

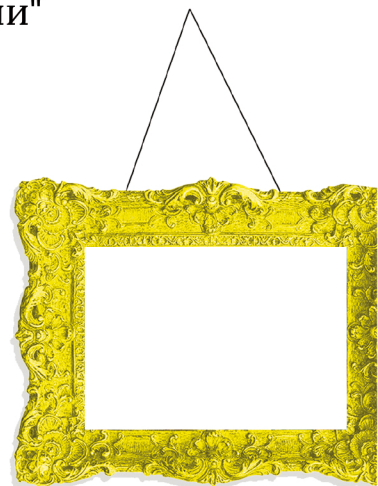


Росмолодежь

Ю л и а н а Ш е в ч е н к о

При поддержке Федерального агентства по делам молодёжи  
Проект "Крепкие и благородные семьи России"

ПРИХОДИТЕ  
ВОВРЕМЯ!



Образ

# Благородной семьи

ВЫ  
ОЧЕНЬ  
ЛЮБЕЗНЫ!



БЛАГОДАРЮ!





# ОБРАЗ БЛАГОРОДНОЙ СЕМЬИ

## Семейный этикет и имидж



Имидж семьи - это образ-представление, которое объединяет наиболее значимые характеристики семьи, раскрывающие ее психологический и эмоциональный микроклимат, воспитательный потенциал, внутренние взаимоотношения, систему ценностей и место в обществе.

Другими словами - это то, как каждая семья выглядит в глазах окружающих, демонстрирует тип общения внутри семьи и культуру поведения членов семьи дома и в общественных местах.

У каждой семьи существует свой определенный имидж – особенности взаимоотношений внутри семьи, использование членами семьи норм морали и правил этикета при общении с окружающими людьми, а также стиль воспитания детей.

### Составляющие семейного имиджа:

- характер межличностных отношений и общения;
- эстетика и уют в доме;
- манера поведения;
- личный имидж родителей и детей.

## ЭТИКЕТ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

### Свод правил семейного этикета:

- Любые ласковые семейные прозвища уместны только в узком семейном кругу.
- Неприемлемо обращаться к свекрови или теще, называя их «бабушкой». Если в силу сложившихся обстоятельств нет возможности называть родителей супруга/супруги «мама» или «папа», лучше обращаться к ним по имени-отчеству и на «Вы».
- Оказывать к друг другу знаки внимания супругам необходимо не только в обществе, но и дома. В противном случае дети переймут такое же отношение к родителям, не будут их уважать и считаться с их мнением.
- Не стоит приглашать в дом гостей, неприятных кому-либо из близких, желательно встречаться с ними на нейтральной территории.
- Соблюдать личные границы каждого домочадца. Под ними подразумеваются мнение, время, пространство и личные вещи.
- После приема пищи благодарить и спрашивать разрешение встать из-за стола, если это необходимо сделать раньше других.



## *Знаки внимания и нормы поведения, предписанные этикетом*

### **Рекомендации мужу:**

- подавать пальто жене как дома, так и в публичном месте;
- не заниматься чтением за обеденным столом;
- на мероприятии первый танец танцевать с женой;
- делать жене комплименты;
- всегда пропускать жену вперед, придерживая дверь;
- делать супруге мелкие подарки даже без повода, время от времени покупать цветы;
- в присутствии жены не оглядываться вслед другим женщинам;
- выходя из дома в нерабочие часы, сообщать о цели ухода и времени возвращения;
- высказывать похвалу кулинарным способностям супруги;
- иногда поинтересоваться тем, что делала жена в его отсутствие;
- помогать занять супруге свое место за обеденным столом и покинуть стол, отодвигая стул;
- открывать дверь автомобиля;
- держать зонт во время дождя.



### **Рекомендации жене:**

- подбирая одежду, учитывать вкусы и предпочтения мужа;
- чаще готовить любимые блюда супруга;
- не пользоваться личными предметами мужа, к примеру электробритвой, не наводить порядок в его ящике и портфеле;
- не подвергать сомнению компетентность супруга в предмете разговора;
- не критиковать мужа в присутствии детей и посторонних;
- не возражать против его естественной привязанности к матери;
- делать комплименты супругу;
- не говорить о достоинствах других мужчин.





## Семейные традиции и ритуалы

Сохранение семейных ритуалов создает ощущение внутрисемейного благополучия, а в сложные периоды (например, во время развода) снижает конфликтность и помогает детям адаптироваться к переменам, укрепить их ощущение себя продолжателями истории, традиций семьи и народа в целом.

