

СІМЕЙНИЙ ЧАС — ВІДСУТНЯ СКЛАДОВА

ВСТУП

Сімейний час — це особливий час, коли до спільної справи залучена вся сім'я. І однозначно в ній має брати участь **батько, оскільки він є главою сімейства**. Божий задум полягає у тому, щоб ви, як батько були главою. Ця лекція називається «Сімейний час — відсутня складова». Так, вона відсутня! Чи проводить ваша сім'я якісний спільний час, який сприяє єднанню та зміцненню вашого дому? Ця складова відсутня у багатьох християнських сім'ях, а в сім'ях нехристиян її годі й шукати. Чомусь усі чекають, що діти виростуть і самі собою стануть прекрасними людьми. А сатана знає, що це фарс, що такого не буде, що це нереально. Сімейний час потрібно **створювати**. Якщо ж цього не робити, то ця відсутня складова завадить успіхові майбутнього покоління. І навіть зараз нинішнє покоління пожинає цей жахливий плід, який уродив через брак цієї складової. Зараз я хотів би зачитати вам невеликий вірш, у якому доволі точно віддзеркалено те, про що ми говоримо. Цей вірш торкається мого серця. Називається він «Тату, пограй зі мною».

I. ТАТУ, ПОГРАЙ ЗІ МНОЮ

Погратися ввечері завтра зі мною
Мені обіцяв мій татко,
Себе утішаючи думкою тою
Йде спати маленьке дівчатко.
Він любить мене, це я знаю напевне,
Він просто зайнятий дуже,
А завтра прийде, як ще буде не темно,
І в грі ми усе надолужим.

Та глибоко в серці вона відчувала,
Що ця обіцянка не нова.
Що буде у тата справ завтра чимало,
Що з'явиться щось термінове.
Тож і надалі доня мріє у тиші,
Що має вже скоро настати
Той день, коли тато буде вільніший,
Щоб з нею хоч трішки пограти.

Йде тиждень за тижнем, вже місяць минає,
І так пробігають роки,
І плаче дитина, та досі чекає,
Що тато пограється трохи.
Дитина росте, вона вже не маленька,
Йде юність з її страхами,
І сумно їй дуже, і плаче тихенько —
Тато часу не має роками.

«Дочекайся до завтра, завтра обов'язково,
Бо сьогодні мені вже несила.
Я люблю тебе, доню, ось даю тобі слово,
Зроблю все, як ти попросила».
І, похнюпившись, тихо дитина відходить,
Ніжне серце наповнене болем,
Тато любить, а з нею час не проводить
Бо ні хвилики не знайде ніколи.

Любий друже, відкинути треба вагання
Дитині годинку вділити,
Дитя дав тобі Бог на виховання —
Удвох будете з цього радіти.
Щоб, коли закінчиться життєва стежина,
Не довелось сумувати
За всі обіцянки, що чула дитина,
Не сьогодні, а завтра пограти.

*Пастор Дейв Друрі
Баптістська церква «Спільнота»
м. Колумбус, штат Індіана, США*

II. ПОТРЕБА

А. Поширена хиба — у поспіху сучасного життя губиться час для сім'ї.

Сім'ям зараз не доводиться усім разом обробляти землю або займатися якимось ремеслом.

Кожен член сім'ї сам собі обирає шлях відповідно до своїх інтересів.

Телебачення, комп'ютери та всякі різні справи влазять не питаючи в наші домівки та крадуть час у наших сімей.

Б. Усвідомлена потреба — сім'ї руйнуються. Руйнуються цінності.

Матері йдуть працювати. У наші церкви проникає розлучення. У сім'ях багатьох новонавернених, які прийшли зі світу, бракує християнських сімейних традицій.

В. Шукана відповідь — сім'ї шукають можливості повернути цю загублену складову, оскільки таким є Боже бажання.

Бог дав нам дітей — дітей, які ростуть повільно. На виховання дорослої людини йде 18 років. Бог хотів, щоб діти були з нами, щоб у сім'ї була взаємодія. Його бажання в тому, щоб ми, тати і мами, цінували кожен період їхнього життя як особливий неповторний час. Бог хоче повернути це в наше життя. І ми хотіли б запропонувати вам, тати, кілька думок, кілька можливостей для повернення цього скарбу в наші домівки.

III. ВЕЛИКІ ВОРОГИ

У сімейного часу є кілька великих ворогів. Назвемо їх.

А. Нагромадження зайвих справ

Деякі батьки беруть на себе багато чужих обов'язків і цим забирають у себе час для сім'ї. Можна залишатися довше на роботі, доробляти там всякі недороблені дрібниці. Можна проводити якісь духовні заходи, які мав би проводити хтось інший.

Б. Неправильні пріоритети

Деякі батьки думають, що сім'я якось сама за себе подбає, якщо глава сімейства першочерговим уважатиме щось інше. «Якщо я керую церквою, якщо я роблю якусь духовну працю, то Бог якось подбає про моїх дітей». Але батьком тих дітей, яких Бог вам дав, є **ви**!

В. Недбалість

Деякі батьки просто байдужі до життя своєї сім'ї та дітей. Діти чинять безлад, вони можуть дратувати. Але як ви, як батько, можете бути духовним главою, якщо не бажаєте особисто брати участі в тому, що відбувається?

Г. Утома

Часто батьки надміру втомлені від постійного перепрацювання, через це несила виділити для сім'ї навіть дещину часу. Можливо, вам потрібно проаналізувати своє життя та зробити необхідні зміни. Можливо, ви взялися за кілька справ, які Бог вам не давав.

Д. Телебачення та комп'ютер

Таке проведення часу схоже на сімейний час, але воно не передбачає жодних стосунків. Головним у ньому є не ви, батько, та не ваші цінності, а цінності світу. Між вами та членами вашої сім'ї немає ніякого спілкування.

(Шановний батьку, можете спробувати підрахувати, скільки разів порушуються Десять заповідей).

Е. Сатана

Він робитиме все можливе, щоб зруйнувати ваші стосунки з дружиною і дітьми. І особливо він спрямовує свої нападки на сім'ї християнських служителів. Він «шукає пожерти кого». Якщо йому вдасться зруйнувати вашу сім'ю, то від цього дуже сильно постраждає ефективність вашого служіння.

Церква міцна настільки, наскільки міцні в ній сім'ї.

