

 **Семейные правила**

Семейные правила – это маленькие законы, которые показывают, что в семье поз-

лено, а что нет, что считатается хорошим и плохим,

**В чем их польза?**

 Семейные правила помогают семье лучше ладить, делают жизнь более прогнозиру-

 емой, позитивной и мирной для всего семейства, придают устойчивость личности

 семьи в целом.

 Формулирование правил – это возможность для всех членов семьи, в том числе и

 для детей, научиться обозначать свои границы, не раня 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.

**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.

**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 учавствуют только малыши

младше 3-х лет.

Итоговый список обязательно должен включать правила, предложенные детьми. Это позволит им почувствовать себя причастным к созданию свода правил и поможет более отвественно 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 действо,

объединяющее семью,

* Чем короче инструкции и сам список, тем лучше для запоминания детей.
* Семейные правила должны соотвествовать возрастным особенностям и

возможностям детей.

* Для успешного внедрениялучше добавлять новые пункты, согласовывая их с

семьей, 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 запренебрежение семейных правилами.

* Установленные правила должны распространяться на всех членов семьи. Если

Родители ограничевают реьенка в компьютерных играх, но при этом сами

часами играют у него на глазах, он будет переживать такое правило как

несправедливое, одностроннее требование.

тргрг