### **Какие же традиции способны сблизить всех членов семьи и создать в доме атмосферу счастья и семейного единения?**

- Празднование дней рождения и семейных праздников.  
Благодаря таким обычаям и дети, и взрослые получают множество «бонусов»: предвкушение праздника, хорошее настроение, радость общения с семьей, ощущение своей нужности и значимости для близких.
- Домашние обязанности всех членов семьи.  
Когда малыш с малых лет приучается к своим домашним обязанностям, он начинает чувствовать себя включенным в жизнь семьи, учится заботиться о своих близких.
- Совместные игры с детьми.  
Делая что-то вместе с детьми, родители показывают им пример, учат разным навыкам, проявляют свои чувства.
- Семейный совет.  
Это «собрание» всех членов семьи, на котором решаются важные вопросы, обсуждаются насущные дела, строятся дальнейшие планы, планируется бюджет семьи и т.п.
- Традиции «кнута и пряника».  
У каждой семьи есть свои правила наказания ребенка и его поощрения. Главное для родителей – не увлекаться, ведь излишние требования взрослых могут сделать ребенка безынициативным и вялым или завистливым и обзленным.
- Ритуалы приветствия и прощания.  
Пожелания доброго утра и сладких снов, поцелуи, объятия при встрече или возвращении домой – все это является знаками внимания и заботы со стороны близких.
- Дни памяти умерших родных и близких.
- Семейные выходы в свет.  
Совместные прогулки, походы в театры, кино, на выставки, поездки и путешествия – эти традиции обогащают жизнь семьи, делают ее более яркой и насыщенной.
- Совместный шопинг.  
Семейные походы по супермаркетам и другим магазинам города – отличный способ поднять себе настроение, а заодно и научить младших ребятшек науке экономии, счету, правильному выбору вещей и полезных продуктов.
- Пикники на природе.  
Семейный регулярный отдых на природе может быть любым, в соответствии с желаниями и временем года – купание и сочные шашлыки, рыбалка всей семьей, ночные посиделки у костра с гитарой и чаем в котелке или даже сбор лекарственных трав для домашней аптечки.
- Путешествия.  
Море и пляж. Можно научить своих малышек держаться на воде, заняться дайвингом, съездить на интересные экскурсии, сделать самые потрясающие фотографии и от души повеселиться, чтобы потом было, что вспомнить.
- Новый год и Рождество.  
Подготовка подарков, украшение елки – это один из значительных поводов для создания семейной традиции – быть рядом друг с другом.

- **Вечер в кругу семьи.**  
Отличный ритуал – хотя бы раз в неделю забывать про свои дела и устраивать веселые посиделки всей семьей. Не имеет значения, будь это турнир по шахматам, конкурс на собирание пазлов – главное, чтобы всем было весело, интересно и вкусно!
- **Традиция быть здоровыми.**  
Это могут быть семейные «пятиминутки» с зарядкой под музыку; категорические протесты фаст-фуду, кока-коле и чипсам, нарисованные на плакатах; совместные велосипедные прогулки, волейбол и даже вылазки в горы с палатками.
- **Семейное волонтерство.**  
Найдите место, где вы можете волонтерить всей семьей, например, в приюте для животных или доме престарелых. Можно помогать обездоленным детям, жертвуя продукты, одежду, школьные принадлежности или игрушки.
- **«Выше, ниже и Буффало».**  
Это трогательная семейная традиция, когда каждый член семьи рассказывает о самом хорошем моменте за день, самом неудачном и «буффало» - о любой вещи, о которой хочется рассказать. Открытая коммуникация и понимание настраивают на позитивный лад и сближают вашу семью, содействуют укреплению взаимоотношений в семье.
- **Особое рукопожатие.**  
Придумайте ваше личное рукопожатие с каждым из детей. Даже такой короткий ритуал демонстрирует ребенку, что он особенный и является важной частью семьи.
- **Семейный архив.**  
Коллекционируйте и пересматривайте семейные видео или фотографии, чтобы вспомнить прошедший год, посмеяться и поговорить о самых лучших его моментах.
- **Благодарность.**  
Заведите «банку благодарностей» - в любой момент, когда вы почувствуете кому-то благодарность, запишите слова признательности на листочке и положите в банку. В конце года можно будет достать и прочитать их вслух, — это будет отличный переход от старого года к новому.

Создавая ритуалы, важно помнить, что смысл ритуала в его постоянном соблюдении, поэтому важно выбирать то, что понравится всем членам семьи и не потребует слишком больших усилий для выполнения.

## Табу

### **Семейный этикет не позволяет:**



просматривать чужую почту и страницы в социальных сетях;



читать телефонные сообщения и дневники;



проверять личные сумки и карманы;



входить в личную комнату без стука;



отзываться о близких в негативном ключе при детях или посторонних;



вмешиваться в личную жизнь домочадцев без просьбы об участии;



в случае конфликта между супругами принимать чью-либо сторону.

# ЭТИКЕТ ОБЩЕНИЯ



## Хорошо

- Говорить комплименты и нежности, глядя в глаза.
- Говорить доброжелательно.
- Обсуждать на семейном совете и находить совместное решение проблем.
- Относиться к родственникам жены/мужа с уважением, вниманием и готовностью помочь. Договариваться обо всём.

## Плохо

- Отмалчиваться, игнорировать, перебивать, не дослушав.
- Высказывать пожелания командным тоном.
- Перекидывать ответственность на одного человека.
- Обсуждать семейную жизнь и родных с посторонними людьми.