IV. РОБОЧІ ПРИНЦИПИ СІМЕЙНОГО ЧАСУ

Я хотів би розповісти про кілька принципів. Оскільки вони мають бути добре зрозумілими, щоб ви могли їх чітко та коротко собі записати, я не буду їх якось виокремлювати чи ілюструвати прикладами. Трохи згодом я запропоную кілька рекомендацій. Ці принципи дуже важливі. Ви, батько і чоловік, маєте вивчити їх напам'ять разом зі своєю дружиною, а потім розповісти про них сусідам та іншим людям. Проповідуйте про них у церкві та навчайте у малих групах.



- Часу для сім'ї не буде доти, доки ви, як чоловік і батько, його не сплануєте.
- Ваша ціль — це якісний час з дружиною і дітьми.
- Ніжність, прихильність, згуртованість у сім'ї не передаються у спадок, їх треба розвивати, їх треба вчитися.
- Спільна праця. Коли родина працює разом, це може бути чудовою нагодою для спілкування та навчання.
- Як батько, залучайте дружину, дітей та всіх членів сім'ї до того, що ви плануєте. Якщо цього не робити, то ви зрештою будете працювати для добра тих, хто навіть і не цінуватиме ваших старань.
- Щасливий той батько, чиї діти разом граються і разом моляться.
- Секрет успіху будь-якої справи — це підхід.
- Члени вашої сім'ї хочуть вашої повноцінної участі у спільних справах — ви їм потрібен більше за будь-який подарунок! Їм потрібен батько!
- Якраз зараз у вас, батька, є час для того, щоб працювати над сімейними традиціями та майбутніми спогадами.
- Головне — це різноманітність.

V. КІЛЬКА КОНКРЕТНИХ РЕКОМЕНДАЦІЙ

А. Заведіть записник для ідей проведення сімейного часу

Це чудова ідея! Почніть вести особливий записник сімейного часу та записуйте туди всі справи, які ви можете робити цілою сім'єю — усе, що спаде вам, чоловікові і батькові, на думку. Звісно, до цього слід залучати дітей і дружину, щоб усім разом почати складати перелік усього того, що можна робити разом. Згодом його можна буде розсортувати за категоріями відповідно, наприклад, до пори року чи до того, де має проводитися час: удома чи на вулиці, тощо.

Б. Започаткуйте сімейну раду

Це чудова ідея, яку успішно застосовує чимало батьків з дружинами і дітьми. Завдяки їй родина матиме можливість раз на тиждень упродовж години після вечері обговорити сімейні справи, щоб усі, зокрема і діти, могли широко висловити свої думки з приводу того, що відбувається у родині та навколо неї. Або що, на їхню думку, має відбуватися чи що вони вважають першочерговими справами. Для тих з вас, хто проводив малі групи, це має бути неважко, оскільки ви можете ефективно застосовувати всі принципи проведення дискусій у малій групі. Вам слід якомога менше говорити — просто ставте запитання та давайте іншим можливість висловлюватися, занотовуючи собі сказане під час розмови. Цей час може бути для дітей дуже цінною можливістю висловити свої почуття. Після такого обговорення можна влаштувати частування — щось особливе, що готує ваша дружина, або морозиво, або щось інше, що всім подобається.

В. Старайтеся проводити щоденний час духовного спілкування

Сімейний духовний час, який проводять тати є життєво важливою частиною життя родини, чимось таким, що приносить особливу радість дітям. Коли наші діти були ще малі, ми читали з ними книжечки з біблійними оповіданнями. У молодості я дізнався про особливу традицію, яка була в однієї сім'ї — ціла родина схиляла коліна навколо столу після сніданку. Спочатку вони читали уривок з Біблії, потім щось з буклетів або книг для духовного розважання, а потім усі схиляли коліна для молитви. Усі члени сім'ї молилися вголос одночасно. Це було схоже на хор голосів, що здіймалися до неба. Гарно і дуже корисно. Менші діти зазвичай закінчували раніше, а потім просто слухали молитви інших дітей або своїх мам чи татка. Це прекрасна система, оскільки вона дає дітям можливість учитися молитви у своїх тата і мам під час слухання. Далі ця сім'я співала пісню прославлення, і лиш після цього всі розходилися у своїх справах.

Г. Відведіть окремий час для сімейного вечора

Ми заохочуємо вас, чоловіки і тати, до проведення особливих сімейних вечорів раз на тиждень, метою яких є розвиток згуртованості у сім'ї. Чудово, коли сім'я має сімейний вечір. Діти повернулися зі школи, уся сім'я може зайнятися якоюсь особливою спільною справою — не кожен чимось своїм, не з участю інших людей, а лише ви, ваша дружина та діти.

Д. Слідкуйте за тим, щоб сім'я вчасно лягала спати для достатнього відпочинку

У багатьох сімей є проблема із вчасним ляганням спати. Їм важко дотримуватися якогось графіка — усі лягають, коли виходить. А це означає, що зранку хтось буває сонним, утомленим та сердитим. Діти лежать у ліжку до останнього, а потім їх притьмом треба збирати до школи чи садочка. Часу для доброго сніданку вже нема, не кажучи вже про духовне спілкування. Лікарі стверджують, що своєчасний сон за встановленим графіком є одним із найважливіших принципів здорового життя. Він даватиме вам можливість робити те, що робив Ісус. Він уставав рано-вранці, йшов на двір, проводив час у молитві і після цього був готовий до нового дня. Але до того, як почати день, у Нього вже був час для Бога і час для Себе.

Е. Проблема телебачення

Телебачення приносить у ваш дім те, що ви нізащо не дозволили б принести гостю. Якби до вас прийшов гість і почав лаятися жадливими словами та висловлювати гидотні думки чи розповідати огидні історії, ви відразу б попросили його замовкнути та не говорити цього при дітях. Але телевізор у вас увімкнено весь час, коли ж батька нема вдома, ніхто не контролює, що там показується. Це непроханий гість, який приносить у вашу сім'ю світський світогляд та сіє зерно злих думок і жадібності. Усе це є повною протилежністю до християнських стандартів. Ми з дружиною дуже вдячні Богові, що Він визволив нас від того, щоб у нас був удома телевізор, навіть попри те, що кілька добрих людей жертвували нам телевізори.

