями.
Эта запись остается в причине ребенка навсегда.
Это лучшее, что может произойти в жизни.
С.В.Серова

Метод «Руководство» родился в 1999 году, в 2002 году был официально зарегистрирован. Основатель - Гоч Василий Павлович: «Человек подобен Творцу только в творческих состояниях».

Руководство – это процесс Преображения Человека во время его встречи с красками, бумагой, тканью, стеклом, глиной... Это состояние, в котором мы находимся наедине с самим собой и с тем, что в это мгновение творим, создаем, вяжем. Руководством могут заниматься все. Когда занят этим процессом, то это точно Здесь и Сейчас (никогда раньше этого не делал). Это всегда Новое. Это Безопасно. Это Дарит Жизнь.

Приглашаем Вас на встречу со своей Мечтой.

Хотите перемен? Но вашим желаниям и действиям нужна стратегия и мотивация. Вот несколько способов вдохновить самого себя к решительным изменениям в Жизни. Запишите, пожалуйста, какую пользу можно извлечь из каждого способа:

1.Делитесь своими планами	
2.Найдите единомышленников	
3.Не опускайте руки	
4.Знайте свои сильные стороны	
5.Продолжайте искать	
6.Говорите «да»	
7.Развивайтесь	

Давайте вместе создадим «Семейную Энциклопедию советов и оригинальных творческих решений»! Перечислите три любимых «руководных» занятия Вашей Семьи в свободное время и дайте их краткое описание.

1. _____
2. _____
3. _____

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Когда занимаешься любимым делом мир становится прекраснее.*

Каждый из нас должен стремиться проявить в своей Жизни истинные Человеческие качества, те, что подарены Творцом.
С.В.Серова

Дорогие Друзья, предлагаем Вам создать рукотворный образ Семейного Счастья и Благополучия. Наполните его Любовью, Светом и Счастьем Творчества.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

Журнал «Домашний очаг», апрель 2012г., журнал «Все ясно» , июль 2006 г.

Интернет – источники:

hochurisovat.ru, seasons.com.ru/school, vmestesmamoy.ru , imgsrc.ru

childstown.wordpress.com и kidsters.ru , museum.ru

www.goodhouse.ru/home/DIY, www.postcrossing.com

livemaster.ru, mama-mila.ru, <http://sphaere.narod.ru/simplePublikation.html>

СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ

Природа, создав людей такими, каковы они есть, даровала им великое утешение от многих зол, наделив их семьей и родиной.

У. Фоскало

Произнесите про себя это чудесное словосочетание «Семейные Традиции». Что вы видите, когда произносите его? Возможно дом, своих родителей, свою семью, бабушка пригласила всю семью на пироги, папа читает вам сказку на ночь. Вы точно вспомните, что однажды вам подарили на один Новый год, какое стихотворение учили с мамой на 23 февраля, как вставали всей семьей в воскресенье после девяти утра и еще, что-такое, присущее только вашей семье. Вот именно это «что-то» и можно назвать семейной традицией. Эти воспоминания находятся очень глубоко в человеческом сознании, поскольку действия, которые мы подразумеваем под понятием «семейные традиции» неоднократно повторялись с раннего детства, многие перешли в вашу семью, появились новые.

У каждого из нас свои представления, ассоциации и образы Семьи. Возьмите, пожалуйста, карандаш, нарисуйте образы и напишите слова, которые отображают вашу семью в следующих формах:

ДОМ	ГЕОМЕТРИЧЕСКАЯ ФИГУРА
ФИЛЬМ	МУЗЫКА
ЦВЕТ	ЧУВСТВО

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Как замечательно, когда есть что принять и передать по традиции! Создавайте свои семейные традиции!*

Весь совокупный культурный мир во всех его формах пришел из традиции.
Эдмунд Гуссерль

Предлагаем эту часть домашней встречи провести всей семьей и попросить каждого члена семьи найти один-два предмета, напоминающих им о любимой семейной традиции.