## Как строить отношения с родителями

В отношениях с родителями важно помнить: как вы относитесь к ним, так, спустя годы, к вам будут относиться ваши дети. Они все видят и запоминают. Поэтому следует стремиться к тому, чтобы в семье царили покой и мир между всеми ее членами, искренняя любовь и сочувствие друг другу.

## Как избегать конфликтов внутри семьи

- Прежде чем затевать ссору, решите для себя, насколько она целесообразна, хотя целесообразных ссор не существует. Начиная выяснение отношений, подумайте о последствиях. Наверняка они не стоят того, чтобы усугублять возникшую ситуацию. Если конфликт все же случился, кто-то один должен уступить. Справедливо утверждать: уступает тот, кто мудрее.
- Общение без обвинений – старайтесь переключить внимание на реальную проблему, а не на словесную перепалку.
- Не нужно набрасываться на партнера. Можно выразить недовольство тем, что он сделал, но не критиковать его как личность и не выражать презрение.
- Не подогревать гнев. Супругам стоит заранее заключить договоренность, согласно которой любой из них может потребовать короткий перерыв при первых признаках «эмоционального затопления». Это позволяет прерваться в разгар ссоры и разойтись на двадцать минут, чтобы остыть, прежде чем продолжить обсуждение.



# ЭТИКЕТ ДОМА

## Эстетика в доме



Обстановка в доме может сказываться не только на семейных отношениях ее обитателей, но и на взаимоотношениях с друзьями и соседями.

Неаккуратно сложенная одежда, разбросанные предметы туалета способны на весь день испортить настроение привыкшего к порядку мужа или жены. Чтобы начинать день в хорошем настроении и производить на гостей благоприятное впечатление, дом должен всегда содержаться в чистоте, начиная со входа и заканчивая самыми потаенными уголками.

## Этикет домашней одежды

Женщине дома следует быть красивой и восхищать мужа. И мужу не рекомендуется раздражать жену своим видом. Не стоит носить дома то, что вышло из моды, выглядит непрезентабельно и неряшливо. Это граничит с неуважением к самому себе и к окружающим, так мы подаем не лучший пример своим детям. Отношение к своей внешности в домашних условиях – показатель не только бытовой культуры, но и общего развития личности.



### Варианты женской домашней одежды:

- для работы по дому – удобные брючки, блузы, туники;
- для работы на кухне – красивые фартуки;
- для отдыха – домашние платья, не сковывающие движения.

### Варианты мужской домашней одежды:

- мягкие брюки и бриджи;
- хлопковые джемпера и свитера;
- домашние костюмы.



# ЭТИКЕТ В ЖИЛОМ МНОГОКВАРТИРНОМ ДОМЕ

## Соседи

Большинство россиян живёт в многоквартирных домах. Со всех сторон – соседи, с которыми стоит познакомиться.

Знакомые люди дружелюбнее и безопаснее. Они не будут нарушать право на спокойную жизнь тем жильцам дома, которых знают. Скорее наоборот: пропустят в лифт, помогут донести сумки, окажут посильную помощь.



## Шум после 23.00

В многоквартирном доме и в собственной квартире нельзя шуметь с 23.00 до 7.00. В некоторых домах ТСЖ могут устанавливать тихие паузы.

### **Например:**

- с 13.00 до 15.00 – для дневного сна малышей;
- до 12.00 – в выходные дни.

Уровень шума не должен превышать 45 децибел.

### **К шумным относятся следующие действия жильцов:**

- вечеринки с громкой музыкой;
- ремонтные работы с применением перфораторов и других строительных инструментов;
- увеличение громкости телевизоров, радио и т.п.;
- пение и игра на музыкальных инструментах;
- крики, скандалы, драки.



## Курилки

Подъезды, подвалы, чердаки, лестничные клетки, лифты, колясочные – относятся к местам общего пользования всех жильцов. Курение в этих местах запрещено законом.

### **Можно курить:**

- в квартире, если вентиляция справляется с дымом;
- на балконе, если табачный дым не проникает к соседям;
- на специально обустроенном месте для курения в ТСЖ.

За курение на лестнице и детской площадке можно получить заслуженный штраф. Родителей, курящих в присутствии своих детей, могут приравнять к лицам, сознательно наносящим вред их здоровью и лишить родительских прав.

## Мусор в подъезде

**Человек, соблюдающий правила этикета, не позволит себе:**



выбрасывать на лестничную площадку старую мебель и другой крупногабаритный мусор;



бросать на пол лифта и лестницы ненужные чеки, билеты, фантики от сладостей и т.п.;



пачкать стены, выламывать перила, выбивать стёкла, выводить из строя лифт.

За подобные нарушения правил проживания невоспитанный жилец кроме штрафов может добиться и выселения из собственной квартиры.

Правила поведения в доме, основанные на уважение к тем, кто живёт рядом, позволят сделать жизнь удобной и комфортной как для своей семьи, так и для соседей.

**Все вышеперечисленные правила помогут создать образ благородной семьи и сохранить крепкие семейные узы.**





*ШКОЛА ЭТИКЕТА  
ЮЛИАНЫ ШЕВЧЕНКО*



*[www.etiquette.su](http://www.etiquette.su)*

*+7 (926) 5385521*