

УДК 377 + 378

ПОДГОТОВКА К «ТРУДНОЙ ПРОФЕССИИ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

А.Г.Трофимчук, к.п.н., доцент, соискатель ученой степени д.п.н.
г.Новочеркасск

Родитель - самая трудная профессия
на свете, а никто к ней не готовит[1]

За 20 лет проведенных в образовательном пространстве, выпускник современного вуза, практически не готов к семейной жизни. Об этом настоятельно напоминают зрителям современные кинематографисты, практически в каждом фильме, например: многодетный папа-инженер (в роли Ярослав Бойко), в фильме «Всегда говори «всегда»», реж.Александр Капиловский, 2011г., оставшись из-за болезни супруги один с детьми, не умеет им сжарить простую яичницу! Но это, наверное, самое безобидное неумение (не знание). Часто в фильмах молодые героини, ждущие ребенка, курят, употребляют спиртные напитки, грубят окружающим и т.д. и т.п.

Для того, чтобы выпускник ОУ был патриотом своей любимой Родины, необходимо, чтобы Родина, в лице педагогов, позаботилась о его радости и красоте повседневных будней.

Предлагаем на семинарских занятиях дисциплины «Психология и педагогика», включенных в ФГОС, практически всех профессий высшей школы, изучить со студентами информацию компактных, цветных методических пособий (и выделить средства для обеспечения ими студентов), способствующую приобретению ими основ подготовки к семейной жизни:

1)Основные вопросы подготовки к семейной жизни[6]

<p>Основные условия, способствующие СЧАСТЛИВОМУ БРАКУ, которое целесообразно назвать ЖЕНИХУ и НЕВЕСТЕ:</p> <p>1. Материально обеспечить брачный союз:</p> <p>а) жених - имеет профессию и (возможно) любимую работу, приносит только пользу окружающему миру;</p> <p>б) невеста - (или) хотя бы умеет вести домашнее хозяйство и рукоделием (и т.п.) зарабатывать на жизнь; (или) имеет профессию и любимую работу, приносит только пользу окружающему миру.</p> <p>2. Получить навыки самостоятельности в быту:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умения жить здоровым образом жизни; • умения готовить здоровую пищу; • умения с пользой проводить свободное время (читать, заниматься изобразительным искусством, играть на музыкальных инструментах, танцевать, заниматься рукоделием, выращивать овощи и фрукты и др. т.п.); • умения соблюдать личную гигиену; • умения выполнять косметический ремонт квартиры; • умения стирать, утюжить, ухаживать за одеждой и обувью; • умения выращивать овощи и фрукты, а также изготавливать их консервы; • умения (женя) применять правила этикета во всех сферах жизнедеятельности; • умения общаться с различными социальными партнерами дуального брака; • умения воспитывать детей до и после рождения; • умения вести семейный бюджет; • умения вести себя так, чтобы на Вас невозможно было обидеться; • умения организовать семейное торжество по специально разработанным сценариям включившем встречу гостей, торжественно часть уюта, развлечения, прощанье гостей; • умения гармонично общаться; • умения со вкусом без излишества одеваться в одежду, которая Вам идет. <p>3. Знать: смысл семейной жизни, смысл рождения и воспитания детей.</p> <p>4. Любить друг друга или быть близкими, верными друзьями.</p> <p>⁵ Проверить совместимость для семейной жизни.</p>	<p>Рекомендации для проверки СОВМЕСТИМОСТИ жениха и невесты</p> <ul style="list-style-type: none"> - по стихии знака зодиака (огонь-огонь), (воздух-воздух), (огонь-воздух), (вода-вода), (земля-земля), (вода-земля); - отношения к материальным ценностям; - отношения к религии; - отношения к здоровому образу жизни; - отношения к смыслу жизни; - совместимость темпераментов (экзотичность-сентимент, флегматик-гомерик) определяем по «Тесту Айзенка»; - совместимость конкретно выраженных идентификаций (особенностей) характера определяем по «Тесту Шварцера»; - совместимость психосодержаний («Гайм», «Есенин», «Штирлиц» и др. - в дужках) определяем по цифровому тесту «Сидонтик»; - отношения к проведению свободного времени; - отношения к внешнему виду жениха (невесты); - отношения к рождению и воспитанию детей; - совместимость с близкими родственниками жениха (невесты); - отношения к умению себя вести дома и в общественных местах; - отношения к друзьям (знакомым) жениха (невесты); - отношения к ведению домашнего хозяйства; - отношения к именованиям в общественной жизни государства; - отношения к физкультуре, спорту, «амплуа болельщика»; - отношения к саду, огороду и работе на шее; - внешне-отношения с коллективом (учебным, трудовым) жениха (невесты); - отношения к классике всемирной литературы; - отношения к музыкальному искусству; - отношения к киноискусству; - отношения к изобразительному искусству; - отношения к педагогической науке; - отношения к всемирной истории; - отношения к филологии (стихи, эстетика); - отношения к дизайну квартиры и т.д. и т.п. <p>УДК 374.7 Т 76 Трофимчук А.Г. Основы подготовки к браку. 87.77 семейной жизни - Новосибирск, 2009</p> <p>РФ. Год молодёжи. 2009 © Трофимчук А.Г., 2009 г.</p>
---	--