Например, это может быть любимый чемодан, который вы берете в поездки, самая красивая праздничная салатница и пр. Установите одинаковое количество вещей для каждого члена семьи, дайте всем одинаковое время и огласите приз за скорость. Будьте терпеливы, пусть члены вашей семьи самостоятельно откроют все потаенные уголки вашего дома в поиске драгоценной вещи. Обязательно запишите, какие вещи были найдены и укажите напротив, ту семейную традицию, с которым ассоциируется эта вещь.

Обратитесь снова к себе. Допишите нижеприведенные предложения. При ответе будьте искренны и честны:

- Мои самые близкие люди...
- Наше главное событие в этом году...
- Мне было приятно, когда ...
- Самым радостным событием было...
- В моей семье всегда...
- Как здорово, когда...
- Всегда хотела с семьей Прочитать...
Увидеть...
Услышать...
Сделать...
- Хочу написать спасибо...

Обратитесь к тому, что было обдуманно вами в начале, нарисовано в первом задании, найдено вашей семьей во втором и открыто для себя в третьем. Совсем немного нужно для того, чтобы возродить утраченное, положить начало новым традициям. **Есть несколько простых правил сохранения и возрождения семейных традиций. Прочтите их и обязательно дополните.**

1. *Найдите в своей семье традиции (от нежного поцелуя по утрам до семейного праздника).*
2. *Не позволяйте традициям конфликтовать.*
3. *Не бойтесь создавать свои собственные традиции.*
4. *Будьте внимательны к спонтанному проявлению и импровизации*
5. *Иногда традиции можно позаимствовать.*
6. *Позвольте традициям меняться вместе с вашей семьей.*
7. *Не бойтесь отступить от традиций*
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Используемые источники:

Журнал «Домашний очаг», 2011 год

«Человековедение», Маленкова Л.И., М., 2000 г.

Социальная сеть работников образования, раздел «Классное руководство», <http://nsportal.ru>

Сайт «Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», раздел «Внеклассная работа»,
<http://festival.1september.ru>

Сайт «Ладушки и Ко», раздел «Отдых и развлечения», подраздел «Праздники и традиции», ст. «Какие они семейные традиции?», <http://ladushki.info>

Портал «Дети семьи», <http://deti7i.ru/semejnyj-vecher-urok-12>

ДОМ ЧЕЛОВЕКА. МИССИЯ ОБИТАТЕЛЕЙ ДОМА.

Дом – это не место, а состояние души.
Сесилия Ахерн

Что такое ДОМ?

Дом человека – это особое место на Земле, это живая система. Посредник между человеком и Вселенной. Место, где человек становится Человеком и при этом удерживает связь с Вселенной, подвергаясь воздействию ее сил. В доме спрягаются два живых элемента – Дом и Вселенная. Дом преломляет воздействие и организует эти силы, тем самым создавая условия комфорта или дискомфорта для человека. Дом – это место, где человек отдыхает и работает, встречает новый день, обновляется и имеет возможность проявлять творчество. А. С. Макаренко еще в XX веке сказал «Семья-это то место, куда приходят отдыхать победные силы человека».

Буквы этого слова раскрывают его суть:

Д — сама по себе рисует Дом, придает ему некую оформленность
О — Звук Созидания, Творения, Развития, Преображения
М —

ДОМ – оформленное Творение, живое и развивающееся. Это сфера условий Жизни человека. Каждый Дом – образ Вселенной, образ самого Человека:

Дух Дома

принципы и ценности, по которым живут обитатели Дома.
Вера, безусловная Любовь, Жизнь по законам Вселенной



Душа Дома

люди, его населяющие, их отношения, семейная атмосфера, гостеприимство.
Семья должна беречь мир и покой Дома, любить друг друга, поддерживать чистоту отношений, творить добро, быть открытой Миру.



Тело Дома

стены, окна, полы, потолки, двери, мебель.
Здоровье Дома на этом уровне поддерживается чистотой, ухоженностью, уютом.