Ж. Акцент на згуртованості

Сама ідея згуртованості полягає у спільному проведенні сімейного часу — і це прекрасно. У тата є час для того, щоб одна дитина посиділа у нього на колінах, а інша — полазила по ньому та погратися його волоссям. Дітям дуже подобається, коли тато читає їм невеличкі оповідання. Вони не проти слухати ту саму історію знову і знову. Для них тато — це великий герой. Якщо діти мирно лягають

спати з усмішкою на обличчі, то батько може знати, що був успішним. Він став немовби богом в очах своїх дітей. Який чудовий образ Ісуса Христа для родини! Яку величезну радість приносить згуртованість кожному, не лише вашій дорогоцінній дружині!

И. Щонайменше раз на день споживайте їжу разом (спільна вечеря, якщо можливо).



Краще вечеря, оскільки до того часу вже закінчилася робота і все відбувається без зайвого напруження чи поспіху. Якщо ви проводите групи з вивчення різних курсів, то нерідко буде так, що ввечері ви не матимете можливості, оскільки для вас це час служіння. У такому випадку рекомендується проводити спільний сніданок. Для всіх вас, чоловіка, дружини і для ваших дітей годі придумати щось краще за добрий спокійний і ситний сніданок, яким розпочнеться день. У дітей у школі може бути обід чи ви можете їм зібрати щось перекусити, але до того ще довго. Відведіть час, щоб у вас був сніданок. Сніданок дає можливість проводити зранку час духовного спілкування. Для цього батькові потрібно планувати та організовувати. А це означає, що всім треба вчасно вкладатися спати, але Бог благословить це.

К. Створюйте сімейні щасливі традиції (особливі страви, ігри, різні заходи, дні, особливі пори чи періоди, місця, вечори, вислови тощо).

Раз на тиждень проводьте щось особливе. Для цього не обов'язково потрібно багато грошей чи часу. Потрібно лише все ретельно спланувати – вираження батьківської любові. Разом зі своєю дружиною ви точно впораєтесь. Створюйте традиції, які матимуть вагу для вашої сім'ї. Так кожен член вашої родини матиме можливість чекати та прагнути чогось особливого.

Л. Організація домівки — своє місце для всього та все на своєму місці

Так, життя — це життя, у нас є діти, і після кожного члена сім'ї залишається якесь безладдя, якесь сміття, у всіх є щось своє. Безлад — це природний стан, і ваша бідна дружина не завжди встигає з ним упоратися. Коли ви чекаєте гостей, або коли дружині потрібно десь поїхати, або коли хтось хворий, тоді стає зовсім важко. Але ви чоловік, і тому можете постановити собі, що у день для сім'ї будете робити щось приємне для дружини та дітей. Наприклад, можна встати раніше за інших та покласти все, щоб був порядок. Можна поприбирати на полицях, розставити книги, скласти газети, позбирати шкарпетки та іграшки, які залишили діти. Коли всі прокинуться, у квартирі буде гарно і прибрано, і діти здивуються: «Це ти, тату, все прибрав?» «Так, я, тому що сьогодні у нас день для сім'ї, ми хочемо радіти одне одному та пам'ятати про те, що у нас є помешкання, яке нам дав Бог. Ми ним пишаємося і дякуємо за нього Богові». Для всього має бути своє місце, і все має бути на своєму місці. Якщо ви так робитимете, то побачите, що невдовзі вся сім'я почне це щиро цінувати. Якщо ви це робитимете впродовж трьох місяців, а потім кілька разів пропустите, то хтось із членів сім'ї почне про це говорити, тому що до того часу всі навчаться цінувати порядок.

М. Зберігайте матеріали для проведення сімейного часу десь під рукою

Відведіть окреме місце для всього того, що має використовуватися для проведення сімейного часу. Обов'язково подбайте, щоб те, чим ви часто користуєтесь, було наготові: різні додатки та матеріали, ігри, ручки, олівці, папір тощо. Вони мають лежати так, щоб їх не шукати. Відведіть для них якусь полицю чи інше місце, недоступне для дітей, щоб вони знали: «Це для нас, коли прийде тато і коли ми будемо робити щось разом». Це може бути місце, де лежать пазли чи настільні ігри, наприклад, шахи. Коли ж прийде потрібний час, усе буде на своєму місці, усе готово, і вам не потрібно казати: «О ні! Що, у нас цього немає? А що з ним сталося? Куди ж воно поділося? І вже дуже пізно бігти купувати». Усе потрібне лежатиме наготові, щоб можна було брати та користуватися.

Н. Радійте та розважайте інших

Коли до вашого часу для сім'ї долучаються іноді інші люди, тоді створюється нова динаміка, нова атмосфера. Якщо у вас діти ходять до школи, то заохочуйте їх запросити одного друга — по черзі. Можливо, цей друг не знає, що таке сімейний час, можливо, у них такого вдома немає. Цей друг може не знати якихось ігор, тому вам треба виявляти терпеливість. Можливо, вам доведеться кілька разів повторювати правила або навіть запліщити очі на деякі порушення чи нерозуміння правил з боку дитини і просто дозволити їй грати. Дайте можливість новій дитині виграти у якихось іграх чи забавах,

навіть якщо для неї це щось нове. Ви побачите, що динаміка вашого часу буде зовсім іншою. Можливо, раз на кілька місяців можна запросити когось із дорослих друзів, у яких ще немає своєї сім'ї. Ваш гість буде вам вдячний. Крім того, можна іноді запрошувати до участі своїх батьків. Якщо вони не хочуть грати, то можуть просто подивитися, як ви проводите сімейний час. Радуйте та розважайте інших. Не регулярно, а час від часу, і не багатьох за раз, а одного або двох.

П. Відпустка (плануйте, щоб не загубити цілий рік)

Відпустка — це велика подія. Якщо ви не використаєте цей час мудро, то він збіжить, а ви навіть і не помітите, а потім будете дивуватися, як же так. Розумієте, у вас, як чоловіка і батька, за ціле життя є лише десять або дванадцять цінних сімейних відпусток? Ви, напевно, подумаєте: «Як це?» Діти до п'яти років зазвичай не дуже пам'ятають відпустки. Так, вони, можливо, і пам'ятатимуть, що гралися на пляжі на Чорному морі, але більше у пам'яті в них нічого не залишиться. Лише десь у шкільному віці вони починають цінувати час відпусток, починають брати в них участь, радіти через них, чекати їх, разом з татком щось планувати. А потім їм стає вісімнадцять, і вони вже не з вами. Приходить армія і їх забирає, приходить коледж або університет — і вони йдуть. А може, з'явиться чоловік, і дочка піде за нього заміж. Може, з'явиться наречена — і син від вас іде. Ви маєте близько дванадцяти років, коли можете разом фотографуватися, разом проводити особливі сімейні відпустки. Дуже добре плануйте, батьки дорогі, бо життя збігає дуже швидко.

