

# Плакат семейных правил

Печатные карточки для плаката: пять ясных договорённостей, картинки действий, способ напомнить и дата семейного пересмотра.

Плакат не должен превращать дом в учреждение с десятками запретов. Его задача - сделать видимыми до пяти действительно нужных договорённостей. Каждая карточка описывает действие, которое можно показать или нарисовать. Если правило требует от ребёнка перестать злиться, всегда быть весёлым или угадывать слово «нормально», перепишите его до печати.

## Как собрать плакат

1. Выберите одну повторяющуюся ситуацию, а не «всё плохое поведение».
2. Спросите, что правило защищает: безопасность, уважение, отдых, общее пространство или предсказуемый ритм.
3. Сформулируйте нужное действие утвердительно и коротко.
4. Проверьте, могут ли взрослые выполнять свою часть и подготовлена ли среда.
5. Нарисуйте символ вместе с ребёнком и повесьте карточку там, где происходит действие.
6. Через неделю обсудите, помогала ли она. Изменить или снять правило допустимо.

## Карточка 1

Нам важно: \_\_\_\_\_

Поэтому мы: \_\_\_\_\_

Где это действует: \_\_\_\_\_

## MOTIKIDS · СЕМЕЙНЫЙ МАТЕРИАЛ

Плакат семейных правил

Нарисуй нужное действие: [ ]

Напоминаем фразой: «\_\_\_\_\_»

Если забыли: \_\_\_\_\_

### Карточка 2

Нам важно: \_\_\_\_\_

Поэтому мы: \_\_\_\_\_

Где это действует: \_\_\_\_\_

Нарисуй нужное действие: [ ]

Напоминаем фразой: «\_\_\_\_\_»

Если забыли: \_\_\_\_\_

### Карточки 3-5

| № | Что защищаем | Что делаем | Символ | Как напоминаем | Как исправляем |
|---|--------------|------------|--------|----------------|----------------|
| 3 | _____        | _____      | [ ]    | _____          | _____          |
| 4 | _____        | _____      | [ ]    | _____          | _____          |
| 5 | _____        | _____      | [ ]    | _____          | _____          |

## MOTIKIDS · СЕМЕЙНЫЙ МАТЕРИАЛ

Плакаты семейных правил

Примеры, которые можно адаптировать

- Вместо «не устраивать бардак»: «После игры детали возвращаются в подписанную коробку».
- Вместо «не орать»: «Говорим по одному; можно попросить паузу».
- Вместо «вести себя хорошо за столом»: «Не обзываем еду и людей; отказаться можно словами».
- Вместо «слушаться сразу»: «При сигнале безопасности останавливаемся; обычные дела выполняем к договорённому времени».
- Вместо «уважать личное пространство»: «Перед входом в закрытую комнату стучим и ждём ответа».

## Недельная проверка

Дата: \_\_\_\_\_ Участвуют: \_\_\_\_\_

- ☐ Все одинаково понимают действие.
- ☐ Ребёнок физически и по навыкам может его выполнить.
- ☐ Взрослые показывают тот же принцип своим поведением.
- ☐ Одного спокойного напоминания обычно достаточно.
- ☐ Исправление связано с ситуацией, а не унижает.
- ☐ Правило помогло жизни, а не только увеличило контроль.

Закончите тремя вопросами: «Что стало легче?», «Где правило не сработало?», «Нужно изменить слова, место или саму среду?». Плакат остаётся рабочим черновиком семьи. Дата пересмотра: \_\_\_\_\_.

## MOTIKIDS · СЕМЕЙНЫЙ МАТЕРИАЛ

Плакат семейных правил

### Карточка исключения

Исключение не нужно писать как лазейку на каждый день. Оно описывает редкое условие и способ вернуться к правилу.

Обычная договорённость: \_\_\_\_\_

Редкая ситуация: \_\_\_\_\_

Кто сообщает об исключении и когда: \_\_\_\_\_

Что сохраняется обязательно: \_\_\_\_\_

Когда возвращаемся к обычному правилу: \_\_\_\_\_

Пример: «Обычно телефоны заряжаются вне спальни. Если взрослый дежурит по работе, он предупреждает до вечера, отключает необязательные уведомления и утром возвращает устройство на общее место». Исключение не объявляют после нарушения задним числом.

### Карточка спокойного исправления

Замечаем без ярлыка: «Сейчас \_\_\_\_\_». Напоминаем действие: «Наша договорённость \_\_\_\_\_». Исправляем следствие: \_\_\_\_\_ Позже проверяем среду: \_\_\_\_\_

Не заполняйте графу «наказание». Сначала ищите связанное исправление: воду вытереть, проход освободить, разбросанные детали вернуть в коробку, прерванный разговор продолжить после паузы. Опасное действие взрослый останавливает немедленно независимо от карточки.

## MOTIKIDS · СЕМЕЙНЫЙ МАТЕРИАЛ

Плакат семейных правил

Перед печатью прочитайте каждую карточку вслух. Зачеркните слова «нормально», «хорошо», «быстро» и «всегда», если семья не может одинаково показать их смысл. Оставьте свободное место: ребёнку проще узнать собственный рисунок, чем ещё одну декоративную иконку взрослого. Плакат обновляют на семейном совете, а не во время наказания.

### РОДИТЕЛЮ

Начните с одной карточки и добавляйте новую после недельной проверки. Плакат не используется для публичного подсчёта нарушений.