Предлагаем выполнить следующее задание. Оцените состоятельность Вашего Дома.

Состояние Духа Вашего Дома 
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Состояние Души Вашего Дома 
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Состояние Тела Вашего Дома 
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Дом – это Рай, в котором мы – Творцы.

Дом – там, где твоё сердце.
Гай Секунд Плиний Старший

Целостное понятие Дома

«Дом – родовое гнездо». Это место, в котором возможно устойчивое существование человека в течении многих поколений. Дом связан с жизнью Семьи, Рода. Дом развивается и трансформируется вместе с развитием человека, эпохи. В настоящее время перехода человечества к осознанию глобального единства мира формула «мой дом – моя крепость» меняется на противоположную: «Мой Дом – мой Мир».



Целью любой Семьи является ее Здоровье, Благополучие, Гармония, Счастье. Это возможно только при создании высокой семейной культуры – **«МЫ»**. **Культуры**, где все члены Семьи глубоко, искренне наслаждаются обществом друг друга, где есть ощущение общности ценностей и убеждений, где все стараются приносить пользу обществу в целом и другим семьям в частности. Такая культура, атмосфера, настроение в Семье создаётся миссией.

Семейная миссия – это сведенные воедино представления всех членов семьи о том, в чем смысл существования Семьи, и согласованные принципы, на которых строится семейная жизнь.

***Задание.** Вдохновите членов Семьи на сотрудничество и обсудите с ними, как выполняется эта Миссия в вашем Доме? Какие ценности и принципы заложены в основу вашей семейной миссии? Что каждый из членов Семьи делает для выполнения этой задачи?*

Опишите в виде эссе те наблюдения, возможные изменения, открытия, которые стали доступны Вам, Вашей семье при выполнении этого задания.

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://domcheloveka.ru/docs/category19/category20/>, <http://lib.rin.ru/doc/i/51841p.html>, <http://enecdom.ru/article/2>
Стивен Р.Кови «7 навыков высокоэффективных семей»

УПРАВЛЕНИЕ ЭКОНОМИКОЙ СЕМЬИ – УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ ЖИЗНИ

Нажить много денег - храбрость; сохранить их - мудрость,
а умело расходовать - искусство.

Авербах Бертольд/

Бывает ли у Вас так, что денег в семье еле хватает, чтобы дотянуть до следующей зарплаты? Знакомы ли Вам бесконечные просьбы займы и незапланированные траты с кредитных карточек?

Действительно, ведение семейного бюджета – это мастерство одновременно быть и щедрым, и рациональным.

Выделяют три типа семейного бюджета. Определите, пожалуйста, тип бюджета Вашей семьи:

Совместный бюджет:
объединение доходов,
доверие,
компромисс

Совместно-раздельный бюджет: равные части, личные расходы,
деликатность

Раздельный бюджет:
индивидуально,
персональная ответственность,
независимость

Проявление каких наиболее важных составляющих качества Жизни обеспечивает тип семейного бюджета, выбранный Вашей Семейей:

1.

2.

3.

Семейный бюджет любой семьи состоит из расходов и доходов. Для управления бюджетом семьи, всеми доходами и тратами, предлагаем Вам вести таблицу. Это наглядный и удобный способ.

Доходы			Расходы		
Статьи	План	Факт	Статьи	План	Факт
Постоянные (зарботная плата, пенсия, пособия, стипендия, проценты от вкладов) 1. 2. 3. 4. 5.			Высокоприоритетные (питание, жилье, ...) 1. 2. 3.		
			Приоритетные (транспорт, образование...) 1. 2. 3.		
Переменные (премия, выручка, дополнительный заработок, подарки и т.д.) 1. 2. 3. 4. 5.			Желательные (дополнительное обучение, спорт...) 1. 2. 3.		
			Неприоритетные (приобретение товаров и услуг, не являющихся необходимыми) 1. 2. 3.		
Итого			Итого		

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: Умение – дело навыка.