Р. Відвідайте родичів

Діти завжди чекають нагоди відвідати родичів. Поводьтеся з родичами добре. Приходьте до них з невеличким подарунком. Ваш прихід не повинен бути навалою, ви не маєте бути для них тягарем. Якщо у вас є кілька дочок підліткового віку, запропонуйте їм щось спекти або приготувати. Ваша дружина може приготувати якийсь салат чи частину частування, щоб господарям було менше роботи. Залишайтеся у родичів, поки їм зручно, але не надто довго. Збиратися додому слід тоді, коли вони ще можуть сказати: «Ой, вам дійсно вже пора?» Це найкращий час для прощання. Якщо ж ви кажете: «Певно, пора нам вже збиратися», а вам відповідають: «Так, вже, певно, пора» — то знайте, що ви пересиділи. Ви, як глава сім'ї, завчасно довідайтеся розклад транспорту, щоб можна було дістатися додому без усяких проблем.

С. Хобі (активні види діяльності, творчість, колекціонування: мисливство, рибальство, гребля, піший туризм, походи, теніс, баскетбол, коні, гольф, вишивання, гончарство, флористика, садівництво, збирання марок, монет, антикваріат, читання, гра на музичних інструментах, фотографія, акваріумні риби, домашні тварини тощо)

Ці справи можуть стати захопленням ваших дітей, яке вони захочуть продовжувати самостійно.

Т. Покупки (продукти, господарчі товари, огляд вітрин)

Іноді здійснення звичайних покупок з дітьми може бути цікавою справою, якщо залучити всіх. Діти собі біжать підскоком, ви - чоловік несете торби з продуктами, а дружина може трохи перепочити, бо зараз їй не доводиться робити все це самотужки. Дайте своїй добрій дружині можливість керувати процесом. Скоріш за все, вона розбирається у продуктах краще за вас, а тому під час покупок сімейні ролі міняються. Нині ви маєте виконувати її вказівки. Ви кажете: «Так, добре. Так, годиться! Згоден, купи усе». І звісно, усе куплене додому маєте принести ви, а дітям можна дати нести те, що їм найбільше до смаку.

Відвідування універмагів

Можливо, вам з дружиною і дітьми більше подобається ходити за покупками до універмагів чи супермаркетів. Є багато різних магазинів з величезним розмаїттям товарів. Сходіть до різних магазинів. Можливо, ви нічого конкретного і не хочете купувати. Я часто ходжу зі своєю дружиною по магазинах, щоб просто подивитися, що у нас з'являється у продажу, навіть якщо і не треба нічого купувати.

Розглядання вітрин

Це дещо інша справа — ви просто ходите вулицями з дружиною і дітьми, розглядаєте вітрини різних магазинів, розмовляючи між собою: «Ану поглянь, як гарно, правда?» Можна згадувати та перелічувати усе те, чим Бог уже вас обдарував. А якщо в руках морозиво, то такий похід буде по-

особливому цікавим. Бог виявляв до вас свою добрість. Ви живете не у примітивній країні. Радійте Його благословенням.

У. Щоденні домашні справи (готування, миття посуду, прання, прибирання, догляд за автомобілем, робота в городі тощо)

Так, навіть щоденні хатні справи можна перетворити на щось особливе. Готування, наприклад. Кожен із вас, чоловіки, напевно, має свою коронну страву, яку ви готуєте. Я чув про чоловіків, яким подобається готувати та в яких це добре виходить (але слід не забувати мити за собою каструлі та сковорідки — не залишайте їх дружині!). А ті чоловіки, які не дуже добре готують, можуть спробувати приготувати щось разом із дружинами. Час від часу мийте посуд. Можна разом з дітьми — ви миєте, а вони витирають. У домі завжди треба щось прибирати, і чоловік час від часу міг би залюбки в цьому допомогти. Дружині дуже радісно бачити, як чоловік раз у три місяці також долучається до цієї роботи. Якщо у вас є автомобіль, то його треба мити та в ньому прибирати. Це чудова справа, яку можна виконувати разом із дітьми, якщо на дворі весна, літо чи тепла осінь. Вони обов'язково мають пообливатися, позаляпуватися та позабруднювати одне одного. Потім можна помитися. Є ще різні сільськогосподарські справи, догляд за худобою, за кролями, козами, хатніми тваринами. Робота в городі може бути дуже пізнавальною, з неї можна взяти багато духовних уроків та чимало радості. Головне для батька — це зважати на рівень дітей, щоб така робота була цікавим заняттям, а не лише працею. Коли ж щось іде не так, наприклад, б'ється тарілка, вам потрібно стримувати свій гнів і незадоволення — Галатів 5:23. Це нормальне явище.

Ф. Екскурсійні поїздки

Поїдьте десь недалеко за місто, щоб подивитися на природу. Можливо, десь поблизу є якесь визначне село, або монастир, або якась інша принада краєзнавства, куди можна під'їхати автобусом. Чи можна поїхати в інше місто, походити його центром. Навіть проста поїздка у село і назад може бути цікавою. Можна поїхати своєю автівкою, якщо її маєте, або громадським транспортом. Не обов'язково це робити часто. Можливо, для вас це буде не надто цікавим, бо ви багато їздите, а вашій дружині та дітям не доводиться так часто подорожувати. Для них це може стати особливим виїздом, вони побачать, що робить тато весь час на роботі. Візьміть із собою щось для пікніка, а якщо зима, придумайте, у що пограти в снігу тощо.

Х. Євангелізаційні служіння та особливі зустрічі

Час від часу беріть своїх дітей із собою на різні особливі заходи, наприклад, на євангелізаційні зібрання, особливі служіння відродження для християн, музичні служіння та концерти. Дітям не завжди це цікаво, але ви можете завчасно їм пояснити, що має відбуватися, і провести цей час разом із сім'єю. Якщо після відвіданого заходу у вас залишиться час для солодкого частвування чи буде можливість трохи пізніше лягти спати, то це можна представити як особливий привілей та приємну для всіх справу.

