**Milí rodičia a deti!**

 Ďalší týždeň je za nami. Verím, že ste ho v pohode zvládli a nestratili ste vieru a dobrú náladu. Situácia je stále vážna, ste v karanténe a strážia vás vojaci i policajti. Verím, že dodržiavate opatrenia a staráte sa o seba a svojich blízkych.

 Dnes som si pre Vás pripravila tému o pravidlách rodiny. Je to veľmi dôležitá téma, pokiaľ chcete mať slušne vychované deti, za ktoré sa nebudete hanbiť. Poviem Vám, prečo je dobré mať nastavené pravidlá doma, ako si ich pripraviť a na konci som si pre Vás pripravila príklad ako by také pravidlá rodiny mali vyzerať. Tak poďme na to!

**Pravidlá rodiny**

 Najprv si povieme niečo o pravidlách a prečo sú v živote dôležité. Pravidlo, čo to vlastne je? Od mala počúvame, že musíme dodržiavať pravidlá. Používajú sa všade, určujú hranicu „odkiaľ – pokiaľ“ a popisujú logické následky, ktoré sa s porušením tej hranice spájajú.

Pravidlá nám dodávajú istotu, bez nich by bol na svete chaos. Potrebujeme ich my a takisto ich potrebujú naše deti. Nielen v škôlke a v škole, ale aj v rodine by mali byť nastavené pravidlá. Vďaka nim dieťa vie, ako sa má správať, dokáže sa orientovať vo svete, ľahšie sa osamostatní a viac si verí. Pravidlá rodiny sa týkajú všetkých členov rodiny, ktorí žijú v jednej domácnosti. Ich cieľom je nastaviť pohodu a pokoj. A to za to stojí, nie?

Keď sa rozhodnete napísať si Vaše rodinné pravidlá, urobte to spoločne, celá rodina. Povedzte návrhy, vyberte z nich tie najdôležitejšie a zároveň pre Vás i Vaše deti splniteľné. A nezabudnite, že dodržiavať ich musíte všetci, aj Vy, rodičia. Na začiatok si dajte len pár pravidiel, pri každom jasne, názorne vysvetlite deťom, čo tým myslíte, povedzte príklad ako sa majú správať, ako nie a uistite sa, že to pochopili. Keď sa dohodnete, napíšte si ich na papier a zaveste na chladničku alebo na stenu. Aby boli stále na očiach. Neskôr môžete pravidlá doplniť, prípadne aj zmeniť.

Pri väčších deťoch si môžete dohodnúť aj tresty, ale nemyslím tým, že budeme deti biť. Keď niekto 3 krát po sebe poruší dané pravidlá, dostane trest. Môže to byť napríklad: zákaz hrania s mobilom, tabletom, počítačom na jeden alebo viac dní, zákaz pozerania televízie alebo obľúbeného programu, zákaz ísť von za kamarátmi, alebo hocičo iné, čo má dieťa rado a na čom mu záleží. Takisto to môže byť nejaká činnosť, napríklad, že musí upratovať, pomôcť mame, umývať celý týždeň riad, a iné. Trest musí platiť pre všetkých členov, takže aj pre Vás, rodičov. Čo myslíte, dokázali by ste prežiť deň bez pozeranie televízie? 😊

Už Ján Amos Komenský hovoril, že rodina je základnou jednotkou, v ktorej dieťa spoznáva vzťahy, učí sa byť členom spoločnosti. V rodine sa učí tie najzákladnejšie pravidlá fungovania medzi ostatnými ľuďmi.

Deti, ktoré sú navyknuté od mala na pravidlá, vedia ako sa majú správať, nielen doma, ale neskôr v škôlke, v škole, u doktorky, v obchode. Keď deti nevedia, ako sa slušne správať, neskôr môžu mať problémy. Nedostatok rodičovskej výchovy sa neskôr doháňa veľmi ťažko. Práve preto sú pravidlá rodiny výborným pomocníkom pri výchove detí.

Na ďalšej strane som Vám pripravila príklad pravidiel rodiny, môžete si vybrať tie, ktoré sa Vám páčia, doplňte si iné, napíšte si ich všetky na papier a hlavne sa ich snažte všetci dodržiavať.

Prajem Vám veľa zdravia a držím palce pri dodržiavaní pravidiel.

 Mgr. Daniela Juščáková

 sociálny pedagóg

PRAVIDLÁ RODINY

* správame sa k sebe slušne
* hovoríme si pekné slová
* počúvame sa navzájom
* navzájom sa podporujeme
* neubližujeme nikomu
* nekričíme na seba
* pomáhame si
* vždy hovoríme pravdu
* dodržiavame sľuby
* hovoríme prosím a ďakujem
* delíme sa s ostatnými
* robíme všetko ako najlepšie vieme
* veľa sa smejeme
* objímame sa
* ospravedlníme sa, keď je to potrebné
* usmievame sa vždy, keď môžeme