2) Здоровый образ жизни, смысл семейной жизни [4,8]

Здоровый образ жизни

1. Утренняя физическая зарядка (зарядка) и т.п. действия.
2. Водные закалывающие процедуры (обливание водой, обливание тела холодной водой), контрастный душ, плавание в бассейне, реке, посещение сауны.
3. Ежедневная личная гигиена.
4. Здоровое питание (не сбалансированное, не раздельное)
 - объем съеденной пищи за один прием – не более 500 ккал (объем желудка),
 - твердую пищу «гвоздь», а жидкую пищу «жук» (питательно пережеванная даже жидкую пищу),
 - сараи овощи и фрукты (салаты из них) съедены в первую очередь.
 - спокойная, доброкачественная обстановка за обеденным столом,
 - регулярные прогулочные дни.
5. Удобная, эластичная одежда в соответствии с сезоном.
6. Отсутствие вредных для физического и духовного состояния человека привычек.
7. Здоровые половые взаимоотношения между юношей и девушкой (приоритет ювенескологического разряда и девичьего благоразумия, а не противоямочных средств).
8. Здоровое мышление (я указую (шюбно) всех окружающих людей и все живое вокруг и «как прекрасен этот мир!»).
9. Нравственная гармония взаимоотношений с ближайшими родственниками, соседями, друзьями, знакомыми, коллегами.
10. Отсутствие в повседневной жизни деградации, бесцельности траты времени, а также проявления отрицательных моральных качеств: вероломства, высокомерия, грубости, хвастовки, завистливого, чуждости, клерикализма, корыстолюбия, козности, инстинктивности, малодушия, мизантропии, распутовства, скудности, гундальства, трусости, замкнутости, шантажа, чуждости, моголизма.
11. Любовь к проведению свободного времени за работой и в саду (огороде).
12. Ежедневно прослушивание красивой музыки, чтение классики художественной литературы, а также прослушивание и просмотр высококачественных и высококонтрастных радио и телевизионных программ.

Смысл семейной жизни

"Посчастливы люди не понимают смысла своей жизни, а между тем уверенность в том, что этого нельзя знать как распространена между людьми, что они даже гордятся, как мудростью, тем, что не знают ничто этого"[1]

Б.Паскаль

Платон "Алмахид I"

Нужно ли мне с большой жизнью доказать тебе, что именно душа – это человек?

Противоположен будет считать, что, когда мы общаемся друг с другом и пощупаем при этом речь, это душа говорит с душой. Садитесь, тот, кто хочет нас познать сам себя, призывает познать свою душу. Значит, тот, кому известно что - тело и часть своего тела, знает то, что ему принадлежит, но не самого себя. Человек, забывший о своем теле, забывает о том, что ему принадлежит, но не о себе самом? Тот, кто любит свое тело, поводит себя таким же, как только тело свое перестает творить. Ну а кто любит твою душу, тот, видно, не поводит ее до тех пор, пока она будет степениться и совершенствоваться? Так, поведешь о том, чтобы стать по возможности совершеннее. Пряде всего, удерживай, учись тому, что следует жить, чтобы впитать за государственные дела. Надо забыть о себе в душе и только по себе обращать внимание [1].

Платон «Федон»... нет, видно, много принадлежи и спосова от бедствий, кроме единственного стать как можно лучше и как можно разумнее. Ведь душа не увенит с собою после смерти ничего, кроме воспитания и образа жизни [2].