Ц. Сидіть у церкві всі разом цілою сім'єю

Це є фізичним виявом сімейної згуртованості. Це наша сім'я! Як чудово бачити, коли всі сидять у ряд: ви - тато, мама і всі діти. Ми щоразу, коли мали можливість, тобто коли я не проповідував і не був залучений у якомусь іншому служінні, саме так і робили. Так добре, коли з обох боків від тебе сидять діти, їх можна обняти та щось нашіптувати їм стосовно проповіді.

Заохочуйте старших дітей до того, щоб вони трохи конспектували почуте в проповіді, а потім обговоріть проповідь вдома. А менших можна попросити намалювати малюнок на тему проповіді. Це приносить справжню духовну користь. Ви можете вивчити кілька нових пісень і навіть заспівати їх у церкві.

Ш. Ігри вдома (настільний теніс, більярд, шашки, стратегічні ігри, «Ерудит», біблійні ігри тощо)

Запитуйте в інших сімей, які ігри в них є. Завжди уважно стежте, які можна придбати якісні ігри для сім'ї. Збирайте якомога більше ігор та забав. Важливо, щоб було розмаїття, оскільки з часом у сім'ї міняються смаки і треба щось змінювати.



Щ. Прогулянки

Піша хода дуже корисна для здоров'я. Взьйте свої старі черевики і пройдіться вздовж річечки, яка тече десь неподалік. Пройдіться вздовж русла, скільки зможете, обстежите береги. Особливо це добре робити навесні, коли співають жаби, коли птахи у гніздах вигодовують своїх малят, коли трава така зелена, а у воді хлюпочуться качки. Спілкуйтеся і грайте з дітьми. Справжнє задоволення. А ще добре восени, коли все достигло, коли змінюються кольори, коли вздовж берега повно різних осінніх квітів — тоді така прогулянка стає особливо приємною.

Ю. Пікніки

Пікніки я люблю найбільше. Просто взяти трохи їжі у кошик і кудись піти, де можна просто полежати на землі разом з дитиною, підстеливши собі газету. Зазвичай я сиджу сидьма в офісі. І мені буває дуже приємно кудись вийти на вулицю, полежати, порозглядати, як небом плывуть хмари. Так чудово відчувати легкий вітерець та глибоко вдихати свіже повітря. Я люблю поїсти на вулиці та просто відпочивати зі своєю дружиною, коли ми, розмовляючи, гуляємо з нею під руку.

Я. Заходи, в яких бере участь хтось один із членів сім'ї (спортивні змагання, виступи тощо)

Якщо ваші діти займаються спортом, обов'язково відвідуйте всі змагання, в яких вони беруть участь, якщо є така можливість. Якщо вони беруть участь у якійсь шкільній програмі чи в якомусь іншому заході, було б добре, якби ви **були присутні**. Зробіть усе, що у ваших силах, щоб змінити свій графік та **вшанувати дитину** своєю увагою. Діти мають знати, що все, важливе для них, важливе і для вас.

АА.Ринки, розпродажі

Є різноманітні ринки, і буває просто чудово їх досліджувати. Ви можете сходити на ринок хатніх тварин чи зайти на ринок товарів із-за кордону або відвідати ринок, де продаються інструменти, шурупи, гвинти та різні матеріали для ремонту. У дітей будуть десятки запитань, коли вони будуть проходити рядами: «Тату, а це що? А навіщо воно? Що ним роблять?» — і так далі. Є ще продовольчі ринки. Час від часу можна просто сходити не на той ринок, де ви звичайно купуєте продукти, а на якийсь інший. Буває, що люди виставляють оголошення про те, що продають якісь речі. Можна, наприклад, сходити до тих, хто розпродує свої меблі. Не потрібно нічого купувати, можна просто подивитися на квартиру, що там є, що люди бажають продати, скільки вони за це просять. Так ви матимете уявлення про те, як живуть інші люди, наскільки вони цінують матеріальні речі, щоб ви могли повернутися додому і порівняти зі своїм життям, дякуючи Богові за те, чим Він уже вас обдарував.

ББ.Поїздки на велосипедах

Це ще одна справа, яку я дуже люблю. Ми з сім'єю їздили на велосипедах у короткі чи трохи довші подорожі на день чи пів дня. З молодшими дітьми я їздив повільніше. А зі старшими ми їздили на доволі великі відстані. Ми з дружиною неодноразово виїжджали разом, і кілька разів ми потрапляли в унікальні пригоди, деякі з яких були просто смішними. Зі своїм сином я проїхав на велосипеді від Києва до Амстердама — а це аж 2000 кілометрів. У ще одну далеку поїздку я їздив зі своїм хорошим другом — ми проїхали від Києва до Новосибірська (це центр Сибіру) — загалом 4000 кілометрів. Я не проти з'їздити ще. Це чудово!

ВВ.Пробіжки

Дивовижно, яку користь приносять пробіжки. Ви біжите і починаєте пітніти, посилено дихати: хух, хух, хух. Обтираєте обличчя, а під боком щось коле; ви закидаєте ноги. Можливо, разом із вами може бігати і ваша дружина. Цим ви змогли б відкрити для вас обох захопливий світ фізичної активності. Чудово бігати разом із сином чи дочкою у старшому підлітковому та юнацькому віці, коли їм треба розминати м'язи. Деякі люди під час бігу вивчають напам'ять вірші з Біблії, моляться або слухають Писання у звуковому записі. Час, коли треба розігрітися перед бігом і коли треба охолонути — це чудова нагода для розвитку тісніших зв'язків у подружжі та з дітьми.

ГГ. Автобусне служіння та відвідування інших людей

У багатьох церквах зараз є автобуси, мікроавтобуси та інші транспортні засоби для привезення до церкви різних людей, наприклад, з обмеженими можливостями. Завдяки цьому з'являється чудова

нагода для вас з дружиною і дітьми навідувати цих людей у них вдома та будувати з ними міцні стосунки.

ДД.Головоломки

Розв'язувати різні головоломки — це цікаве заняття. Їх можна розділити на два типи: ті, в яких треба знаходити слова (їх друкують іноді в газетах і журналах), і ті, де треба складати малюнки. Ті завдання, де треба скласти гарне зображення, дітей дуже приваблюють. Картинки-пазли можна розбирати, а потім збирати знову. За цим заняттям добре відпочивається. Якщо розібратися, то це дуже недорого річ, бо той самий набір пазлів можна збирати багато разів.

