

СЕМЕЙНЫЕ ПРАВИЛА



Семейные правила – это маленькие законы, которые показывают, что в семье позволено, а что нет, что считается хорошим и плохим.

В чем их польза?

Семейные правила помогают семье лучше ладить, делают жизнь более прогнозируемой, позитивной и мирной для всего семейства, придают устойчивость личности и семьи в целом.

Формулирование правил – это возможность для всех членов семьи, в том числе и для детей, научиться обозначать свои границы, не ранив при этом чувства других. А также научиться сообщать близким о своих потребностях, тем самым заботиться и о себе, и о семейном климате.

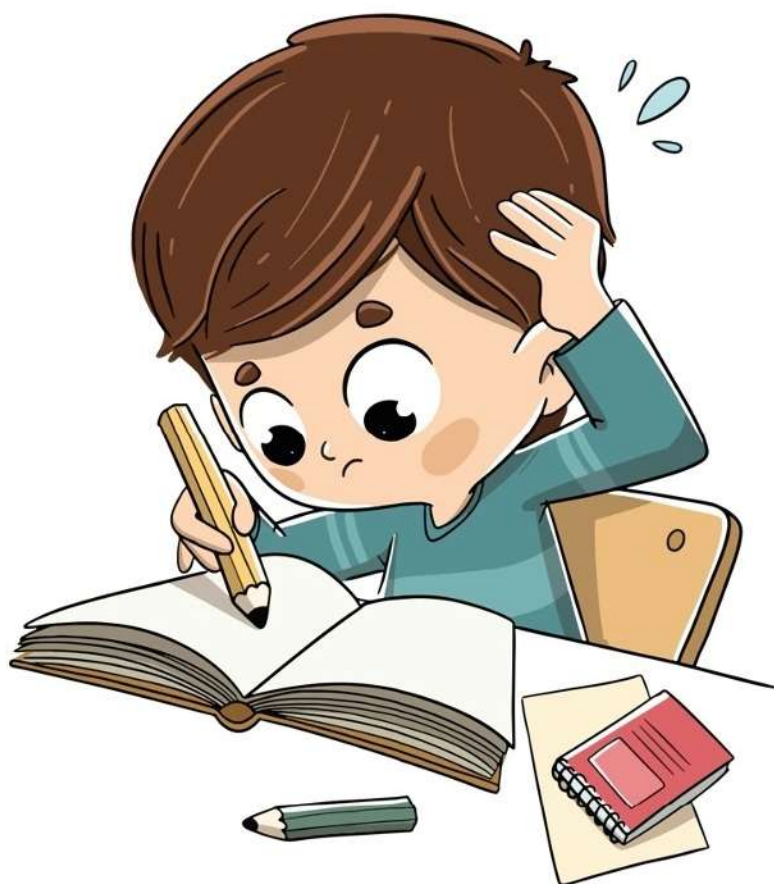
Благодаря правилам каждый член семьи хорошо знает свои права и обязанности.



Кто устанавливает семейные правила?

Во время установления семейных правил полезно участвовать всей семье, чтобы не создать впечатление выдвинутых требований, с которыми дети или даже некоторые взрослые могут вступить в сопротивление. Не участвуют только малыши младше 3-х лет.

Итоговый список обязательно должен включать правила, предложенные детьми. Это позволит им почувствовать себя причастными к созданию свода правил и поможет более ответственно относиться к их выполнению.



При необходимости или изменениях правила можно пересматривать и вносить корректировки.

Как следовать семейным правилам?

- ✓ **Красиво оформите свод правил и повесьте их на видное место. Сам процесс его оформления может превратиться в увлекательное творческое действие, объединяющее семью.**
- ✓ **Чем короче инструкции и сам список, тем лучше для запоминания детей.**
- ✓ **Семейные правила должны соответствовать возрастным особенностям и возможностям детей.**
- ✓ **Для успешного внедрения лучше добавлять новые пункты, согласовывая их с семьёй, когда старые будут исправно использоваться.**
- ✓ **Оговорите, каковы последствия невыполнения правил. Здесь речь не идет о наказаниях. Скорее о законе причины и следствия. Должны быть свои последствия за пренебрежение семейными правилами.**
- ✓ **Установленные правила должны распространяться на всех членов семьи. Если родители ограничивают ребенка в компьютерных играх, но при этом сами часами играют у него на глазах, он будет переживать такое правило как несправедливое, одностороннее требование.**



Какие бывают семейные правила?

В каждой семье свои правила. Вот, примеры некоторых семейных правил:

- ✓ Пристёгиваться, когда садишься в машину.
- ✓ Выслушивать мнение или сообщение, которое говорится, и только потом отвечать.
- ✓ Говорить дома спокойным голосом.
- ✓ Позвонить, если задерживаешься.
- ✓ Держать свое слово.
- ✓ Сообщать, когда планы меняются.
- ✓ Убирать вещи, которыми пользуешься.
- ✓ Складывать одежду сразу.
- ✓ Убирать за собой посуду.
- ✓ Убирать беспорядок, если устроил его.
- ✓ Попросить, а не просто взять, если хочешь, что-то одолжить.
- ✓ Ложь недопустима.