Смысл жизни – в совершенствовании (воспитании) [3].

Л.Н.Толстой

- I. Смысл семейной жизни: Взаимопомощь супругам и совершенствование их духовного мира и продолжения рода.
- II. Смысл рождения и воспитания детей: Продолжение рода и совместно с семьей взаимосовершенствование духовного мира родителей и ребенка (детей) [4].

Литература:

1. Платон. Собрание сочинений в 4 т. Т.1. – М. Мысль, 1990.
2. Платон. Собрание сочинений в 4 т. Т.2. – М. Мысль, 1993.
3. Толстой Л.Н. Еру что она в 2 кн. Кн. 2-я. – М. Политгиздат, 1991.
4. Трофимчук А.Г. Совершенство человека. Теория и практика. Монография. – Новосибирск: ЮРГТУ (НПИ), 2004. – 300с. УДК 37.037 Т 76 Трофимчук А.Г. Здоровый образ жизни. Смысл семейной жизни. – Новосибирск, 2009. ИБК 87.77

РФ. Год молодежи. 2009 © Трофимчук А.Г. 2009г.

3) Нравственные основы дружбы и любви [5]

ДРУЖБА

Высшее ее выражение может быть только святым союзом двух благородных душ, осмысленно стремящихся к взаимному самоусовершенствованию, к искоренению своих **недобротных**, к искренне встречающихся на законном пути препятствий и при этом оставаться друг для друга советниками, руководителями и вдохновителями на всё зарешенное предприятие. Предостерегающими от **ошибок**. Такие друзья никогда не разделят никакой **лазвности**, потому что хвалить друг друга можно не за славы и почести, но не за чуждое признание добродетели. К сожалению, если трудно бывает встретить людей, верно оценивающих друг друга, это редко можно видеть таких, которые умеют выслушивать правду не зоркая. Тот же, кто боится сказать ее или ишь, доказывает, что привязанность его не особенно крепка, поэтому такой человек не имеет права рассчитывать на тех истинных друзей - **Ты мне не друг, -** сказал один приятель другому, - потому что ни разу не бранил меня за мои недостатки.

Вероятно, есть способ соединить сердца и вложить в стем, что придет долг: для этого стоит только выбрать себе в друзья таких личностей, которые в то же время могут приносить своим способностями пользу обществу [1].

НЕИСПАННЫЕ ПРАВИЛА ДРУЖЕМ

Обмен:

- делиться новостями о своих успехах (1);
- оказывать эмоциональную поддержку (2);
- добровольно помогать в случае нужды (3);
- стараться, чтобы другу было приятно в твоей компании (4);
- возвращать долги и оказывать услуги**.

Питательность:

- уверенность в другом и доверие к нему (5);
- Отношение к третьим лицам:**
- защищать друга в его отсутствие (6);
- быть терпимым к ошибкам его друзей**;
- не критиковать друга публично**;
- сохранять доверенные тайны**;
- не ревновать или критиковать прочие личные отношения друзей**.

Координация:

- не быть публичными, не поучать** (Три тесных отношения могут указывать на внутренний мир и отношение друга** быть нарушены** из **защитных принципов к претерпящим дружбу** [2].

Внимание!
 Не соблюдение правил (1-6) приводит к претерпящим дружбу

ЛЮБОВЬ

Нет чувства более чистого и деликатного, как начало чистой, истинной любви! Душа человека какою-то тайной неким образом возмечена, для предельно представляется в каком-то особенно ясном, почти неземном свете, в голове и сердце господствует одна мысль: постоянно видеть светлый предмет, свет, с другой стороны, тайно разжигается, что от него тот же, бы был сказать на край света! Пары проносятся по жизни! Как сказать и тоньше разлука! Как трудно является второе общество, и, наоборот, какое полное блаженство в услужливой беседе одной! Какие противоречия являются при этом в чувствах! Смысл становится робостью, волнением – желанием, сила – слабостью. А высшая мысль отношения! Сколько простостей иль! Беспрестанно спиритизм-мелочный, чуждые только затем, чтобы иметь случай познакомиться! Сколько новых выражений и слов, понятий только друг другу! Сколько мещан, откровеннейших зноб и удул! Сколько неподдающихся!

