

CZY JESTEŚMY SKAZANI NA CHAOS?
DLACZEGO WARTO WDRAŻAĆ ZASADY DOMOWE?



**WYKŁAD
ON-LINE
13 MAJA
godz. 19:30**

**PRELEGT
JANUSZ WARDAK**



KONTAKT: SEKRETARIAT@STERNIKPRUSZKOW.EDU.PL



CZY JESTEŚMY SKAZANI NA CHAOS?

Warto stawiać istotne pytania

- Jaki jest cel naszego małżeństwa? Dlaczego jesteśmy razem?
- Jaką chcielibyśmy widzieć naszą rodzinę za kilka lub kilkanaście lat?
- Czego pragniemy dla siebie jako małżonków? Co w związku z tym powinniśmy robić?
- Czego chcemy dla swoich dzieci? Czego powinniśmy je zatem nauczyć?
- Priorytety życiowe? Zasady? Planowanie czasu?

Wspólny czas

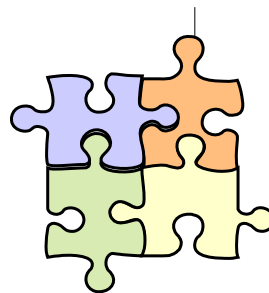
- „Ludzie robią to, co chcą”
- Brak czasu? – rodzi pytanie o priorytety
- Po pierwsze – określić priorytety (duże kamienie)
- Po drugie – weryfikować zgodność tego, co robimy z deklaracjami
- „ – *Nie mam czasu na takie rzeczy!*
– *Nie masz czasu, żeby ich nie robić!*”

Czas...

- Czas dla męża/żony!!! (codziennie, raz w tygodniu, raz w roku)
- Indywidualny dla każdego dziecka
- Wspólny dla całej rodziny:
- Spotkania rodzinne
- Posiłki
- Modlitwa
- (pasje, wyjazdy?)

Dlaczego zasady?

- Są ważne, ponieważ:
 - porządkują rzeczywistość
 - dają poczucie bezpieczeństwa
 - pozwalają uniknąć wielu konfliktów i niepotrzebnych dyskusji
 - umożliwiają lepsze wykorzystanie czasu

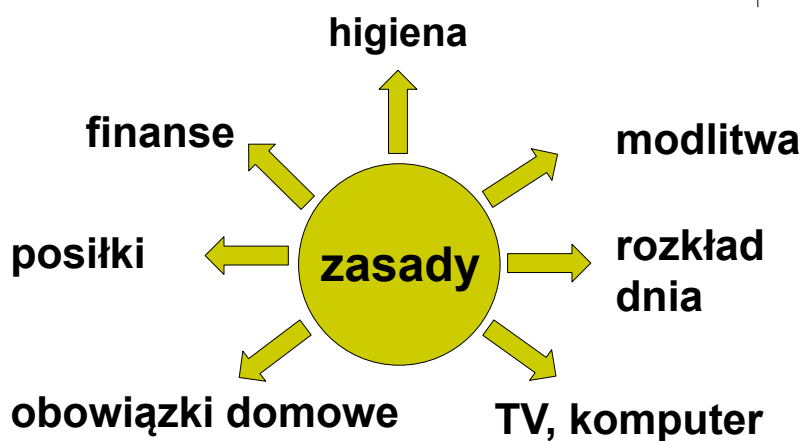


Czy zasady powinny być spisane?

- tak, bo inaczej szybko o nich zapominamy
- tak, bo dzięki temu pomagamy sobie wzajemnie w ich przestrzeganiu
- mogą przyjąć formę:
 - kodeksu rodzinnego
 - listy obowiązków domowych
 - planu dnia
 - kalendarza rodzinnego



Czego mogą dotyczyć?



Jak wprowadzać zasady?