Не будьте скрягой. В любом бюджете должны быть заложены деньги на пожертвования.
Житейская Мудрость

Есть специальные программы, как для компьютера, так и для телефонов. Например, Family10. Они просты и удобны в применении. Для того чтобы начать бюджетное планирование, можно хотя бы пару месяцев просто записывать и анализировать доходы и расходы по факту.

Добрый совет: если **Доходы = Расходы** - нет возможности инвестировать в Будущее.

Есть расходы, на которые Вы можете влиять.

Предлагаем Вам определить уровень от 1 до 10, используемых Вами способов **эффективной экономии**, как факторов повышения благосостояния Семьи.

1. использование накопительных карт и скидочных карт	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. покупка в интернет-магазинах (особенно дорогостоящих товаров, например, крупной бытовой техники)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. отказ от приобретения в кредит товаров, быстро теряющих свою стоимость (например, мобильных телефонов)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. планирование непредвиденных расходов (откладывание определенной части доходов, примерно 10 %)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. управление коммунальными расходами (счетчики, энергосберегающие лампы, бытовые приборы с низким электропотреблением)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. планирование крупных покупок (например, через 6 месяцев, но не ранее, чем через 3 месяца)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. использование налоговых вычетов (в том числе имущественных и социальных)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. отказ от бесполезных трат	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. приобретение товаров на распродажах	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. ведение здорового образа жизни	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11. использование рационального подхода к приобретению продуктов (срок годности, цена-вес, список продуктов)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
12. постоянная осведомленность об изменении тарифов на услуги (например, тарифные планы за мобильную связь и Интернет)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Результаты:

- от 12 до 40 баллов – Вам необходимо больше внимания уделять планированию семейного бюджета, анализу эффективности расходования средств и развивать способности быстро ориентироваться в изменяющихся условиях жизни.

- от 41 до 80 баллов – Вы близки к успеху. Обратите внимание на необходимость более детальной проработки способов достижения благосостояния Вашей семьи.

- от 81 до 120 баллов – Вы – эффективный менеджер семейного бюджета. Продолжайте уверенно вкладывать заработанные деньги в развитие качества жизни Вашей семьи.

Добрый совет:

Полезная методика распределения расходов: 60-10-10-10-10 (Ричард Дженкинс)

Денежная масса делится на 5 частей:

60 % - текущие расходы: питание, коммунальные расходы, транспорт

10 % - пенсионные накопления и др.

10 % - долгосрочные выплаты: кредиты

10 % - нерегулярные расходы

10% - досуг

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

<http://www.fingramota.kz/upload/iblock/d67/semeyny%20budzhet.pdf>

<http://www.mainplace.ru/work/myfinance/personalbudget/byudzhet-semi---plan-dejstvij/>

СТИЛЬ НАСТОЯЩИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

Любовь без уважения не может ни далеко зайти, ни высоко подняться, это однокрылый ангел.
Александр Дюма

Дорогие Друзья. Приступая к выполнению заданий последнего урока нашего Путеводителя для Родителей и Прародителей, поблагодарите всех Близких людей, кто открыл Вам возможности Саморазвития и Самосовершенствования.

Получать в Дар Знания – это великая награда Познающему.

Предлагаем Вам подобрать слова, которые помогут Вам раскрыть смысл понимания слова «Стиль»:

С	- Семья, Счастье, Сопереживание	_____
Т	- Требования, Терпение, Тактичность	_____
И	- Интересы, Испытания, Искренность	_____
Л	- Любовь, Ласка, Личность	_____
Б		

Стиль семейных отношений складывается не сразу, проходит несколько этапов развития, и может проявляться как:

Стиль Соперничества – один из супругов добивается своего через угрозу разрыва отношений.

Стиль Компромисса – каждый соглашается частично пожертвовать своими интересами.

Стиль Избегания – вопреки желанию одного из супругов оба отправляются отдыхать.

Стиль Приспособления – один отказывается от своего желания.