ЕЕ.Музика вдома (спів, гра на інструментах тощо)

У нашої сім'ї немає музичних інструментів, але я дуже люблю, коли час від часу після вечері ми всі вирішуємо трохи поспівати. Усі сідають у коло і десь із пів години співають досхочу. Це завжди викликає в мені піднесення.

ЖЖ.Читання хороших книг

Ви самі маєте читати хороші книги. Діліться ними з іншими людьми. Іноді моя дружина читає мені перед сном невелике оповідання, а іноді я їй. Кілька разів бувало таке, що вона казала: «Будь ласка, почитай мені. Просто дуже хочеться чути твій голос». Дорогий тату, будь ласка, читайте свій сім'ї. Час сімейного читання — це радість для всіх. Завдяки йому у сім'ї з'являються теми для обговорення. Прочитайте чиясь біографію, яка може стати натхненням. Поки ви читаете, діти можуть щось розмальовувати, вишивати чи робити ще щось.

ИИ.Сімейні фільми



Зараз є чимало хороших фільмів. Можна знайти і християнські, і інші хороші фільми. Їх можна переглядати по кілька разів. Заохочуйте своїх старших дітей занотовувати цікаве під час перегляду наукових фільмів чи фільму «Ісус», а потім влаштуйте перекуску та обговоріть те, що вони взяли для себе. Це один зі способів зростати у християнському житті.

КК. Придумайте корисні перекуси

Для дітей зараз є які завгодно перекуси, які ви як батько можете готувати. Вони мають їсти здорову їжу. Робіть їм бутерброди із ковбасою чи сиром або давайте фрукти. Яблука можна купити впродовж цілої зими, і зазвичай вони не дорогі. Можливо, під кінець зими вони не такі хрумкі, але їх можна нарізати скибками, зробити шоколадний сироп та вмочати у нього яблуко. Дуже смачно. Можна вмочати й у варення чи мед.

ЛЛ. Виготовлення речей на подарунки чи продаж

Це ще одна справа, до якої може взятися вся сім'я. Звісно, діти не зможуть зробити чогось досконалого, але їхній виріб може бути хорошим подарунком для когось з їхніх однолітків чи для молодших дітей. Можливо, у них є друг у школі, який навчається у класі, на рік чи на два молодшому, і йому сподобався би цей подарунок, бо він зроблений руками вдома. Саморобні подарунки показують, що людина, яка їх зробила, думала про того, кому їх подарує.

ММ.Неділя — особливий день

У нашій сім'ї ми завжди дотримувалися цієї традиції. Неділя — це Божий **святий** день. Це особливий день для відпочинку. Ми відкладаємо або зводимо до мінімуму всяку працю. Моя дружина готує більшість недільних страв у суботу. Неділя — день відпочинку. Бог турбувався про те, щоб у нас був один день відпочинку. А те, щоб це був день поклоніння Богові, день для відвідування церкви та богослужіння, йде другим за чергою. Першочерговим же є те, щоб цей день був днем відпочинку, днем спокою та насолоди. Це Божий особливий дар християнському людові.

НН.Посвячення дому

Для людей це дуже важлива подія, коли вони переїжджають у нову квартиру чи на нове місце. Звісно, їм хочеться показати своє нове помешкання друзям і родичам. Чимало людей фізично посвячує свої домівки Богові та просить Його благословення на нове місце, де проживатиме сім'я. Це чудова можливість запросити до святкування вхідчин. Таке свято дає можливість офіційно познайомитися з новою громадою. Ця особлива подія є доброю нагодою благовістити своїм сусідам. Попросіть пастора прочитати відповідний уривок з Писання та піднести молитву, яка відповідала б обставинам. Кожен член сім'ї може розказати вірш, заспівати пісню чи прочитати вголос якийсь уривок. Підготуйте для гостей невеличкі сувеніри. У річницю вселення можна знову провести невеличке свято, на якому відзначатиметься те, що ви прожили тут рік, і згадуватимуться Божі благословення, якими Він обдаровував вас на новому місці. Можна показати, як ви відремонтували квартиру, як її обставили, наскільки кращою вона стала відтоді, як ви сюди вселилися.

ПП.Великі святкування днів народження

Проводьте особливі святкування дитячих або своїх днів народження, коли хтось із вас досягає певної віхи у житті. У нашій сім'ї кілька дітей, і для нас було дещо важко планувати та проводити великі святкування для кожної дитини щороку. На це йде дуже багато грошей, багато часу та сил — у нас просто не було такої можливості. Але ми придумали систему, відповідно до якої ми щороку відзначали дні народження, але велике святкування проводили що п'ять років життя кожної дитини. Такий день народження ми називали «коронним», і на нього дитина могла запрошувати друзів, бо у нас було велике свято. Однією з особливих цікавинок було те, що тато, тобто я, робив для іменинника дуже особливий торт. Я робив торти у вигляді поїзда, літака, корабля з вітрилами, ляльки, будинку у полум'ї, спортивних подій, млина. Вони ставали родзинкою свята для цілої сім'ї, і це стало нашою особливою традицією, унікальною для нас. Дні народження для татів/чоловіків — це час, коли увага всіх зосереджена на комусь одному, щоб ця людина відчула себе особливою та любою. Такі святкування дають чудову можливість для встановлення власних сімейних традицій.

РР.Відвідування лежачих хворих

Якщо ви хочете відчути вдячність іншій людині, якщо бажаєте, щоб ваші діти вчилися співчувати, то неможливо придумати нічого кращого за відвідування людей, які не можуть вийти, особливо лежачих хворих та інвалідів. Біля кожного інваліда є щонайменше чотири інші людини, які несуть тягар турботи про нього. Вони будуть дуже вдячні, якщо ви прийдете хоча б трішки полегшити їхню ношу. Чудово зробити щось для каліки, до якого зазвичай важко виявляти любов. Особливо такого доброго ставлення потребують люди з розумовими вадами. Мені випала честь бути в одній церкві, де проводилося особливе служіння для дітей із вадами розумового розвитку. На сцені стояла група дітей з відсталістю і співала: «Я люблю Ісуса!» А потім кілька дітей розповідало про те, як раніше вони лаялися та сварилися, а потім покаялися, і тепер люблять Ісуса. Вони нічого не зможуть зробити у житті, не зможуть зробити нічого значного для суспільства, навіть Біблію читати не можуть самотужки, але вони знайшли спасіння і тепер люблять Ісуса.

