

Moje miejsce w rodzinie

Karta aktywności dla klas 4–8 szkoły podstawowej



Potrzebne materiały:

1. czysta kartka,
2. kredki lub flamastry.

W ramach tej karty aktywności zapraszamy Cię do przyjrzenia się bliżej swojej rodzinie. Będziesz mieć okazję sprawdzić, jakie są granice Twoje i Twoich rodziców. Podczas wypełniania karty pojawi się również sposobność ku temu, by zastanowić się, co robić, aby relacje w rodzinie były lepsze – przyjemniejsze, bardziej zaangażowane i bliskie.

Jeśli masz ochotę, tę kartę aktywności możesz zacząć od rysunku własnej rodziny.

Teraz zapisz, jak czujesz się we własnej rodzinie.

.....
.....
.....
.....
.....

Odpowiedz na poniższe pytania (zaznacz właściwą odpowiedź):

1. Rodzice mogą decydować o tym, ile czasu dzieci mogą spędzać przed telefonem/komputerem TAK/NIE
2. Dzieci mogą decydować o tym, czy sprzątają swój pokój TAK/NIE
3. Rodzice mogą czytać pamiętniki dzieci TAK/NIE
4. Dzieci mogą decydować o tym, na jaki film iść do kina (niezależnie od oznaczenia wiekowego) TAK/NIE
5. Rodzice mogą decydować o tym, o której godzinie dzieci mają być w domu TAK/NIE
6. Dzieci mogą decydować o tym, co jedzą TAK/NIE
7. Rodzice mogą decydować o tym, jakie dzieci mają obowiązki w domu TAK/NIE
8. Dzieci mogą decydować o tym, z kim chcą się przyjaźnić TAK/NIE

Jeśli masz rodzeństwo, możesz zapytać o to, jak ono odpowiedziałoby na te pytania.

Zaproś mamę lub tatę, by odpowiedzieli na te pytania. Zobaczcie, przy którym pytaniu zaznaczyliście takie same odpowiedzi, a przy którym inne.

Porozmawiajcie o tym.

Zastanów się, co warto robić, by dbać o relacje w rodzinie. Weź kolorowe kredki/flamastry i stwórz odpowiedni plakat. Pokaż go rodzicom – niech dorysują własne propozycje. Może powiesicie go w widocznym miejscu i wprowadzicie te zasady do życia rodzinnego?

Poniżej znajdują się przykładowe propozycje mogące znaleźć się na plakacie:

1. Rozmowy na różne tematy – łatwe i trudniejsze
2. Szczerość i bycie sobą
3. Empatia, troska i zainteresowanie innymi
4. Myślenie o tym, co jest dobre dla wszystkich, współdziałanie
5. Praca nad sobą
6. Tworzenie okazji do bycia razem
7. Zrozumienie, że czasem każdy chce побыć osobno
8. Tworzenie różnych wspólnych tradycji
9. Wspólne rozmowy i decyzje o sprawach ważnych dla całej rodziny