



---

---



---

---

# Семейни правила (въпросници за възпитанието вкъщи)



---

---



---

# Семейни правила (въпросници за възпитанието вкъщи)

---

*от Стоян Георгиев*

**Semeistvo.bg**  
Твоята най-ценна инвестиция

Copyright © 2017-2018. Semeistvo.bg.

Може да се споделя, като се цитира източника. За повече информация пишете на [stoian.georgiev@semeistvo.bg](mailto:stoian.georgiev@semeistvo.bg).



## За Semeistvo.bg:

*Екипът на Semeistvo.bg има за наша мисия през следващите пет години да достигнем 50 000 български семейства с образователните ни програми и да им помогнем да изградят удовлетворяващи семейни отношения.*

**Ако посещавате за първи път сайта ни, не пропускайте да се абонирате за актуални новини и полезна информация в сферата на семейните отношения оттук:**

**[www.semeistvo.bg/стани-абонат](http://www.semeistvo.bg/стани-абонат)**

## Инструкции за използване на въпросниците и правилата

Всички ние се нуждаем от ясен план за възпитанието на децата!

Принципите на възпитание и насърчаване на детето към отговорно поведение не могат да бъдат налучкани само интуитивно – те трябва да се дефинират конкретно.

Това е и целта на този ресурс – да ви даде ясна насока при отглеждането и възпитанието на вашите деца.

Нека сега да разгледаме етимологията на думата дисциплина, тъй като от нейното осъзнаване зависи и методите, които ще използваме.

Латинската дума за това е “discipulus”, съдържаща в себе си две производни – “discere” (уча се) и “pupil” (ученик). В същността си това означава тренировка или инструкция, чрез които се предполага да бъде предизвикан специфичен модел на поведение, развитие на характера и морално и умствено подобрене.

Речникът на Уебстър дефинира думата дисциплина като отрасъл на познанието или ученето; обучение, което развива самоконтрол и порядък у личността.

Още от самото определение става ясно, че децата не могат да възпроизведат от само себе си правилен начин на поведение – отговорност, несебични отношения или правилни решения.

Необходимо е те да са тренирани и обучени, а не да бъдат оставени на своите собствени импулси. Качествата на личността могат да бъдат усвоени единствено чрез родителя при многократни и последователни повторения в къщи.

Каквато и представа за възпитанието да изниква сега в съзнанието ви, тя най-вероятно отразява вашите собствени преживявания от детството. Не е ли интересен фактът, че начинът, по който сме били третирани като деца, определя и методите, които използваме при възпитанието на нашите собствени деца в къщи?

Е, време е да променим това!

Детайлна информация за възпитанието на децата и отговори за най-предизвикателните детски поведения, като *лъжене, егоизъм, отговаряне, мързел, неучтивост, прекаляване с медията* и много други, можете да намерите в моята книга “30 въпроса от родителството”.

Още не си взел книгата? Последвай този линк за по-подробна информация:

<http://semeistvo.bg/30-въпроса-от-родителството/>

## **Стъпка 1: Определете собствения стил на родителство**

За да постигнем съгласие при възпитанието на нашите деца първо е необходимо да разберем какви са нашите склонности и склонностите на нашия партньор (освен, ако отглеждаме сами децата си). Всеки от партньорите идва от различна семейна среда, имал е различен опит, наблюдения и преживявания, които неизменно се отразяват върху начина, по който той/тя третира и собствените си деца на свой ред.

Ако например в живота на един мъж бащата е бил жесток и суров при методите за възпитание, които е използвал, възможни са две крайности в поведението – едната е да стане същия като своя родител, а втората – да реши, че няма да допусне детето му да преживее подобен стрес и да отхвърли изцяло всички методи на възпитание. За съжаление ми се е налагало да говоря с мъже и от двата спектъра на крайно поведение.