Стиль Сотрудничества – оба добились своего за счет поиска варианта, устраивающего и того и другого.

Вспомните свои первые отношения в семье.

Как бы вы провели первый месяц совместной жизни?

В ниже предложенных ситуациях определите стиль взаимоотношений супругов при решении конфликта, исходя из выше приведенных определений.

Ситуация 1. Один из супругов упрямо настаивает на своем варианте. Он или она даже не желает слушать доводы второй половины. Второму ничего не остается, как пассивно подчиниться воле упрямца. Супруги, вопреки желанию одной из сторон, отправляются на отдых в горы. (Стиль _____)

Ситуация 2. После переговоров молодожены решили остановиться на компромиссном варианте. Каждый согласился пожертвовать половиной своего отпуска. Половину медового месяца они проводят в горах, вторую его часть – на море. (Стиль _____)

Ситуация 3. Не желая обострять отношения, один из супругов соглашается уступить другому. Ради сохранения в семье мира и спокойствия, к примеру, супруга решает пожертвовать своими интересами: «Хорошо... Проведем медовый месяц в горах! Но уж в следующий раз мы обязательно поедem отдыхать на море!» (Стиль _____)

Ситуация 4. Оба супруга настаивают на своем, никто не желает уступать другому. Вместо спокойного обсуждения планов слушаться упрёки и обвинения в адрес друг друга: «Если бы ты меня любил (любила) по-настоящему, то пошел (пошла) бы мне на встречу! Ты меня не любишь!» (Стиль _____)

Ситуация 5. Обсуждая свои планы на будущее, молодожены выяснили заветное желание каждого. Как оказалось, каждый из супругов хотел посвятить другого в свою сокровенную мечту. (Стиль _____)

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ: *Успешный стиль включает в себя все стили взаимоотношений. Все зависит от вас лично, от умений и способностей понять супруга! А самое главное от Любви в вашей семье!*

Если ты совершил ошибку, будь достаточно смелым, чтобы признать это, достаточно мудрым, чтобы извлечь из неё урок и достаточно сильным, чтобы её исправить.
Жизненная мудрость.

На данном этапе совместной жизни, какой стиль взаимоотношений вы бы выбрали, считая его более успешным, настоящим? Напишите, пожалуйста, и опишите почему?

Предлагаем вам всей семьей определить качества отношений, которые составят Стиль «Сотрудничество»?

- взаимопонимание
-
-
-
-
-
-

Предложите, пожалуйста, еще Стили отношений, которые могли бы обеспечить в Семье гармоничные отношения и назовите 3 признака их проявления:

Взаимодействие	Гармоничное взаимодействие				
1.	1.	1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.	3.	3.

Подарите себе Уверенность на Пути совершенствования Стиля взаимоотношений в Семье и напишите афоризм, девиз, или мудрость, которые вдохновят Вас

СЛОВА ВДОХНОВЕНИЯ СЕБЯ:

Использованные источники:

http://bookap.info/othosheniy/libina_psihologiya_sovremennoy_zhenshchiny/gl34.shtm, <http://www.inpearls.ru/>

Карельская партнерская Школа заботливых и любящих родителей и прародителей «Родник Моей Души» выражает Благодарность партнерским организациям за активное содействие в успешной реализации деятельности Школы:

- Карельский региональный общественный благотворительный фонд «Центр развития молодежных и общественных инициатив»
- Карельская региональная общественная организация «Детская Республика»
- МУ «Досугово-социальный Центр «Подросток»
- Карельский региональный благотворительный фонд «Материнское сердце»
- МУ «Центр социальной помощи семье и детям» г. Сегежа и Сегежского района
- МУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» г. Сегежа и Сегежского района
- ФГБОУ ВПО «Карельская государственная педагогическая академия»
- ГАОУ СПО РК «Петрозаводский педагогический колледж»
- Туристический клуб «САМПО» ПетрГУ
- ФГБОУ ВПО «Петрозаводский государственный университет»