Способность на это – умение, одарив, общественно стоит в тесной связи с силами нашей души. Сопоставлено, чтоб сладость любви мог вполне вкусить человек по природе **люб**.

Целесоудие – качество особенно важное для женщины. К счастью, в этом деле является иль помощь сама природа, развивая в женщинах, вопреки общепринятому мнению, тренировка чувственности гораздо менее, чем в мужчинах. Самый богатый третий выказ на то, что может выйти из необходимого увлечения, способен остановить любую женщину на этом сладком пути.

Но что ответить на вопрос чистого, **ненишного создателя**, если оно чистосердечно соединяется, что такая хочет любить и жаждет быть любимой? Вот что: – **ограничить увлечение самым лучшим и или счастливы и в нем выделенных наслаждений, хитрости, вы хитрости.**

Внешняя красота, ум, благоразумие, твердость характера и интеллекта другие качества вызывают и обуславливают любовь. Но качества эти никогда не могут соединиться воедино в одной личности.

Бережиться от излишних увлечений любовью, и да вознаграждает вас друзья и уважение окружающих за всё, чего вы себя лишите [1].

Литература:

1. Вейс Ф.Р. Нравственные основы жизни. – Минск: Юниатва, 1994.
2. Ен Н.С. Дружба. – М. Политгиздат, 1989.
- УДК 177.61:37.037 Д 76 Дружба. Любовь / Сост. А.Г. Трофимчук. – ИБК 87.77 РФ. Год молодежи. 2009. – Новосибирск, 2008. © Составление. Оформление. Трофимчук А.Г. 2008 г.

4) Основы организации самовоспитания[9]

Самовоспитание (взращивание) в домашнем
 Досуговом центре на основе общечеловеческих ценностей

Общечеловеческие ценности являются основой воспитания (т.е. совершенствования духовного зра) человека - есть выработанные и накопленные достижения духовного, нравственного и эстетического опыта, вошедшие в жизнь человеческого сообщества и позволяющие поддерживать определенный уровень духовно-нравственного равновесия в человеческой общности[2].

Процесс воспитания на основе общечеловеческих ценностей (см. рис.), представляет обогащение индивидуальности (и личности) человека положительными эмоциями и знаниями, так он должен жить и что он должен и не должен в жизни делать, а также развивать положительные моральные качества общечеловеческого идеала современной эпохи (бережливости, альтернатива, вежливости, вежливости, верности, выдержки, духовности, стойкости, искренности, мужества, прощальности, привязанности, самостоятельности, скромности, смеливости, терпимости, трудолюбия, человечности, чувства нового, чужести[1]) с одновременным излечением противоположных отрицательных (*лживости, злобы, враждебности, корыстности, мизантропии, распримства, суровости, хамскости, чужести, эгоизма, завистливости, злобы, вероломства, цинизма, лицемерия, высокомерия, трусости, нелепости, косности*[1]), привнесенные в повседневную жизнь[2].

Домашний Досуговой центр самовоспитания - книги (ит. Платон «Федон», Толстой Л.Н. «Брат чужие», Лесков И.С. Одиодум, П.Козлов «Книга воина света», и др.), аудиозаписи (ит. Робертини Лоретти, Эльви Шпильни, А.Петренко и др.) и видеопленки (в.ф. «Моя прекрасная жена», «Отверженные», «Алишаня любовь», «Евгений Врова лето», «Супергерои» и др. высокого духовно-нравственного содержания, актуальность для прослушивания и просмотра, мульт. Дневник самовоспитания

Примерно в 2000 г. ежедневно, я (моя вся семья) занималась (мы) совершенствованием своего духовного зра (самовоспитанием): слушаю (ем) полезные музыкальные произведения и аудиозаписи, пишу (ем) под каргоке полезные песни, читаю (ем) полезные книги, смотрю (ем) полезные видеофильмы и видеопрограммы (высокого духовно-нравственного содержания), анализирую (обсуждаю, анализирую), занимаюсь (ем) развитием положительных моральных качеств и излечением отрицательных и веду (веду) кладби (мой) Дневник самовоспитания

II. Знаниями (общечеловеческими ценностями) я, ежедневно позволяю Твоему Дневнику самовоспитания, поощрять

Должен(на) (вариант)	Не должен(на) (вариант)
-любить все окружающее меня;	-употреблять алкоголь;
-вести здоровый образ жизни;	-курить;
-постоянно помогать родителям;	-употреблять наркотики;
-учиться воспитывать детей;	-злорады;
-думать о семье только положительно;	-думать плохо о других людях;
-быть хорошим другом(ой);	-употреблять наркотическую
-разносторонне готовиться к семейной жизни;	жестокость;
-быть вежливой(ой); и т.д. и т.п.	-оставлять фальшивую боль
	защиты существам; и т.д. и т.п.