Използвайте Въпросник 1, за да разберете кой е вашият стил на родителство. Този инструмент ще ти помогне да си направиш честна самооценка по отношение на твоя стил като родител – *авторитарен, снизходителен или авторитетен*. Приложен правилно, принципът на реалната дисциплина ще помогне на детето да взема правилни решения, не просто защото някой изисква това от него – то ще ги прави, понеже се е убедило от опит, че наистина си струва! Споделете с партньора си какво мислите Вие, но също попитайте какво е и

неговото/нейното мнение по въпроса, защото е напълно възможно те да се различават.

Целта е да установите кои са крайностите в поведението ви като родители (ако разбира се, са налице такива), а също и кои са **характеристиките на авторитетния родител**, към които да се стремите целенасочено.

Авторитетният подход не се занимава с нараняването на емоциите на детето – липсват натякване, викане, обиди или отдръпване. То е третирано с уважение, респект и изборът му се зачита. Но този подход не оставя също и нещата без последствия – детето понася ударите на реалността.

Какви родители сте в крайна сметка – авторитарни, снизходителни или авторитетни? Отделете повече време в разговор по темата – как вашият стил на родителство е повлиял върху децата ви? Какви промени можете да извършите?

## **Стъпка 2: Изгответе стратегия за възпитание**

С моите клиенти сме използвали Въпросник 2, за да се протегнем заедно към хаоса от емоции и неосъзнати действия и да създадем реалистична система на поведение, която отразява принципа на реалността, споменат по-горе. Искаме тази система да отразява принципа на авторитетно родителство, а не на авторитарното или снизходителното отношение.

Използвайте Въпросник 2. за вашите деца, като всеки от партньорите запише своите предложение за конкретни последствия, които да осигурите, след определено поведене, което желаете да коригирате. Ако например детето ви разхвърля играчките си по пода без да се грижи за тях и редовно ги чупи, тогава едно възможно последствие би било да го уведомите, че ако продължава да прави това, ще се наложи да ги съберете и да ги върнете след една седмица или месец например. После изпълнете именно онова, което сте казали без изключения!

Много е важно всеки от партньорите да даде своите предложения, след което да изготвите единен план за действие. Ако ви е трудно да постигнете съгласие, свържете се с нас и ще се радваме да помогнем!

### Стъпка 3: Съставете механизъм за насърчение

Следващата ви цел (Въпросник 3) ще бъде да създадете система на насърчение. Без нея е напълно възможно децата ви да изгубят мотивация за усилията, които полагат.

Заедно опишете какви ще бъдат основните отговорности, които се очакват от детето (например оправяне на леглото, измиване на зъбите, разтребване на стаята с играчките и т. н.), които ще получат словесно насърчение. Опишете също в какви ситуации ще правите изненади на вашето дете. Създайте възможности и за лично печелене на финанси у дома.

Това е една от най-мотивиращите стратегии, които ще предизвикат детето ви да развие своя потенциал и да се научи да работи. Свършването на някоя извънредна работа къщи, помагането при почистването на колата или пък помагането на мама в домакинската работа са все възможности, които можете да осигурите на детето, за да печели пари.

Доброволни дейности – при никакви обстоятелства не позволявайте на детето да развие манталитет от типа “Дай ми, за да ти дам!”. То трябва да е наясно, че като част от вашето семейство, много от неговите дейности ще бъдат извършвани доброволно, без заплащане.

**Накрая – разпечатайте списъка с правила за цялото семейство от последната страница (или ползвайте идеи за Ваш собствен) и го окачете на видно място, за да е видим от всички!**

Надявам се, че съм бил полезен - ако имате допълнителни въпроси, не се колебайте да ми пишете на [stoian.georgiev@semeistvo.bg](mailto:stoian.georgiev@semeistvo.bg).

Детайлна информация за възпитанието на децата и отговори за най-предизвикателните детски поведения, като *лъжене, егоизъм, отговаряне, мързел, неучтивост, прекаляване с медията* и много други, можете да намерите в моята книга “30 въпроса от родителството”.