- Kierując się rozumem, a nie emocjami
- Po kolei! – nie wszystko na raz
- Ustalenie priorytetów – jednakowych dla męża i żony
- Poinformowanie reszty rodziny (dzieci, dziadkowie)
- Z optymizmem i w duchu sportowej walki (wytrwałość w obliczu wyzwań)

Budowanie kultury rodzinnej (I)

- Kultura jako styl bycia i atmosfera panująca w rodzinie, czyli:
 - sposób komunikowania się (ton, kod ograniczony lub rozbudowany)
 - tematy rozmów (wysokie/przyziemne)
 - ogólna atmosfera panująca w domu (dzieci chłoną ją jak gąbki)
 - Nasze otoczenie (zabawki, czasopisma, TV)

Budowanie kultury rodzinnej (II)

- Kultura jako rytuały i tradycje pomagające tworzyć tożsamość i niepowtarzalny charakter danej rodziny
- Kultura jako zbiór wytworów materialnych – przedmiotów dokumentujących historię rodziny (zdjęcia, listy, pamiątki, kroniki, księgi wypraw, roczniki itp.)
- Kultura jedzenia, pracy, rozrywki

Najważniejsze sfery działania

- Posiłki – razem czy osobno? Miejsce? Estetyka, dobre obyczaje (dostrzeganie innych, hierarchia, rola Pani domu)
- Kultura Pracy – miejsce, wyznaczony czas, porządek (plan, lista zadań, wykorzystywanie „skrawków” czasu)
- Odpoczynek – nie oznacza lenistwa. Pewien plan i porządek, jakie rozrywki (budujące czy służące „zabiciu czasu”?)

Kalendarz domowy

- Pomaga rozmieścić „największe kamienie”
- wydarzenia rodzinne i mniej oczywiste święta
- imprezy szkolne, mecze, występy



Świętowanie dawniej i dziś

Wydarzenie	Dawniej	Dziś
Narodziny	Dom	Szpital
Chrzest	Dom	Restauracja
Wielkanoc	Dom	Mazury
Boże Narodzenie	Dom	Egipt
I Komunia	Dom	Restauracja
Imieniny	Dom	Sala zabaw
Wesele	Dom	Dom weselny
Rocznica ślubu	Dom	Sala bankietowa
Pogrzeb	Dom	Dom pogrzebowy

Wielkie święta

- „Święta, święta i po świętach?”
- Boże Narodzenie
 - przed: roraty, kartki, przygotowanie (cała rodzina)
 - w trakcie: prawdziwie rodzinnie
 - po: kolędy, być dla innych
- Wielkanoc



Mniejsze święta

- święta:
 - religijne
 - narodowe
- rozmowa przy stole
- flaga przed domem
- słodki podwieczorek



Święta rodzinne

- Rocznica ślubu
 - inne rocznice małżeńskie
- Urodziny/imieniny
 - dla każdego w domu
 - dla chłopców
 - dla dziewcząt
- I Komunia Św.
 - prezenty?



Niedziela

- Inne tempo życia
- Inny strój
- szczególne zwyczaje
 - wszystkie posiłki
 - odświętny strój
 - obrus i kwiaty
 - może czytanie Ewangelii
 - spotkanie rodzinne
 - wizyty u rodziny, znajomych, przyjmowanie gości

Podsumowując:

- Aby uniknąć chaosu w rodzinie potrzebujemy:
 - zasad i rytuałów rodzinnych
 - atrakcyjnej kultury rodzinnej
- Warto pamiętać o trzech podstawowych zasadach:
 1. Proaktywność (pisać własny scenariusz)
 2. Zaczynać z wizją końca (plan lotu)
 3. Najpierw rzeczy najważniejsze (taktyka)

Literatura

- Anna Murawska – „Stawiam na stół”
- Stephen Covey – „Siedem nawyków szczęśliwej rodziny”
- Maja Łozińska – „W ziemiańskim dworze”
- Tomasz Adam Pruszek – „O ziemiańskim świętowaniu”; „Ziemiańskie święta i zabawy”
- Maja i Jan Łozińscy – „W przedwojennej Polsce”
- Zygmunt Gloger – „Rok Polski w życiu, tradycji i pieśni”
- Anna Zadrożyńska – „Świętowania polskie”
- Gretchen Rubin – „Projekt szczęśliwy dom”

POWODZENIA!

Bezpłatny webinar

„Rodzinna Tarcza Antykryzysowa”

sobota, 16 maja, godz. 21:00,

zapisy na:

event.webinarjam.com/channel/RodzinniTarcza