Эти знания я регулярно просматриваю, повторяю и стараюсь ежедневно их применять в повседневной жизни.

II. Развитие положительных моральных качеств и излечение противоположных - отрицательных я (моя вся семья) веду(ем) по стандартному алгоритму, включающему: а) Анализ характеристик качества; б)ОЦ в тип; в)Анализ необходимости развития положительных качеств; г)Анализ необходимости излечения отрицательных качеств; д) Определение составивших положительных морального качества, необходимых для повседневной жизнедеятельности и для вежливости-«Спасибо»-и др.) е)дальше самоупотребления I-блес.; ж) ежедневный контроль развития и излечения в Дневник самовоспитания[2].

Литература

1. Словарь по этике - М: Политгиздат, 1989.
2. Трофимчук А.Г. Воспитание на основе общечеловеческих ценностей. Монография. Новочерк, гос. издатель. жад. -Новочеркасск, 2009 -160с. УДК 37.037.3 Т 76 Трофимчук А.Г. Домашний Досуговой центр ББК 57.77 самовоспитания (взращивания)-Новочеркасск, 2009 © Трофимчук А.Г. 2009г.

5)Основной методический документ в системе самовоспитания «Дневник самовоспитания» [3]

ДНЕВНИК САМОВОСПИТАНИЯ (20 РАЗДЕЛОВ)

Воспитание человека: обогащение его индивидуальности **положительными эмоциями** и **знанием** о том, как он должен жить и что он должен и не должен в жизни делать, а также **развитием положительных моральных качеств**, **применением** в повседневной жизни.

1. Мой взгляд на лучшее качество (свойства) человека.
 2. Мой любимый идеальный объект человека.
 3. Моя программа самовоспитания на 2008 г. (Вариант)

1. Поиск духовно-эстетических основ философии (январь - декабрь).
 2. Поиск нравственных истоков истории периода _____ (январь - май).
 3. Обогащение индивидуальности духовно - нравственными основами искусства:
 а) познакомиться с творчеством композитора (лица музыкального коллектива) _____ (февраль - сентябрь);
 б) посмотреть фильмы: _____ (январь - декабрь);
 в) провести анализ архитектурных сооружений эпохи _____, познакомиться с творчеством скульптора _____ (январь - февраль);
 г) посмотреть фильм балет _____ (апрель);
 д) послушать оперу (посмотреть фильм-оперу) _____ (май);
 е) познакомиться с творчеством художника _____ (апрель);
 ж) познакомиться с творчеством фотографа _____ (май);
 з) познакомиться с творчеством театрального режиссера _____ (июнь).
 4. Поиск духовно - нравственных основ религий: (слава религий) _____ (январь - декабрь).
 5. Обогащение духовно-нравственных основ классической литературы из произведения _____ (январь - декабрь).
 6. Разобраться с вопросом о смысле семейной жизни (январь - май).
 7. Понять теоретические основы процесса воспитания (январь - июль).
 8. Понять и внедрить в повседневную жизнь:
 а) правила поведения в общественных местах (январь - декабрь);
 б) Понять нравственные основы дружбы (январь - октябрь).
 9. Познакомиться с биографией и духовно - нравственным жизненным опытом (ученого, философа и др.)... (январь - ноябрь).
 10. Работать над развитием положительного морального качества - **честности** (январь - декабрь).

4. Самостоятельный поиск общечеловеческих духовно - нравственных основ философии (этика, эстетика).
 5. Самостоятельный поиск общечеловеческих духовно-нравственных основ религий.