Още не си взел книгата? Последвай този линк за по-подробна информация:

<http://semeistvo.bg/30-въпроса-от-родителството/>



# Какъв е вашият стил на родителство?

## Характерни черти на авторитарния стил на родителство:

- натякване: непрекъснато напомняне на минали грешки;
- заплашване: вербално нараняване;
- контрол: непрекъснат надзор, липса на свобода;
- емоционално отдръпване: непозволяване на детето да изрази емоциите и да бъде себе си;
- често използвани думи и изрази: “Трябва...”, “Защо...”, “Ти никога не правиш...”, “Винаги се проваляш в...”, “Как можа?!”

## Характерни черти на снизходителния стил на родителство:

- не дисциплинира детето;
- често предлага “подкупи” и награди;
- готов е да купи и да направи всичко за детето си;
- зависим е от емоциите на детето;
- често използвани думи и изрази: “Моля те”; “Ама ние правим всичко за теб”, “Ако направиш... ще получиш...”; “Ще ти се обидя!”

## Характерни черти на авторитетния стил на родителство:

- дава възможност на детето само да избере какво да прави и след това осигурява нужните последици;
- не заплашва, вика и обвинява, а въздава справедливо за извършените действия;
- умее да изслушва детето, да вниква в неговата гледна точка и да подхранва по любящ начин емоциите му;
- не позволява да бъде манипулиран;
- често използвани думи и изрази: “Ти решаваш.”, “Може би имаш право. Аз обаче смятам, че...”, “Какво предпочиташ?”.

*Кой е вашият стил на родителство? Какво мислите Вие? А партньорът Ви?  
Как това е повлияло на отношението към детето или децата ви?*

МЪЖ	ЖЕНА

## Стратегия за възпитание в семейството

Заедно с партньора си опишете и обсъдете конкретното поведение и възможните варианти за възпитание на детето/децата. Обединете отговорите си и намерете решение, което отговаря ценностите и на двамата ви, опишете го на отделен лист за всяко дете.

Име на детето:

Предложения на мъжа:

ПОВЕДЕНИЕ	КОРЕКЦИЯ

Предложения на жената:

ПОВЕДЕНИЕ	КОРЕКЦИЯ

# Система за насърчаване на отговорно поведение

Име на детето:

В какви ситуации ще насърчаваме поведението на \_\_\_\_\_ с думи?

В какви ситуации ще правим изненади и подаръци на детето си?

Кои са дейностите у дома, срещу които \_\_\_\_\_ ще получава заплащане?

В какви доброволни дейности в семейството и извън него ще участва \_\_\_\_\_?

## НАШИТЕ СЕМЕЙНИ ПРАВИЛА

1. Ние се уважаваме;
2. Ние се обичаме и подкрепяме;
3. Казваме винаги истината;
4. Ние поставяме интересите на другите членове на семейството по-високо от нашия собствен;
5. Ние говорим спокойно и любезно с останалите;
6. Ние не се нараняваме взаимно с думи или действия;
7. Ако някой се нуждае от корекция, коригираме го с любов;
8. Когато някой се извини, ние му прощаваме;
9. Когато някой е тъжен, ние го утешаваме;
10. Когато някой е радостен, ние се радваме заедно с него;
11. Когато имаме възможност да споделяме нещо хубаво, споделяме го;
12. Когато имаме работа за вършене, свършваме я без да се оплакваме;
13. Грижим се за нашите вещи;
14. Не създаваме ненужна работа за другите;
15. Когато отворим нещо, затваряме го;
16. Когато вземем нещо, връщаме го обратно;
17. Когато включим нещо, после го изключваме;
18. Когато изцапаме нещо, почистваме го;
19. Когато не знаем какво да направим, питаме;
20. Когато излезем някъде се държим по същия начин както, когато сме вкъщи;
21. Когато нарушим тези правила, приемаме любяща корекция.