СС.Фотоальбоми (сімейні та окремі для кожної дитини)

Дуже приємно складати та поповнювати сімейний альбом. Крім фотографій туди можна вкладати якісь особливі елементи оздоблення або вносити особливі нотатки. Можливо, хтось із дітей уміє гарно прикрашати, а хтось інший має каліграфічний почерк і зможе зробити художні підписи. Оновлення альбомів може бути справою для всієї сім'ї раз на квартал. А згодом, напевно, ви з дружиною зможете зробити окремі альбоми для кожної дитини. Ми у сім'ї так зробили, коли старші діти вирости і були вже готові роз'їхатися. Ми повністю розібрали старий сімейний альбом, дістали звідти всі фотографії та розділили їх між усіма дітьми. А потім улітку, під час відпустки, кожна дитина відводила собі якийсь час щодня, щоб прикрасити свій альбом собі до смаку.

ТТ.Записи сімейних спогадів

Раз або двічі на рік збирайтеся з дружиною і дітьми, щоб записувати цінні спогади. Діти це дуже люблять, і дуже добре, коли у вас є запис їхнього голосу. Як мине рік, знайдіть час прослухати ці записи, а потім попросіть кожного члена сім'ї розповісти про свої досягнення та успіхи за цей рік. Далі зробіть нові записи. Ці записи можуть стати чудовими спогадами, які вони потім дуже цінуватимуть.

УУ. Походи до зоопарку

Ми доволі регулярно робимо це сім'єю — до зоопарку ми ходимо щонайменше чотири рази на рік. Ми настільки добре знаємо наш маленький місцевий зоопарк, що тепер нам відомі імена та поведки всіх тварин. І вони, напевно, нас теж вже запам'ятали, і в цьому немає нічого особливого. Але просто буває дуже приємно побути на відкритому повітрі серед природи, особливо навесні, коли все цвіте, коли у тварин народжуються малята. Добре ходити у зоопарк і в іншу пору. Навіть узимку, коли можна сходити подивитися рептилій, тропічних птахів та риб — це добре заняття для сім'ї.

ФФ. Визнання помилок та прохання про молитву

Ми це постійно практикуємо у нашій сім'ї. Мені самому багаторазово доводилося це робити зі своїми дітьми. У мене було чимало помилок, і я мав їм сказати, що усвідомлюю, що не є ідеальним батьком. Думаю, моїм дітям корисно бачити мої недоліки та розуміти, що я й сам їх визнаю. Бог не закінчив працювати наді мною як над батьком у їхньому житті, і думаю, розуміння цього сприяло тіснішим зв'язкам між нами.

ХХ. Ніжні обійми та стискання

Обов'язково обіймайте своїх дітей, коли вони лягають спати та коли йдуть у школу. Обіймайте свою дружину, коли йдете з дому, і цілуйте її у щоку, щоб вона знала, що це останнє, що ви можете зробити до наступної зустрічі. Це дуже добре, кожному з нас потрібен фізичний контакт. Брак тілесного контакту є однією з причин, чому підлітки починають погано поводитися. Вони не можуть торкатися осіб протилежної статі, бо це для них не корисно, і часто вважається неприйнятним, щоб хлопці торкалися хлопців, і тому дотиків у їхньому житті немає, а вони їм дуже потрібні. Ви тато і мама, а тому можете задовольняти цю потребу.

ЦЦ. Слова схвалення

«Дуже смачно». «Дякую, що вивела плями з моєї сорочки», або «Я вдячний, що ти це знову зробила. Я знаю, що ти вже й раніше робила це багато разів». Чоловіки, будьте швидкі на похвалу та схвалення і повільні на критику. Як глава сім'ї створюйте у вашому домі налаштованість на подяку.

ШШ. Побачення вдома

Тут ми ведемо мову про стосунки чоловіка та жінки. Буває так добре, коли діти пішли провідати бабусю чи пішли до когось у гості на вечір, а у вас вдома є можливість провести особливий час, особливе святкування. Або, наприклад, можна дітей покласти раніше спати. Ви навмисне можете підняти їх раніше, щоб вони добре притомилися і могли раніше влягтися. Ви їм можете підготувати щось приємне, щоб вони були щасливі. І от вони вже сплять, а ви можете почати насолоджувати одне одним. Час від часу у вас має бути час лише на вас двох, і це значно легше, коли у вас є своя окрема спальня. Ви можете насолоджуватися одне одним фізично. Це важливо. Насолоджуйтеся тілами одне одного від кінчиків пальців на ногах до самого тім'ячка — кожною частиною тіла. Розглядайте тіла одне одного та зачудовуйтеся тим, якими гарними їх створив Бог. Насолоджуйтеся одне одним емоційно — разом усміхайтеся та регочіться. Насолоджуйтеся одне одним розумово, розповідаючи про те, що ви дізналися з різних тем. Насолоджуйтеся одне одним духовно, згадуючи про те, чого Бог вас навчає, і розповідаючи про свої нові відкриття у житті.

Ми запропонували багато ідей щодо розвитку сім'ї, сімейних зв'язків, захищеності. Що ще можна сказати?



VI. ПРАЦЮЙТЕ НАД ЦИМ, БО ВАША СІМ'Я ТОГО ВАРТА!

Так, потрібно попрацювати, щоб створити час для сім'ї. Пам'ятайте, що це відсутня складова, і сам собою цей час не з'явиться. Можливо саме ВИ були батьком і чоловіком, який був цією відсутньою складовою. Більшість людей у світі заклопотана своїми власними егоїстичними інтересами. Ви християнська сім'я,

тому маєте над цим працювати. Ваша сім'я цього варта. Ви будете майбутнє християнське покоління. Ви будете майбутню християнську державу, утверджуючи нові цінності та традиції. Працюйте над цим!