6. Мой смысл жизни.
 7. Самостоятельный поиск нравственных основ культуры поведения и взаимоотношений между людьми.
 8. Самостоятельный поиск общечеловеческих истоков духовно - нравственного этического опыта и труды выдающихся личностей всемирной истории.
 9. Самостоятельный поиск нравственных истоков истории.
 10. Мой идеальный портрет жизни и невесты.
 11. Мои рекомендации для проверки совместности жизни и невесты.
 12. Мой взгляд на идеальный брак.
 13. Мой здоровый образ жизни.
 14. Мой смысл семейной жизни.
 15. Самостоятельный поиск нравственных основ семейной жизни.
 16. Мои воспитание ребёнка до рождения (Вариант классической воспитательной работы родителей с ребёнком).
 17. Самостоятельный поиск общечеловеческих нравственных основ подлинности.
 18. Самостоятельный поиск духовно-эстетических основ искусства.
 19. Самостоятельный поиск общечеловеческих духовно - нравственных истоков классической мировой литературы.
 20. Поиск ответа на вопросы, что я должен(на) и не должен(на) и жизни делать?

Должен(на) (вариант)	Не должен(на) (вариант)
-любить всё окружающее мир;	-употреблять алкоголь ;
-вести здоровый образ жизни;	-употреблять наркотики ;
-каждитвно заниматься самообразованием;	- злупотреблять ;
-постоянно помогать родителям;	- злупотреблять палки и другие вредит.
-разносторонне развиваться в семейной жизни;	- злупотреблять ;
-учиться воспитывать детей;	-употреблять вещно-материальную
-думать о подет только выходя из;	лекции ;
-доверительно учиться;	-доставлять фальшивую боль
-быть вежливой;	каким существом;
-быть хорошим другом(подр-й);	- злупотреблять ;
-быть честным ей.	- злупотреблять ;
и т.д. и т.п.	и т.д. и т.п.

УДК 37.037 Т 76 Третьяков А.Г. Дневник самовоспитания. - Новоуральск, 2008
 ББК 67.77
 © Третьяков А.Г. 2008 г.

б) Рекомендации родителям для организации рождения здорового и бесппроблемного ребенка[7]

Для рождения ЗДОРОВОГО и БЕСПРОБЛЕМНОГО ребёнка родителям (молодым) необходимо:
 до заключения законного брака и зачатия:

1. Приобрести навыки воспитания ребёнка до и после рождения.
2. Любить детей.
3. Хотеть иметь ребёнка независимо от пола.
4. Обеспечить основы его материального содержания (получить профессию и найти хорошую работу, привносящую пользу окружающему миру).
5. Вести здоровый образ жизни, исключить факторы, влияющие на гармоничный процесс: *алкоголь; курение; наркотические вещества; не здоровые привычки; плохого расстройствости; инстинктивные мышление; не контролируемый влещду; грубость; жестокость; предательство.*
6. Быть честными и добрыми.
7. Ежедневное самообразование в Домашнем досуговом центре (осведить программы, документацию и аудиозаписи посвященную детям).

программа девятилетия (Ч.К.Тайча)

- считайте себя удачливым.
- никогда не думайте и не говорите о себе плохо.
- любите себя (попробуйте себя признаться).
- любите других (попробуйте, чтобы они Вам признались).
- считайте все достижимым.
- проанализируйте все события как благоприятные.
- доводите начатое дело до конца.
- не делайте на словах соображений.
- не отчаивайтесь.
- контролируйте услышанное - оберегайтесь негативной информацией (все, что Вы будете думать и говорить о других, встретит на Вас).
- будьте терпеливы.

программа актуализации (А.Маслов)

- полное принятие реальности и комфортное отношение к ней (не прятаться от жизни, а жить, познавая ее).
- считайте других и себя «я уважаю и принимаю тебя таким, какой ты есть».
- профессиональная увлеченность (любимая работа, ориентация на задачу, на дело).
- автономность, независимость от социальной среды, самостоятельность суждений.
- спонтанность, естественность поведения.



- способность к поведению других людей, включая добродетельность к людям.
- постоянная позитив, способность оценить, открытость опыту.
- различение целей и средств, так и добро - не только средство хорошо для достижения цели.
- смелость.
- саморегуляция, проявление способностей, постановка целей, возможностей, творчество в работе, в любви, детях.
- готовность к решению любых проблем, к осознанию своего опыта к подлинному пониманию своих возможностей) с ведением дневника.

