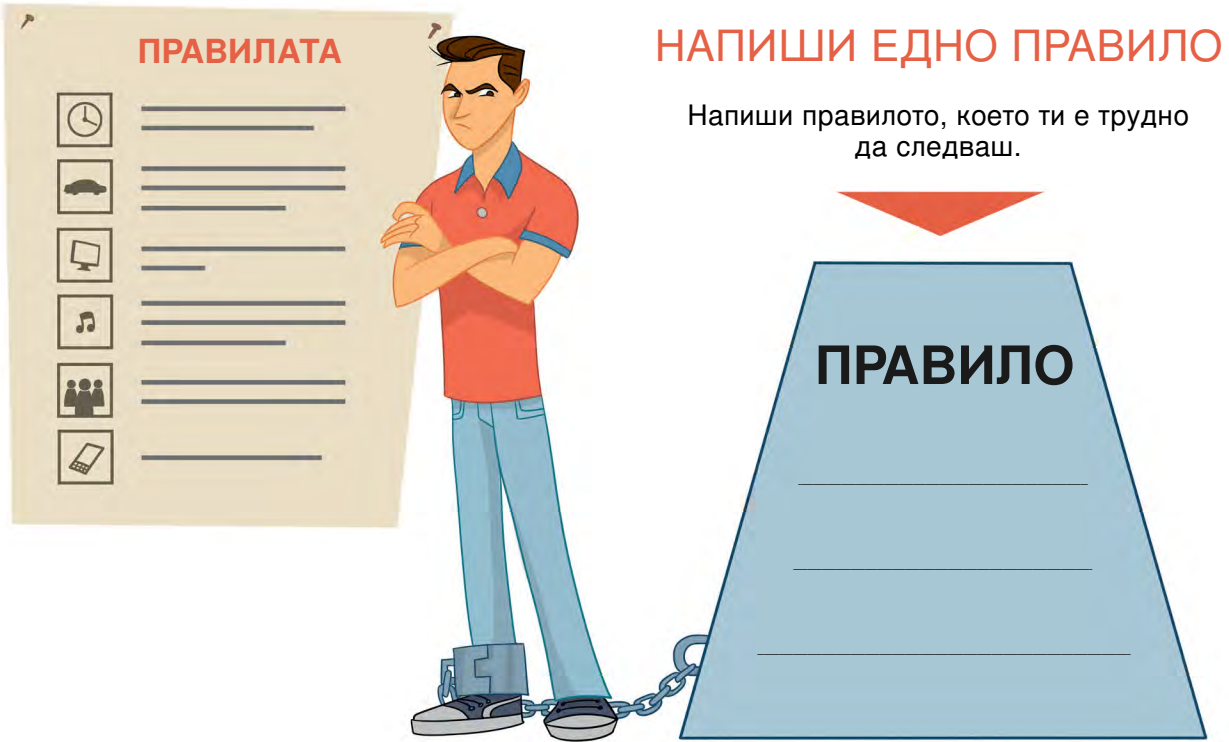


# Как гледаш на правилата вкъщи?

Използвай това упражнение, за да помислиш внимателно за правило, с което ти е трудно да се съобразяваш. Може също да го използваш като основа за разговор с родителите си.



▶ **Защо не харесваш това правило?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ **Има ли аспект на това правило, с който си съгласен?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ **Защо мислиш, че родителите ти са го установили?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ **Мислиш ли, че са го установили, без да вземат предвид всички фактори? Дай пример.**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ Какво би искал да промениш в това правило?

---

---

---

**Каква според тебе ще е реакцията на родителите ти, ако ги помолиш да променят правилото?**



▶ Защо мислиш, че ще реагират така?

---

---

---

▶ Как можеш да им докажеш, че не е необходимо да се притесняват толкова, дори това да отнеме време? (За подсещане: Действията са по-силни от думите.)

---

---

---

▶ За какво най-много се притесняват?

---

---

---

▶ Представи си, че ти си родител на тийнейджър. Щеше ли да определиш подобно правило? Какво щеше да е то и защо?

---

---

---

# КОЛКО ДОВЕРИЕ СИ СПЕЧЕЛИЛ?

Доверието се печели. Запиши някои свои действия, които са *отслабили* доверието на родителите ти в тебе.

---

---

---

---

---



Запиши някои свои действия, които са *укрепили* доверието на родителите ти в тебе.

---

---

---

---

---



Дали си „натрупал“ достатъчно доверие, за да повдигнеш въпроса пред родителите ти сега, или трябва да изчакаш?



Ако смяташ, че е по-добре да изчакаш, какво можеш да правиш през това време, за да „натрупа“ повече доверие?

**ПРЕДЛОЖЕНИЕ:** Когато завършиш упражнението, го покажи на родителите ти и го използвай като основа за разговор.

Когато разговаряш с родителите си, помни следните думи от Библията: „Мекият отговор укротява яростта, а оскърбителната дума предизвиква гняв.“ (Притчи 15:1)



**ЗНАЕШ ЛИ?** Принципите, разгледани в това упражнение, могат да са ти от полза и когато разговаряш с работодателя си относно правилата във връзка с работата.

„Спазването на правилата на родителите е като изплащане на кредит — ако си съвестен, ще ти се оказва повече доверие.“  
От книгата „Въпроси на младите хора — практически отговори“ (2 том).