VII. РОБІТЬ ЦЕ ЗАРАЗ — ДОРОГОЦІННІ РОКИ СТИКАЮТЬ КРІЗЬ ПАЛЬЦІ!

Як батько, ви маєте знати й усвідомлювати як швидко течуть роки! Минуло три-чотири роки — і все, їх нема. Саме так! У дошкільні роки робіть щось зі своїми дітьми, поки вони ще такі невинні. Від часу, коли вони навчаться ходити, є лише кілька років, щоб з ними можна було щось робити, а далі школа. Від початку школи це вже зовсім інша дитина з іншими інтересами, які потребують інших стосунків у сім'ї. Ви не встигнете й озирнутися, а цей час вже минеться, у них починається статеве дозрівання, і вони не знають, хто вони такі і ким хочуть бути. Вони хочуть бути дорослими чи хочуть залишатися дітьми? У них змінюється тіло, хочуть вони цього чи ні. І їм доводиться з цим миритися. Потім настає юнацька пора, і потім раптом — за якихось кілька місяців — вони залишають батьківський дім і далі приходять до вас у гості з невісткою або зятем, а це знову зовсім нові стосунки. Трохи згодом з'являються внуки, але цілком може бути, що ви до того часу вже постарієте, і внуки будуть вам не дуже в радість. У Біблії говориться про старечі роки, коли життя не в радість, коли воно може бути гірке, сухе й важке. Тоді вже насолода не відчувається. Тому насолоджуйтеся особливими моментами життя зараз, бо час спливає, і кожен окремий період життя вже ніколи не повернеться. Ваші діти будуть з вами 18 років. У Біблії сказано, що діти — це Божий дар. Бог позичив вам цих маленьких людей на 18 років, і тепер спостерігає за вами, як ви, як батько, поводитиметесь з Його даром. Зробіть усе, що у ваших силах!!!

VIII. ВИ НІКОЛИ НЕ ЖАЛКУВАТИМЕТЕ ПРО ЧАС, ПРОВЕДЕНИЙ РАЗОМ ІЗ СІМ'ЄЮ, АЛЕ ВАС МОЖЕ ОХОПИТИ ЖАЛЬ ЗА ТОЙ ЧАС, ЯКИЙ ВИ З СІМ'ЄЮ НЕ ПРОВЕЛИ!

Я пам'ятаю, коли ми щойно приїхали до України, у Київ. З нами була команда молоді з-за кордону, у них було інше служіння. Цим молодим людям, неодруженим і самотнім у чужій країні з чужою мовою, без друзів і родичів, іноді потрібен був час спільності та відпочинку. Раз на тиждень, а іноді й двічі, вони збиралися у нас увечері. Я дуже вдячний своїй дружині, що вона погодилася організувати ці зустрічі та робила для них усе, що було потрібно. Двічі на тиждень вона готувала на дванадцятьох чи навіть на більше. Ці молоді люди приїжджали поїздом, у якому вони ночували, часто недоїдали, іноді вони мали проблеми з харчуванням. І от вони збиралися і просто їли і їли, як уміють молоді чоловіки. Навіть і дівчатам було дуже до смаку. А після вечері вони просто сиділи в нас, гіготали та сміялися. А ще грали в ігри, розмовляли, чимось усі разом займалися до пізнього вечора. І щоразу, як я згадую той час, я радію з того, що у нас була така можливість. Це був сімейний час для тих, хто його не мав зовсім. Він виявився корисним і для нашої власної сім'ї, тому що наші діти знайомилися з життям інших людей у контексті нашого дому і нашої сім'ї.

IX. ВАШ ОСОБИСТИЙ «ПЕРЕОБЛІК» СІМЕЙНОГО ЧАСУ

Вам, як батькові і главі вашого дому, корисно раз на три місяці робити огляд того, що відбувається протягом сімейного часу. Записуйте особливі цікаві моменти, які у вас відбулися, якісь нові думки чи ідеї, нові зв'язки, які між вами налагоджуються. Перегляд цих моментів допомагає вам побачити користь та благословення, які приносить сімейний час. Завдяки такому розумінню ви зможете допомагати іншим сім'ям, які мають дітей того самого віку. Згодом ви матимете потрібну батьківську інформацію, якою зможете поділитися зі своїми дітьми, коли у них виникатимуть питання про виховання дітей, які у них з'являться. Такі записи допоможуть вам робити щось подібне навіть разом із внуками. Роблячи облік того, як проходить сімейний час, вам треба згадати два моменти:

А. Що ваша сім'я робить разом

Просто складіть перелік усього того, що ви робите разом цілою сім'єю. Саме складання такого переліку може справити велике враження. Потім, коли ви відмічатимете особливі ювілеї чи збиратиметеся всі разом, ви можете згадати щось із записаного, і всі почнуть казати: «Так, так, я пам'ятаю. Так, ми робили це і це, а я тоді ще...» — і так далі. Це спогади, які будуть супроводжувати ваших дітей все життя.

Б. Що роблять окремі члени вашої сім'ї

У різних членів сім'ї є свої окремі вподобання, свої хобі, свої спортивні заняття. І батько, і мати мають проводити час окремо з кожною дитиною. Складіть перелік цих занять і просто радійте з того, як Бог дає вашій сім'ї можливість зростати, що кожен із вас стає людиною, яка цінує Його творіння, Його унікальність та повноту свого буття. Саме у цьому і полягає сутність сімейного часу.

ПІДСУМОК

Як чоловік, ви розумієте, що Бог створив неймовірно багато краси у цьому світі та в цілому всесвіті? У всьому — від найменшого мікроскопічного і до найбільшого телескопічного у всесвіті — стільки краси, що нам її несила зрозуміти та відкрити. Дивовижно! Чому Він так зробив? Тому що Він Бог, Він цього хотів, Він цим насолоджується, і Він думав, що й ми відчуватимемо цю насолоду, що нам це все буде за благословення. Я сподіваюся, що ви зробите це благословенням для своєї сім'ї. Дякую вам за честь поділитися з вами лекцією про сімейний час. Сподіваюся, що віднині **у вас**, батька, ця складова не буде відсутня. Скажімо ж усі на це «Алілуя»! Усі разом! «Алілуя». Слава Богу! Амінь! Дякую Тобі, Ісусе! Дякую Тобі! Дякую Тобі за мою дружину, за дітей, за цю можливість, яку Ти нам зараз даєш, як татам, проводити сімейний час. Ми любимо Тебе, прославляємо Тебе та поклоняємося Тобі!

Благословень вам, любі друзі!

Ми раді запропонувати вам відео-, аудіо- та друковані матеріали, які були створені служінням Нове життя церквам. Вам надається право після завершення практичного завдання використовувати цю лекцію в роботі з іншими людьми.

Практичне завдання

Виконано

- На основі інформації, отриманої під час дискусії, розробіть записник ідей для проведення сімейного часу. ☐
- Установіть конкретний час, який будете приділяти сім'ї. Це має бути щотижня. Запишіть, коли і що саме ви робили зі своєю сім'єю кожного тижня. ☐
- Якщо ваші діти вже достатньо дорослі (цілком можна починати з п'яти років), то започаткуйте сімейну раду. ☐