после заключения законного брака и зачатия:

1. Продолжить вести здоровый образ жизни.
2. Продолжить быть честными и добрыми.
3. Всей семьей, ежедневно, заниматься воспитанием ребёнка до рождения (предметы для воспитания)

(в определенное Вами время, в том числе и с другими Вашими детьми)

1. Прослушивание аудиозаписей любимых музыкальных произведений, например: "Лунная соната" Л.В. Бетховена, "Аve Maria" Ф. Шуберта и др.
2. Совместное чтение любимых семейных парочек: песен, например: "Уголок России" слова Е. Шенюковой, муз. В. Шаинского, "Остров детства" слова М. Райкина, муз. О. Фельдмана, "Затонувший трюиз" слова Н. Добрынина, муз. М. Таривердиева и др.
3. Чтение вслух произведений классики художественной литературы, способствующих формированию индивидуальности будущего ребёнка (и всех членов семьи).
4. Просмотр видеопрограмм (фильмов) высокого духовно - нравственного содержания.
5. Рассматривание фотографий или художественных портретов известных родителей малышей и представление своего ребёнка таким - да открытошным и здоровым.
6. Беседы с ребёнком о его судьбе после рождения на темы: любовь, культура, гуманизм, милосердие, доброта, героизм, патриотизм, интеллигентность и т.д.)

4. Продолжить приобретать навыки воспитания ребёнка после рождения.

Дорогие родители!
 За Ваш самоотверженный родительский труд
Природа изградит Вас безбеднейшим родком, здоровым и беспроблемным детком!

УДК 371.48 Т 76 Трофимчук А.Г. Родители - здоровый и беспроблемный ребёнок. - Новочеркасск, 2008.
 ББК 57.77 © Трофимчук А.Г., 2008 г.




7) Основы гармонии семейной жизни[2]

ГАРМОНИЯ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ
Как вести себя супругам в семье, чтобы невозможно было друг на друга обидеться

1. **Взаимное внимание и забота:**
 - за три дня до Кр.Дня, супруги, супругу взять на себя все хозяйство в доме.
 - В Кр.Дни, супругу усилить внимание и заботу, вежливость, ласку.
 - Обеспечить при отплевании пищи и работу на кухне с продуктами без супруги.
 - опрятность, аккуратность, красивая прическа.
 - чистота тела, ухоженные ногти на руках и ногах, чистые, гладкие пальцы.
 - приятный запах в квартире и от себя.
 - ласка.
 - улыбка.
 - красивая пища, спитая специально для супруга (и).
 - красивое, чистое нижнее белье и домашняя одежда, обувь.
 - одоление супруга (и) на все, привносящее пользу окружающему миру.
 - уважение (любви) близкого родственника супруга (супруги), встреча ожидаемого приятеля супруга (и) его(ее) любимой музкой.
 - без излишней, подробное объяснение своего отсутствия дома в назначенное время.
 - красиво накрытый обеденный стол (салфетки, салфетки, приборы, цветы и т.п.).
 - отсутствие во взаимоотношениях *ревности* (и повода для нее);
 - приглашение близких супруга (е) друзей и знакомых только по согласованию с ним (ней).
 - отсутствие *споров, ссор, оскорблений, грубости* в присутствии других людей.
 - при общении ребёнка, супругу обеспечить супруге: *нах любви и заботы, здоровый образ жизни, оградить от стрессов, неприязненностей, влияния некорректности, феминных затруднений;* и др.
2. **Домашнее хозяйство:**
 - поддерживать чистоту квартиры, не сорить и убирать за собой.
 - красивые комнатные цветы (луга в спальне).
 - чистое и приятно пахнущее постельное белье.
 - отчет о домашней расходе в специальной книге.
 - добросовестно выполнять каждым членом семьи конкретно определенную область домашних дел.

3. **Общение супругов:**
 - вежливость, культура поведения за столом, при общении и т.д.
 - отсутствие в общении *осуждения и притяжки* кого-либо.
 - отсутствие в общении между супругами (и детьми) *крика, грубости* (в т.ч. *интерактивной лекции*) и т.п.
 - беседы только на интересные супруга (супругу) и полезные (в т.ч. для детей) темы.
 - советы супругу (е) только по его (ее) личной просьбе (разрешению), и для детей те, которые могут принести им пользу (в окружающем мире не нанесут вреда) и др.
4. **Воспитание детей:**
 - воспитание детей в радости, красоте, доброте;
 - уважение, открытые дети;
 - положительный личный пример детям; и др.
5. **Взаимное совершенствование духовного мира супругов и детей:**
 - радость ежедневного (ежедневного) взаимосовершенствования духовного мира, при посредстве Домашнего досугового центра; и др.
6. **Здоровый образ жизни:**
 - приготовление вкусной, полезной, здоровой пищи.
 - подвижность (стривость, в т.ч. ровным шагом) фигура, контроль за весом тела, ежедневная утренняя физическая зарядка и контрастный душ (лажное обтирание тела);
 - отсутствие вредных привычек; и др.
7. **Общение с окружающими людьми:**
 - коммуникативность, вежливость, чистота при общении с соседями.
 - добрые, вежливые, ласковые, преданные, высокодуховные (дружбы) партнеры.
 - доброта, вежливость, внимание и забота, любовь ко всем людям; и др.

УДК 316.356 2:37.037 Т 76 Трофимчук А.Г. Гармония семейной жизни - Новочеркасск, 2008.
 ББК 47.7 © Трофимчук А.Г., 2008 г.

Список литературы

1. Генезис. Записки счастливых родителей [Электронный ресурс]. URL: http://vk.com/mc_genesis (дата обращения: 14.01.2016).
2. Трофимчук А.Г. Гармония семейной жизни на основе общечеловеческих ценностей // Психология и жизнь: психологические проблемы современной семьи: Материалы международной научно- практической конференции 24–25 ноября 2011 г. в Минске / Белорусский гос. пед. ун-т. Минск: БГПУ, 2011. С.49-52.
3. Трофимчук А.Г. Дневник самовоспитания студента// Модернизация педагогического процесса в контексте современной российской педагогической реформы. Материалы региональной научно - практической конф.27мая 2008г. / Донской госуд. аграр. ун-т. пос. Персиановский: ДонГАУ,2008. С.77-79.
4. Трофимчук А.Г. Общечеловеческие ценности здорового образа жизни //Здоровый образ жизни как социально – психологический феномен: сборник материалов Международной научно-практической конференции (Биробиджан 19-20 апреля 2012 года) / Амурский гос. ун-т:Биробиджанский фи - л. - Биробиджан, 2012.С.15-25.
5. Трофимчук А.Г. Неменуша Т.А.Калабердина О.Ю. Опыт организации занятий с обучающимися СОШ по инновационному предмету «Нравственные основы повседневной жизни» //Инновации в технологиях и образовании: сб. ст. участников VIII Международной научно-практической конференции «Инновации в технологиях и образовании», 5-6 марта 2015 г.: в 5 ч. / Филиал КузГТУ в г. Белово. – Белово: Изд-во филиала КузГТУ в г. Белово, Россия; Изд-во ун-та «Св. Ки- рилла и Св. Мефодия», Велико Тырново, Болгария, 2015. – Ч. 4. С.204-2013.
6. Трофимчук А.Г. Организация подготовки студентов вуза к семейной жизни // Традиции и инновации в образовательном пространстве России, ХМАО– Югры, НВГУ: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (г.Нижевартовск, 26 марта 2014 г.) / Нижневартровский гос.ун-т. – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. ун-та, 2014. С.302-306.
7. Трофимчук А.Г. Психолого-педагогические основы рождения здорового и беспроблемного ребёнка // Развитие российского здравоохранения на Кузбасский государственный технический университет имени Т.Ф. Горбачева 19-22 апреля 2016 г., Россия, г. Кемерово

современном этапе: материалы Второй Всероссийской медицинской научно - практической конференции (10 – 11 апреля 2014 г. Мурманск) / Мурманский обл. мед. ИАЦ. – Мурманск: Эдитус, 2014. С.130-138.

8.Трофимчук А.Г. Процесс воспитания – как смысл жизни //НАУКА. ОБРАЗОВАНИЕ. КУЛЬТУРА: материалы Международной научно-практической конференции, посвященная 23-ей годовщине образования Комратского государственного университета, 7февраля 2014г. Комрат (Молдавия) / Комратский гос.ун-т. – Комрат: КГУ, 2014. С.318-321.

9.Трофимчук А.Г. Самовоспитание студентов на основе общечеловеческих ценностей //Педагогические инновации: традиции, опыт, перспективы: материалы международной научно-практической конференции, Витебск, 3 мая 2012 г. / Витебский гос. ун-т. – Витебск: Издательство УО «ВГУ им. П. М. Машерова», 2011.С. 31-34.